

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



Redes sociales y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria
de una institución educativa de Tumbes, 2025

Tesis para optar el Título profesional de Licenciada de Psicología

Autoras:

Br. Rebeca López Rodríguez

Br. Grace Valery Tocto Gutierrez

Tumbes, 2026

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



Redes sociales y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria
de una institución educativa de Tumbes, 2025

Tesis aprobada en forma y estilo por:

Mg. Glenda Garrido Zavala (presidente)

Mg. Ludwing Dario Alfaro García (secretario)

Mg. Eladio Vladimir Quintana Sandoval (Vocal)

Tumbes, 2026

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



Redes sociales y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria
de una institución educativa de Tumbes, 2025

Los suscritos declaramos que el proyecto de tesis es original en su
contenido y forma.

Br. López Rodríguez Rebeca (Autora)

ORCID: 0009-0009-1123-3276

Br. Tocto Gutierrez Grace (Autora)

ORCID: 0009-0004-7770-3713

Mg. Quintana Sandoval Eladio Vladimir (Asesor)

ORCID: 0000-0002-9744-3400

Tumbes, 2026



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



Ciudad Universitaria
Av. Universitaria – Pampa Grande – Tumbes

“AÑO DE LA ESPERANZA Y EL FORTALECIMIENTO DE LA DEMOCRACIA”

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En Tumbes, veintiséis de junio de dos mil veintiséis, siendo las catorce horas; y en modalidad presencial, se reunió el Jurado Calificador en el Auditorio de la Facultad de Ciencias Sociales – Universidad Nacional de Tumbes, designado mediante **RESOLUCIÓN N° 342-2025/UMTUMBES-FACSO-D, del 08 de octubre de 2025**, conformado por la **Mg. Glenda Garrido Zavala** (Presidente), **Mg. Ludwing Dario Alfaro Garcia** (Secretario); y **Mg. Eladio Vladimir Quintana Sandoval** (Vocal); Asimismo, se reconoció, al Mg. Eladio Vladimir Quintana Sandoval como **asesor**. Acto seguido, el jurado procedió a evaluar, deliberar y calificar la sustentación de la tesis titulada: “**REDES SOCIALES Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE TUMBES, 2025**”, para optar el título Profesional de Licenciadas en Psicología, presentada por las Bachilleres:

REBECA LÓPEZ RODRÍGUEZ

GRACE VALERY TOCTO GUTIERREZ


Concluida la sustentación y absueltas las preguntas por parte de las sustentantes y luego de la deliberación, el jurado, según el artículo 65° del Reglamento de Tesis para Pregrado y Posgrado de la Universidad Nacional de Tumbes, declaran a **REBECA LÓPEZ RODRÍGUEZ** y **GRACE VALERY TOCTO GUTIERREZ** *Aprobado* con el calificativo de *bueno*.....

Se hace conocer a las sustentantes, que deberán levantar las observaciones finales hechas al informe final de tesis, que el Jurado le indica.

En consecuencia, queda **EXPEDITA** para continuar con los trámites correspondientes a la obtención del Título Profesional de Licenciadas en Psicología, de conformidad con lo estipulado en la Ley Universitaria N° 30220, el Estatuto, Reglamento General, Reglamento General de Grados y Títulos y Reglamento de Tesis de la Universidad Nacional de Tumbes.

Siendo las catorce horas y treinta minutos del mismo día, se dio por concluida la ceremonia académica, procediendo a firmar el acta en presencia del público asistente.

Tumbes, 26 de junio de 2026.


Mg. Glenda Garrido Zavala
DNI N° 00323889

Código ORCID 0009-0003-7041-5738
Presidente


Mg. Ludwing Dario Alfaro Garcia
DNI N° 00245141

Código ORCID 0000-0002-9584-9925
Secretario


Mg. Eladio Vladimir Quintana Sandoval
DNI N° 45216370

Código ORCID 0000-0002-9744-3400
vocal

CC.
Jurados (03)
Asesor
Interesado

- Coasesor
- Archivo (Decanato)

REPORTE DE TURNITIN



Página 1 de 53 - Portada

Identificador de la entrega trn:oid::3117:603052907

Grace Valery Tocto Gutiérrez

Redes sociales y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Tumbes, 2025

PROYECTO DE TESIS 2026

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid::3117:603052907

Fecha de entrega

27 jun 2026, 9:53 GMT-5

Fecha de descarga

27 jun 2026, 9:55 GMT-5

Nombre del archivo

TESIS TURNITING ACTUALIZAR.docx

Tamaño del archivo

159.4 KB

47 páginas

12.786 palabras

70.360 caracteres

Mgtr. Eladio Vladimir Quintana Sandoval

Asesor de tesis

DNI: 45216370

ORCID: 0000-0002-9744-3400



Página 1 de 53 - Portada

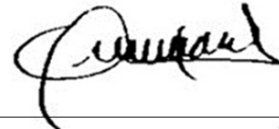
Identificador de la entrega trn:oid::3117:603052907

12% Similitud general




El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- Coincidencias menores (menos de 15 palabras)



Fuentes principales

- 9%  Fuentes de Internet
- 2%  Publicaciones
- 10%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Mgr. Eladio Vladimir Quintana Sandoval
Asesor de tesis
DNI: 45216370
ORCID: 0000-0002-9744-3400

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

Fuentes principales

- 9% Fuentes de Internet
- 2% Publicaciones
- 10% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Mgr. Eladio Vladimir Quintana Sandoval
 Asesor de tesis
 DNI: 45216370
 ORCID: 0000-0002-9744-3400

Fuentes principales

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	Internet	repositorio.untumbes.edu.pe	1%
2	Internet	repositorio.unfv.edu.pe	1%
3	Trabajos del estudiante	Universidad Ricardo Palma on 2025-07-07	<1%
4	Internet	www.investigarmqr.com	<1%
5	Internet	repositorio.upao.edu.pe	<1%
6	Internet	hdl.handle.net	<1%
7	Internet	apirepositorio.unu.edu.pe	<1%
8	Internet	repositorio.ucv.edu.pe	<1%
9	Trabajos del estudiante	POSGRADO on 2025-11-15	<1%
10	Internet	repositorio.uta.edu.ec	<1%
11	Publicación	Nancy Huamán Salazar, Edna Ramírez Miranda, Gabina Mamani Conto, Rosa Aide...	<1%

12	Trabajos del estudiante	Universidad Cesar Vallejo on 2025-12-10	<1%
13	Trabajos del estudiante	Universidad Peruana Cayetano Heredia on 2024-12-12	<1%
14	Trabajos del estudiante	Universidad Privada del Norte on 2025-10-06	<1%
15	Internet	dspace.uazuay.edu.ec	<1%
16	Trabajos del estudiante	Universidad Tecnológica Centroamericana UNITEC on 2026-03-08	<1%
17	Publicación	Landio Apaza, Mario Feliciano. "Riesgo de adicción a redes sociales en estudiante..."	<1%
18	Trabajos del estudiante	UNIBA on 2025-06-28	<1%
19	Internet	repositorio.uct.edu.pe	<1%
20	Trabajos del estudiante	Universidad Nacional de Tumbes on 2025-11-10	<1%
21	Trabajos del estudiante	POGRADO on 2025-12-02	<1%
22	Internet	repositorio.continental.edu.pe	<1%
23	Internet	biblioteca.uny.edu.ve	<1%
24	Trabajos del estudiante	Universidad Privada Antenor Orrego 2025 on 2025-11-09	<1%
25	Trabajos del estudiante	Unviersidad de Granada on 2026-05-11	<1%

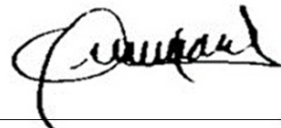
Mgr. Eladio Vladimir Quintana Sandoval
Asesor de tesis
DNI: 45216370
ORCID: 0000-0002-9744-3400

26	Internet	revistalatam.redilat.org	<1%
27	Trabajos del estudiante	Universidad Estatal Amazonica- on 2026-03-31	<1%
28	Trabajos del estudiante	Universidad Católica de Santa María on 2021-08-20	<1%
29	Trabajos del estudiante	Universidad Privada del Norte on 2025-10-10	<1%
30	Internet	alicia.concytec.gob.pe	<1%
31	Trabajos del estudiante	D.A. de Psicología on 2026-05-18	<1%
32	Trabajos del estudiante	Facultad de Psicología on 2026-06-22	<1%
33	Trabajos del estudiante	Universidad Femenina del Sagrado Corazón on 2026-03-19	<1%
34	Trabajos del estudiante	Universidad San Ignacio de Loyola on 2020-01-07	<1%
35	Publicación	Víctor Alfonso Guzmán Brand, Laura Esperanza Gélvez García. "Adición o uso pro...	<1%
36	Trabajos del estudiante	Universidad Privada San Juan Bautista on 2026-03-10	<1%
37	Internet	repositorio.umariana.edu.co	<1%
38	Trabajos del estudiante	BIBLIOTECA UDES VALLEDUPAR on 2026-04-27	<1%
39	Trabajos del estudiante	Pontificia Universidad Catolica del Peru on 2025-10-22	<1%



Mgtr. Eladio Vladimir Quintana Sandoval
Asesor de tesis
DNI: 45216370
ORCID: 0000-0002-9744-3400

40	Trabajos del estudiante	Universidad Nacional Federico Villarreal on 2026-03-05	<1%
41	Trabajos del estudiante	Universidad Nacional Federico Villarreal on 2026-01-27	<1%
42	Trabajos del estudiante	Universidad Peruana Los Andes on 2019-12-30	<1%
43	Trabajos del estudiante	Universidad Politecnica Salesiana del Ecuador on 2023-09-07	<1%
44	Trabajos del estudiante	uniminuto on 2025-04-29	<1%
45	Internet	www.coursehero.com	<1%



Mgtr. Eladio Vladimir Quintana Sandoval
Asesor de tesis
DNI: 45216370
ORCID: 0000-0002-9744-3400

RESPONSABLES

Br. López Rodríguez Rebeca (Autora)



ORCID: 0009-0009-1123-3276

Br. Tocto Gutierrez Grace (Autora)



ORCID: 0009-0004-7770-3713

Mg. Quintana Sandoval Eladio Vladimir (Asesor)



ORCID: 0000-0002-9744-3400

DEDICATORIA

Dedicamos esta investigación, en primer lugar, al autor de nuestra vida, Dios, por brindarnos la vida, la fortaleza, la sabiduría y el entendimiento necesario para superar cada desafío y alcanzar esta meta.

Asimismo, dedicamos este trabajo a nuestros padres, por su amor incondicional, apoyo constante y aliento en los momentos más difíciles. Gracias por ser nuestro refugio, nuestra motivación y el soporte moral que nos impulsó a seguir adelante y culminar con éxito esta importante etapa de nuestras vidas.

AGRADECIMIENTO

Agradecemos a nuestro asesor y docente, Mg. Eladio Quintana Sandoval, quien nos brindó sus conocimientos y respaldo durante todo el proceso. Gracias a su persistencia y paciencia por inculcarnos ese esfuerzo y dedicación.

Agradezco a mis padres, Juana Rodríguez y Justo López, quienes me sostuvieron presente en sus oraciones y confiaron que podría alcanzar este logro. A mis hermanos y amigos más cercanos, por su apoyo y su tiempo a brindarme ánimo. Y, por último, a Chimuelo, mi mascota, quien me acompañó en el proceso de investigación cada noche desvelada.

(Rebeca López Rodríguez)

Agradezco profundamente a mis padres, Willy Tocto y Jaky Gutierrez, por ser mi mayor apoyo y mi motivación para esforzarme cada día. Gracias por su amor incondicional, por creer en mí y por enseñarme, con su ejemplo, el valor de la perseverancia y el esfuerzo.

Asimismo, agradezco a mis hermanos y amigos por acompañarme durante este camino, brindándome apoyo, ánimo y alegría en los momentos difíciles.

(Grace Valery Tocto Gutierrez)

ÍNDICE

DEDICATORIA	xii
AGRADECIMIENTO	xiii
ÍNDICE DE TABLAS	xv
ÍNDICE DE ANEXOS	xvi
RESUMEN.....	xvii
ABSTRACT	xviii
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. REVISIÓN DE LA LITERATURA	6
III. MATERIALES Y MÉTODOS	19
3.1. Tipo básico, diseño y enfoque	19
3.2. Población, muestra y muestreo	20
3.3. Hipótesis	22
3.4. Definición de Variables.....	22
3.5. Criterios de inclusión y exclusión.....	23
3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.	23
3.7. Procedimiento de recolección de datos	25
3.8. Procedimiento y análisis de datos	25
3.9. Consideraciones éticas	26
IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN	27
V. CONCLUSIONES	38
VI. RECOMENDACIONES	39
VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	40
VII. ANEXOS	45
.....	79

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	: Distribución de población de 3ro a 5to de secundaria matriculados en la I.E	20
Tabla 2	: Muestreo de la población	22
Tabla 3	: Relación entre la V1 y la V2 en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Tumbes, 2025	27
Tabla 4	: Nivel de uso de redes sociales en estudiantes de 3ro a 5to de secundaria de una institución Educativa de Tumbes, 2025	27
Tabla 5	: Nivel de bienestar psicológico en estudiantes de 3ro a 5to de secundaria de una Institución Educativa de Tumbes, 2025	28
Tabla 6	: Relación entre el uso de redes sociales y las dimensiones del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de Tumbes, 2025	29

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1. Matriz de consistencia	46
Anexo 2. Operacionalización de la variable redes sociales.	47
Anexo 3. Operacionalización de la variable Bienestar psicológico	48
Anexo 4. Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS).....	49
Anexo 5: Ficha técnica del Cuestionario de Adicción a Redes sociales	50
Anexo 6: Proceso de Validez y confiabilidad del ARS	51
Anexo 7: Constancia de la validez por juicio de expertos del ARS	54
Anexo 8: Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J)	60
Anexo 9: Ficha técnica de la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J)	61
Anexo 10: Confiabilidad y Validez de la Escala de Bienestar Psicológico	62
Anexo 11: Constancia de la validez por juicio de expertos del BIEPS-J.....	64
Anexo 12: Prueba de normalidad.....	70
Anexo 13: Consentimiento Informado	70
Anexo 14: Asentimiento informado	71
Anexo 15: Flujograma de derivación.....	71
Anexo 16: Certificación del asesor.....	72
Anexo 17: Permiso de la Institución Educativa	73
Anexo 18: Resolución de designación de jurado	74
Anexo 19: Resolución del cambio de título	76
Anexo 20: Resolución de aprobación del proyecto de tesis.....	78

RESUMEN

Este estudio, se denominó Redes sociales y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Tumbes, 2025, fijando como objetivo, determinar la relación entre el uso de redes sociales y el bienestar psicológico de estudiantes de secundaria de una institución educativa de Tumbes, 2025. El estudio se basó en un diseño descriptivo-correlacional y un enfoque cuantitativo. La muestra estuvo compuesta por 190 estudiantes de 3° a 5° grado de secundaria. Para la recolección de datos se emplearon la Escala de Adicción a Redes Sociales (ARS) y la Escala de Bienestar Psicológico para Adolescentes (BIEPS-J). Debido a la no normalidad de los datos, se utilizó el coeficiente de correlación de Spearman para el análisis estadístico. Los resultados evidenciaron una correlación negativa moderada y estadísticamente significativa entre el uso de redes sociales y el bienestar psicológico ($Rho = -0.314$; $p < 0.01$), indicando que, a mayor uso de redes sociales, menor es el nivel de bienestar psicológico en los estudiantes evaluados. Asimismo, se encontró que las dimensiones control del entorno ($Rho = -0.300$; $p < 0.01$) y autoaceptación ($Rho = -0.262$; $p < 0.01$) presentaron correlaciones negativas significativas, mientras que las dimensiones vínculos y proyectos no mostraron relación estadística significativa. Se concluye que el uso de redes sociales se relaciona de manera inversa con el bienestar psicológico en la población estudiada, evidenciando la necesidad de fortalecer estrategias preventivas y programas de promoción del bienestar emocional en el contexto educativo.

Palabras clave: redes sociales, bienestar psicológico, adolescentes, educación secundaria.

ABSTRACT

This study, titled “Social Media and Psychological Well-Being Among High School Students at an Educational Institution in Tumbes, 2025,” aimed to determine the relationship between social media use and the psychological well-being of high school students at an educational institution in Tumbes, 2025. The study employed a descriptive-correlational design and a quantitative approach. The sample consisted of 190 students in grades 9 through 11. The Social Media Addiction Scale (ARS) and the Psychological Well-being Scale for Adolescents (BIEPS-J) were used for data collection. Due to the non-normality of the data, Spearman’s correlation coefficient was used for statistical analysis. The results revealed a moderate and statistically significant negative correlation between social media use and psychological well-being ($Rho = -0.314$; $p < 0.01$), indicating that the more social media the students used, the lower their level of psychological well-being. Likewise, it was found that the dimensions of environmental control ($Rho = -0.300$; $p < 0.01$) and self-acceptance ($Rho = -0.262$; $p < 0.01$) showed significant negative correlations, while the dimensions of relationships and projects did not show a statistically significant relationship. It is concluded that social media use is inversely related to psychological well-being in the studied population, highlighting the need to strengthen preventive strategies and programs promoting emotional well-being in the educational context.

Keywords: social media, psychological well-being, adolescents, secondary education.

I. INTRODUCCIÓN

En los últimos años, las redes sociales se han expandido generando grandes y significativos cambios dentro de la vida cotidiana, principalmente entre los adolescentes, quienes forman parte de los grupos activos en las diferentes plataformas sociales. González y López (2022) afirman que las redes sociales han influenciado desde el comienzo de la era moderna, perjudicando la manera de vivir o de actuar, volviendo a las personas adictas, afectando su autoestima, el concepto de sí mismos e incluso la relación con sus otros iguales.

Chaparro (2024) señala que los jóvenes de hoy en día dedican gran parte de su tiempo al uso de las redes sociales, todo el contenido al que están expuestos en estas redes es lo que consume y lleva a caracterizarse, entonces es un factor que influye incluso, en como maneja sus emociones.

Asimismo, se ha observado que los adolescentes que presentan uso de redes sociales en cualquier momento y circunstancia, tienden a manifestar temor o enfado ante la pérdida o falta de interacción digital, así como conflictos en el entorno escolar y familiar debido al uso de estas plataformas. Además, se ha notado una mala calidad del sueño por dedicar tiempo a estas actividades durante la noche, estar siempre al tanto de los mensajes y tener dificultades para desconectarse, además de la búsqueda de nuevos amigos y el seguimiento de sus actividades en línea (Guzmán y Gélvez, 2023).

En cuanto a las estadísticas y resultados del estudio de Chaparro (2024), las redes sociales liderando con más preferencia fueron Tiktok e Instagram, seguidamente están YouTube y Facebook, el 50% usa las redes sociales durante la noche, el 47% por el día y una minoría en la madrugada, en cuanto a los efectos en su vida diaria debido al uso, el 57% afirma que les quita horas de sueño, asociándose a un

desorden del sueño, el 52% opina que este uso les genera ansiedad. Aunque las plataformas permiten comunicarse con personas a distancia, aprender y acceder a nueva información, se desarrollan los efectos adversos como pérdida de tiempo al estudiar o distracciones.

Además, diversos estudios señalan que los adolescentes usan las redes sociales de forma más frecuente cada vez más, lo que en la mayoría de casos es traducido como conductas problemáticas que se caracterizan por el tiempo excesivo en línea, dificultad para establecer límites y preocupación continua por permanecer conectado. Estas conductas se refuerzan por el miedo a ser excluidos socialmente, a la necesidad de retroalimentación continua, factores que influyen de manera negativa en el equilibrio emocional de los adolescentes, quienes, debido a que no han madurado neuropsicológicamente en su totalidad, presentan dificultades mayores para regular sus conductas (Gonzales & Villamar, 2022; Muñoz et al., 2023; Soria & Villegas, 2024).

Organizaciones como la Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2023) sugiere la necesidad de desarrollar programas que promuevan el bienestar de los estudiantes ya sea promocionado por medio de estrategias relacionadas a la salud mental debido a la ansiedad, depresión o violencia que se ha incrementado en los adolescentes afectando el desarrollo de estos.

Estas evidencias, nos indican que el uso frecuente de las redes sociales puede resultar problemático, generando efectos adversos y negativos en distintos aspectos de la vida de los adolescentes, como lo es en su bienestar psicológico, derivando a las relaciones con otros, autoestima y percepción, su rendimiento académico o salud física. (Guzmán y Gelvez, 2023). Esto plantea un motivo de preocupación acerca de la necesidad de abordar de manera integral la problemática del uso frecuente y su impacto en el bienestar de los adolescentes.

Como lo señalan Acosta Tobón et al. (2022), existen indicios evidentes de que los cambios en el estado de ánimo constituyen un problema significativo entre la juventud, por ejemplo, disminuir la interacción con otros o presentar ansiedad si no se conectan a las redes, incluso sugerido predisposición a comportamientos impulsivos, convirtiéndose en algo difícil de regular y problemático.

Dentro del estudio de López Flores et al. (2024), los datos que recopiló en base a la investigación y la población, fue que, usar de manera inadecuada las redes sociales se relaciona al aumento de ansiedad y depresión pero a su vez, disminuye en los adolescentes el autoestima debido a factores como la comparación social o una búsqueda por la validación de otros, forman parte importante de esta mínima satisfacción y más bien, problemática dentro de sus vidas, lo que implica una necesidad de repercutir y monitorear su uso, que no sea prolongado para evitar estas consecuencias.

Aunque el uso de las redes sociales en Perú ha transformado la vida cotidiana y las interacciones, facilitando la conexión, relacionarse con otros y a la expresión como se vivió el 2020 durante el encierro, debido a este suceso y la mala costumbre de los usuarios de no tener horarios establecidos y desestabilizar su vida, especialmente en los adolescentes quienes a menudo tienen la más alta probabilidad de desarrollar problemas empieza a preocupar.

Bello y Contreras (2024) en su estudio, concluyen que el uso de manera frecuente de los contenidos en redes sociales perjudica de forma negativa la autoestima de las personas, debido a que influye en la comparación de adolescentes e incluso las personas pueden llegar a sentirse insatisfechos con sus vidas debido al estilo de vida que se ve en internet, uno irreal, frustrando así a los adolescentes y generando impacto negativo en su satisfacción personal.

A partir de la realidad problemática identificada y descrita, se propuso el siguiente tema de investigación, ¿Cuál es la relación entre el uso de redes sociales y el bienestar psicológico en los estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de Tumbes, 2025?

De esta manera, el presente estudio se fundamenta en el aumento del uso de redes sociales en la vida de los adolescentes, quienes son uno de los grupos más activos en estas plataformas digitales. Varios estudios han demostrado que el uso regular de redes sociales puede estar vinculado a cambios en el bienestar emocional, especialmente durante la adolescencia, que se caracteriza por transformaciones significativas en lo emocional, social y cognitivo.

Este estudio busca determinar la relación entre el uso de redes sociales y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria, dado que ambas variables son parte del entorno psicosocial contemporáneo de los adolescentes. En este sentido, Lardies y Potes (2022) señalan que los riesgos y complicaciones asociados al uso de las redes sociales son fundamentales para el desarrollo de la identidad y la formación de cada adolescente.

Desde esta perspectiva, existen evidencias problemáticas y conflictivas en los adolescentes debido al uso problemático del celular, afectando diversas formas su bienestar psicológico, consecuentemente, complicando su vida tanto social o cognitivamente como se mencionan en los diversos estudios presentados, como el aumento de distracciones para elaborar sus actividades, pérdida de horas de sueño, alteraciones en su pensamiento o comportamiento por la influencia de las plataformas.

Sin embargo, en el contexto de Tumbes, no existe una base sólida que aborde la problemática que enfrentan las escuelas secundarias. Por ello, es fundamental generar evidencia científica local que contribuya a la comprensión de los efectos del uso de redes sociales en el bienestar psicológico de los estudiantes de 3ro a 5to grado de secundaria.

Por consiguiente, el objetivo principal de la investigación fue determinar la relación entre el uso de redes sociales y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Tumbes, 2025. Mientras que, como objetivos específicos se propusieron los siguientes: a) Identificar el nivel de uso de las redes sociales en estudiantes de 3ro a 5to de secundaria de una Institución Educativa en Tumbes en 2025; b) Identificar el bienestar psicológico en estudiantes de 3ro a 5to de secundaria de una Institución Educativa en Tumbes en 2025; c) Analizar la relación entre el uso de redes sociales y las dimensiones del bienestar psicológico en estudiantes de 3ro a 5to de secundaria de una Institución Educativa en Tumbes, 2025.

Por último, los hallazgos de esta investigación podrán servir como referencia para futuros estudios y como guía para profesores, padres y autoridades educativas,

ayudando así a una mejor comprensión del uso de redes sociales y su posible vínculo con el bienestar emocional de los alumnos.

En cuanto a la estructura del informe, el primer capítulo desarrolla la introducción, el planteamiento del problema, la justificación y los objetivos; el segundo presenta la revisión de la literatura y antecedentes; el tercero explica la metodología, la población, la muestra y los instrumentos de investigación; el cuarto expone los resultados obtenidos y discute los hallazgos en contraste con estudios previos; el quinto recoge las conclusiones y el sexto las recomendaciones; y finalmente, se incluyen las referencias bibliográficas y anexos que respaldan el trabajo.

II. REVISIÓN DE LA LITERATURA

Luengo (2004, como se citó en Bello y Contreras, 2024), indican que las redes sociales pertenecen al internet y son espacios virtuales que actúan como plataformas para que las personas se comuniquen e interactúen socialmente, esto facilita un intercambio y no solo en personas, sino también con instituciones u otros. Estas plataformas han surgido con el propósito de conectar a las personas entre sí, de ahí el nombre que se le dio.

Las redes sociales han creado un nuevo entorno de relaciones entre las personas en la que, jóvenes, adolescentes y entre otras edades, siguen a figuras públicas, influencers, instagramers, youtubers o twitteros, debido a que alguno de los personajes dentro de las plataformas marca tendencias sirviendo como modelo a estas generaciones (Lozano-Blasco et al., 2023).

Entonces, algunos de los jóvenes, usan las redes sociales de forma inadecuada, dedicando tiempo prolongado a los celulares y presentan problemas para establecer límites en el uso. Estos dispositivos se convirtieron en uno de los principales medios para que los adolescentes se conecten de forma consecutiva a las diferentes redes sociales, incrementando de esta forma, la comunicación y relaciones virtuales. Diversos estudios, señalan que estos patrones de uso, generan que priorice menos las actividades que podrían favorecer su salud mental y bienestar, como el descanso, actividad física o interacción social presencial (Gonzales y Villamar, 2022).

De esta manera, la comunicación entre adolescentes se ha trasladado a las redes, donde la retroalimentación constante afecta su bienestar emocional, y el miedo a ser excluidos impulsa conductas de uso frecuente (Muñoz et al., 2023). Además, los adolescentes, debido a su inmadurez emocional y neuropsicológica, constituyen un grupo vulnerable a desarrollar conductas problemáticas de las redes sociales, caracterizados por preocupación constante, dificultades de control y un uso prolongado del tiempo de conexión (Soria y Villegas, 2024). Así, el uso extendido de estas plataformas ha generado problemas sociales y emocionales, tales como la imagen corporal y aumentando el riesgo de trastornos alimenticios, baja autoestima y distorsión de la autoimagen empeoran con el aumento de la frecuencia y el tiempo en redes.

Según Payares y Chamorro (2024), las redes sociales pueden favorecer el bienestar emocional siempre y cuando se usen de forma adecuada, sin embargo, el uso inadecuado de las redes sociales, puede conllevar a consecuencias graves en la salud mental e incluso en el autoconcepto. (García, 2020) nos dice que preocupa observar que un alto porcentaje de jóvenes y adolescentes usan las plataformas sin entender cómo puede impactar en sus vidas y bienestar emocional, subraya así la necesidad de educar sobre la problemática.

Además, el constante uso de las redes, puede afectar la salud de los adolescentes y jóvenes, concluyendo en su propia imagen corporal y la forma de autovaloración personal, de la misma forma, provoca riesgos en su salud mental, como diferentes trastornos, entre ellos, la ansiedad, alimenticios, de la depresión, ciberbullying entre otros, sin embargo, gran parte de los adolescentes que usan diariamente las redes sociales, no son conscientes de las consecuencias (Anchevida, 2024).

Como lo señalan Acosta Tobón et al. (2022), existen indicios evidentes de que los cambios en el estado de ánimo constituyen un problema significativo entre la juventud, disminuir la interacción con otros o presentar ansiedad si no se conectan, incluso sugiriendo predisposición a comportamientos impulsivos, convirtiéndose en algo difícil y problemático de regular.

En cuanto a las tecnologías, se suelen usar los términos, uso, uso inadecuado, uso se define cuando el tiempo, el modo de utilidad y la frecuencia no influyen de forma

negativa, mientras que el uso inadecuado, si genera consecuencias negativas, siendo por el tiempo, el tipo de uso o la frecuencia (Pedrouzo y Melamud, 2025).

Andrade Ruiz y De la Piedra (2025) definen el uso problemático de las redes sociales como una preocupación excesiva de su uso, con demasiado impulso y gran inversión de tiempo y esfuerzo sin responsabilizarse de otros asuntos y eventos.

El Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) evalúa conductas problemáticas, tales como la obsesión por las redes sociales, que se entiende como una preocupación constante y la atención continua sobre lo que sucede en las plataformas, manifestando malestar cuando no es posible conectarse; falta de control en el uso de las redes, o incapacidad para regular cuanto tiempo dedica a conectarse y descuidar diferentes actividades de importancia a causa de querer seguir en línea; y uso excesivo de las redes, manteniendo dificultades para reducir el tiempo conectado (Escrura y Salas, 2014). De esta forma, conceptualizando las dimensiones, permite clasificar los niveles de implicación conductual en los usuarios.

Entonces, el ARS permite identificar las consecuencias en la vida diaria del usuario, como el impacto en las relaciones interpersonales y en la salud mental. El instrumento, está especialmente diseñado para adolescentes y jóvenes, quienes son más propensos a experimentar estos problemas (González et al., 2021).

La falta de supervisión parental agrava este problema, ya que los jóvenes acceden libremente a contenido inapropiado y forjan relaciones online que afectan su bienestar emocional y social. Según estudios, más del 56% de los adolescentes navegan sin control familiar, y un 60.8% lo hace durante todo el día, lo que impacta en su rendimiento escolar, generando insomnio, falta de concentración y, en algunos casos, abandono académico. Además, la sobreexposición a estas plataformas aumenta los niveles de ansiedad, aislamiento social y problemas de salud mental como depresión, contribuyendo a una baja en la calidad de vida de los jóvenes (Muñoz et al., 2023).

Según Carmen (2022), refiere que los adolescentes a menudo enfrentan problemas en sus relaciones interpersonales debido a que usan mucho de internet. Estos

conflictos pueden estar relacionados con el uso de redes sociales y se ven influenciados por factores psicosociales como la capacidad para manejar el estrés y las habilidades comunicativas o relacionales.

Además, distintas investigaciones como la de Díaz-Moreno et al. (2023) han mostrado que el uso problemático de las redes sociales aumenta la comparación social de forma negativa, la ansiedad y la regulación emocional entre los adolescentes.

Se aclara el termino, para que no se relacione con el enfoque del estudio, la adicción a las redes sociales, a diferencia de las anteriores, significa el uso desmedido de las plataformas de redes y afecta el bienestar personal, esto debido a que la persona empieza a experimentar dificultades para tener control sobre el tiempo de uso de las redes, así descuida sus responsabilidades en su vida (Durand, 2024).

Por eso, como lo explican Bello y Contreras (2024), las redes afectan la autoestima de los adolescentes y los contenidos que se comparten por medio de estas webs muestran una vida irreal, dando como resultado a las personas que pasan mucho tiempo conectados, lleguen a sentir frustración con su estilo de vida actual, generando un impacto negativo en la satisfacción personal. Así es como el contenido de estas plataformas promueven la comparación, influenciando en sus vidas de manera negativa.

Además, Chicchon y Vasquez (2022), señalan que el contenido que observen a través de las redes sociales como lo es TikTok, puede hacer que cambien su estado de ánimo, lo que indica que su vida es influenciada por lo que observan a través de las redes.

De esta manera, las redes sociales se abordan desde una perspectiva conductual, considerando el patrón de uso y el nivel que implican en los adolescentes, expresando a través de conductas como la preocupación, dificultad en el control y uso excesivo.

En cuanto al bienestar psicológico, se define como sentirse feliz, bien apoyado, capaz, y estar satisfecho con la vida. Además, el bienestar psicológico funciona

cuando las emociones negativas son reguladas adecuadamente y hacen que una persona funcione de manera óptima en la vida cotidiana (Bustos y Vásquez, 2022).

Desde una perspectiva más amplia, el bienestar psicológico, se define como un estado amplio que manifiesta la salud mental y emocional de una persona, en ella se incorporan elementos importantes como la autoaceptación, el control del ambiente, la autonomía en la toma de decisiones, relaciones interpersonales satisfactorias, propósito en la vida y crecimiento personal, es un estado que permite a las personas presentar factores positivos que lo ayuden a prosperar, adaptarse y subsistir en su entorno (Harvey et al., 2021). Es un enfoque multidimensional que sustenta la investigación y se operacionaliza con el BIEPS-J.

En la adolescencia una etapa del desarrollo humano, el bienestar juega un papel importante ya que, influye en que absorban conocimientos, establezcan relaciones importantes con pares y tomen decisiones con fundamento y enfrenten los desafíos de la vida a través de la resiliencia y efectividad (Harvey et al., 2021).

Para Cabrera (2023) el bienestar psicológico es construido a través de un proceso consciente de reparación y adaptabilidad, en el que un sujeto refleja resiliencia cuando enfrenta dificultades y sigue su buscando su significado y goce en la vida. Así es como una vida considerada buena no solo es definida por su capacidad para superar problemas, sino también para progresar y crecer por encima de las dificultades.

En cuanto a las dimensiones del bienestar psicológico, el BIEPS-J se estructura en cuatro dimensiones: Control de situaciones, que se refiere a la capacidad de manejo emocional, tolerar situaciones difíciles, capacidad de influir y adaptarse; Aceptación de Sí Mismo, que implica el reconocimiento de fortalezas y debilidades personales; Vínculos Relacionales, que mide la habilidad para formar y mantener relaciones interpersonales; y Proyectos, que reflejan los objetivos, sentido de propósito y metas que la persona desea alcanzar en su vida. Estas dimensiones ofrecen una comprensión integral del bienestar psicológico, permitiendo identificar áreas de fortaleza y oportunidades de mejora en la adolescencia (Aguirre, 2020).

Carbajal (2022) indica en su estudio que el uso de plataformas digitales en el entorno frecuente de los jóvenes debe ser monitoreado para que se eviten impactos negativos en el desarrollo psicológico de estos.

En los adolescentes, el bienestar psicológico es afectado por usar las redes sociales de diferentes formas, sin embargo, las plataformas dan garantía para la expresión personal, conexión social y entrada a información, lo que contribuye de manera positiva al bienestar, pues se les brinda un sentido de pertenencia y apoyo en las emociones. No obstante, el persistente escroleo y la comparación social presentes en las plataformas, son factibles a generar baja autoestima o posible ansiedad en los adolescentes, quienes son los que mayormente sienten presión para mantenerse idealizados en las redes (Calzoncin y Campos, 2020).

Un uso frecuente de las redes puede presentar consecuencias de manera negativa en el bienestar psicológico de los adolescentes, debido a que llega a interferir con diferentes áreas que son cruciales en su vida, por ejemplo, el sueño, el tiempo de actividad física o interacciones sociales presenciales con la familia y amigos; pudiendo conducir a que se aislé y se sienta solo, presente falta de concentración y problemas para la regulación de emociones (Rodríguez y Sánchez, 2022).

En este contexto, el bienestar psicológico en adolescentes debe entenderse como un constructo multidimensional, influido por varios factores del entorno, uno de ellos, las redes sociales, considerando el creciente uso de estas plataformas, resulta relevante analizar cómo el uso puede impactar positiva o negativamente en las distintas dimensiones del bienestar psicológico.

Este estudio se basa en un enfoque teórico integrador que combina la teoría del aprendizaje social y el modelo cognitivo-conductual para explicar el proceso del inicio de la conducta hasta su evolución problemática, mientras que el modelo de Ryff se basa en el bienestar psicológico.

El aprendizaje social de Albert Bandura, postula que las personas moldean su conducta de acuerdo a las observaciones previas que realizan, sucede a través de experiencias (Falcon, 2024). De acuerdo con esta teoría, los adolescentes adquieren y refuerzan conductas al observar e imitar modelos simbólicos en redes sociales, quienes influyen en sus hábitos, formas de actuar, pensar o relacionarse

y en sus patrones de conectividad (Bandura, 1977, como se citó en Guarnizo Ante et al., 2025).

Las plataformas digitales se convierten en un método de adquisición de conocimientos, facilitando la formación de un conjunto de conductas basadas en ejemplos de referencia, como pueden ser los familiares, amigos, personas famosas o creadores de contenido, cuyos modos de vida, posturas y hábitos en línea son asimilados gradualmente por los jóvenes (Giles, 2021). La exposición continua a contenidos digitales promueve la repetición de acciones asociadas con el uso habitual de plataformas sociales, lo que puede dar lugar a actitudes de obsesión y falta de control.

Desde este enfoque, el comportamiento que observan y refuerzan a través de la interacción continua en las redes sociales, se puede fortalecer como hábitos de uso más frecuente. Cuando este comportamiento empieza a interferir en actividades de su vida diaria o se vuelven su plan para afrontar situaciones sociales o emocionales, puede convertirse en un uso problemático.

Si bien, la teoría del aprendizaje social explica como la persona aprende y mantiene conductas relacionadas con el uso de redes sociales, no contextualiza porque el uso puede llegar a convertirse en problemático en algunos adolescentes, para comprender el proceso, resulta pertinente el siguiente modelo.

De acuerdo con el modelo cognitivo-conductual del uso problemático de internet presentado por Davis (2001, como se citó en Ocupa y Aquisé, 2022), el uso problemático surge a partir de cogniciones desadaptativas que favorecen que aparezcan conductas disfuncionales relacionadas con el internet. Sostiene que pensamientos negativos, baja autoestima y ansiedad social predisponen a la persona a usar de manera frecuente, manifestándose en síntomas de pérdida de control, abstinencia y tolerancia. A su vez las experiencias gratificantes que se obtienen en las plataformas, como el entretenimiento, la interacción social o acceso a contenidos de interés, actúan como reforzadores del comportamiento, incrementando de manera progresiva, el tiempo, la frecuencia de uso y la intensidad.

En el contexto de las redes sociales, este modelo permite comprender como las cogniciones desadaptativas pueden ser favorables al desarrollo de un uso problemático.

Desde toda la perspectiva que hemos visto, el uso de redes sociales se entiende que va desde un uso adaptativo, como lo explican algunos autores donde se trata de comunicarse, aprender o interactuar socialmente. Luego, puede hasta volverse un uso problemático, que conlleva dificultades para controlar el tiempo de conexión e interferir en su vida cotidiana. (Bello y Contreras, 2024; Payares y Chamorro, 2024; Díaz-Moreno et al., 2023)

Así, integrando el modelo cognitivo-conductual presentado por Davis (Katarzyna, 2011) sostiene, que una persona que experimenta el uso problemático de redes, se ve influenciada por factores distales o proximales. Los síntomas cognitivos se manifiestan en pensamientos repetitivos, sensaciones de autoconciencia, una baja autoevaluación, escasa autoestima y ansiedad en situaciones sociales, elementos que fortalecen el uso frecuente como método de afrontamiento. Este método ayuda a entender de qué manera ciertas creencias, sentimientos y acciones apoyan el uso incorrecto de estas plataformas, aumentando la probabilidad de problemas psicológicos en los jóvenes.

Es relevante señalar que el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) no está diseñado para realizar diagnósticos, por lo que no establece de manera clínica la existencia de una adicción. Su propósito es detectar los niveles de uso y comportamientos relacionados con las redes sociales desde una perspectiva de prevención. Esta herramienta se basa en la evaluación de aspectos como la obsesión, la falta de control y el uso excesivo, lo que permite identificar patrones de conducta que podrían poner en peligro el bienestar psicológico (Falcon, 2024). En este contexto, el ARS evalúa la frecuencia y la intensidad del uso de redes sociales sin fijar criterios clínicos de dependencia, funcionando, así como un recurso de evaluación destinado a la investigación y al ámbito educativo.

En tal sentido, los niveles que se obtienen por medio del ARS, permiten que se identifique el grado de implicación conductual de los adolescente con las redes sociales, por tanto, para el presente estudio, el nivel alto se interpretara como un

indicador de uso problemático, debido a que el instrumento usado, evalúa la intensidad de conductas como la obsesión, falta de control y el uso excesivo de las redes sociales, permitiendo identificar patrones que ponen en riesgo (Escrura y Salas, 2014; Falcon, 2024; Andrade Ruiz y De la Piedra, 2025)

En esta misma línea, el bienestar psicológico, según Harvey et al. (2021), se define como un estado integral que representa la salud mental y emocional de una persona, incluyendo aspectos fundamentales como la aceptación de uno mismo, la capacidad de tomar decisiones de manera independiente, el manejo del entorno, relaciones interpersonales gratificantes, un sentido definido de propósito en la vida y el desarrollo personal.

El bienestar psicológico según Casiano Carranza et al. (2024) es un concepto bastante estudiado dentro del área de psicología, pero suele confundirse con conceptos como calidad de vida o salud mental, no obstante, estudios nuevos demuestran que se refiere a la valoración subjetiva que hace una persona sobre su vida personal en diferentes ámbitos, como académico, laboral, familiar o social, en la que se considera la frecuencia o intensidad de las emociones, sean positivas o negativas que experimenta.

Las conceptualizaciones del bienestar psicológico provienen de la corriente eudaimónica, esta determina que se encuentra vinculado con el desarrollo de la capacidad que la persona tiene, por lo tanto, se enfoca en los logros que se puedan obtener y el recorrido para alcanzar las metas trazadas, por ende, se hará notorio en las personas que están satisfechas con su vida al haber alcanzado cumplir sus metas de acuerdo a sus posibilidades y al aprender a manejarse en diferentes situaciones (Valle y Sierra, 2024).

Ryff desarrolla el modelo multidimensional acerca del bienestar psicológico basándose en el modelo eudaimónica, abarca aspectos que reflejan la visión que una persona tiene sobre su vida en general y señala al bienestar como el desarrollo pleno del potencial de una persona; el modelo se comprende por seis dimensiones: autoaceptación, relaciones positivas, dominio del entorno, autonomía, propósito en la vida y crecimiento personal; estas han sido validadas por diferentes estudios empíricos (Valle y Sierra, 2024, como se citó en Sandoval Barrientos et al., 2017).

Mientras que Casullo, adapta este enfoque específicamente a los adolescentes, poniendo énfasis en aspectos relacionados con la aceptación personal, las relaciones interpersonales, el control sobre las situaciones y los planes de vida. En conjunto, ambas propuestas ofrecen una comprensión del bienestar psicológico como una experiencia holística que integra la percepción y satisfacción subjetiva con los recursos personales y sociales que facilitan un desarrollo positivo (Chapoñan, 2021).

Las dimensiones propuestas por Ryff sustentan el presente estudio, así surge el diseño del BIEPS-J, como una adaptación del modelo original dirigida a la población adolescente, integrando las dimensiones de Ryff: autonomía, el dominio del entorno, relación positiva con los demás, propósito en la vida, crecimiento personal y autoaceptación; en cuatro dimensiones operativas: control, vínculos, proyectos y aceptación. Por ende, el instrumento mantiene coherencia con el modelo de Ryff, permitiendo una evaluación positiva de sus dimensiones (Ryff, 1989 como se citó en Valle y Sierra, 2024) (Niño, 2023).

Investigaciones recientes han revelado que las redes sociales ofrecen apoyo social y servir como una herramienta para cultivar las relaciones entre las personas (Keles et al., 2020). Sin embargo, cuando el uso de estas plataformas se vuelve problemático, se asocia con efectos adversos en el bienestar psicológico, como la incapacidad para controlar el tiempo en línea y en la interrupción de actividades escolares, sociales y familiares (Aristizábal et al., 2025).

Exponerse de manera continua a contenidos idealizados en las plataformas sociales, puede favorecer procesos de comparación social. Por medio de la observación de modelos que muestran sus logros, estilo de vida, apariencias o reconocimientos, los adolescentes pueden desarrollar expectativas poco realistas sobre ellos mismos. Por lo tanto, pueden surgir por medio del aprendizaje social, a través de la observación e imitación de modelos significativos.

Desde el modelo de bienestar psicológico de Ryff, el uso problemático de las redes puede influir en las dimensiones como la autoaceptación, las relaciones interpersonales, la autonomía y el sentido de vida, debido a la constante exposición a comparaciones y a la búsqueda de reconocimiento en internet. Del mismo modo,

la teoría del aprendizaje social de Bandura sugiere que estos comportamientos se aprenden y se refuerzan a través de la observación y la imitación de modelos visibles en las redes sociales.

Los datos empíricos evidencian que niveles mayores de uso de redes sociales están vinculados a la ansiedad, depresión, problemas de sueño y dificultades para regular las emociones, mientras que un menor nivel de uso se relaciona con un mejor bienestar psicológico.

Desde esta perspectiva teórica integradora, se entiende que un mal uso de las redes sociales puede tener un impacto desfavorable en la salud mental de los jóvenes, alterando su imagen personal, sus vínculos sociales y sus metas vitales. Por lo tanto, este estudio examina la conexión entre el uso de redes sociales y el bienestar psicológico, abordando ambos conceptos desde una aproximación psicosocial integral.

La investigación de Calderón Gonzales (2025), titulada Influencia de las redes sociales Instagram y TikTok en el bienestar psicológico de mujeres adolescentes, utilizando el modelo PERMA, 2025, tuvo como finalidad examinar la conexión entre la dependencia a esas plataformas, la percepción del cuerpo y el bienestar psicológico. El estudio se llevó a cabo en dos colegios privados en la ciudad de Cuenca, con un grupo de 157 adolescentes de sexo femenino. Se analizó la frecuencia de utilización, el grado de adicción y las emociones que se percibieron. Los hallazgos mostraron una notable relación entre el uso frecuente de Instagram y TikTok, lo que resultó en mayores niveles de dependencia, además de una reducción significativa en las cinco dimensiones del modelo PERMA. También se observó una menor valoración del cuerpo y una mayor presión por cumplir con estándares estéticos poco realistas, concluyendo que el uso desmedido de estas redes sociales impacta de manera negativa el bienestar psicológico de las adolescentes.

La investigación de Espartosa Sobrino, denominada, El impacto de las redes sociales en el bienestar psicológico, 2024, tuvo como finalidad analizar de qué manera el uso de plataformas visuales, como Facebook, Instagram y TikTok, impacta el bienestar psicológico y la salud mental de aquellos que las utilizan. Los

datos revelaron un alto grado de uso de estas plataformas, sobre todo entre los jóvenes, así, el estudio señala que, aunque las redes sociales brindan ventajas como la comunicación, el acceso a información y el entretenimiento, también pueden asociarse de manera negativa, por ejemplo, la comparación entre pares, la presión por mantener una buena imagen, la exposición constante y por la influencia de los “influencers”. Además, se detectaron riesgos en la privacidad y la autoestima, especialmente en adolescentes. Se llegó a la conclusión de que un uso excesivo de las redes sociales puede asociarse considerable en el bienestar psicológico de sus usuarios.

La tesis de Reto Chavarry (2024) en su investigación titulada, Bienestar psicológico y uso de las redes sociales en estudiantes de una institución educativa de José Leonardo Ortiz-Lambayeque 2023, este estudio presentó un enfoque cuantitativo, un nivel de descripción correlacional y un diseño transversal no experimental. La muestra estuvo compuesta por 143 estudiantes de primero a quinto grado de secundaria, estudiantes de ambos sexos, con edades entre 12 y 17 años. Para la recolección de datos se utilizó la Escala de Bienestar Psicológico Ryff SPWB, adaptada de Díaz et al. (2020) y la Encuesta Corta sobre Adicción a las Redes Sociales (ARS-6) de Salas et al. (2020). Los resultados mostraron una correlación inversa moderada ($r = -0,192$) entre las dos variables, con un bajo nivel de bienestar psicológico y un uso de redes sociales en riesgo, especialmente para las mujeres y en el grupo de edad de 12 a 14 años. Se concluyó que, a mayor uso de las redes sociales, menor es el nivel de bienestar psicológico de los jóvenes.

Sánchez et al. (2024), en su investigación nombrada, Evaluación del impacto de las redes sociales en el bienestar psicológico de adolescentes, tuvo como objetivo analizar cómo la interacción con plataformas digitales afecta la salud mental de los adolescentes, teniendo en cuenta aspectos como la ansiedad, la depresión y la autoestima. El estudio se diseñó mediante una revisión narrativa de la literatura científica obtenida de otras bases de datos académicas y revistas especializadas. Los resultados mostraron que el uso intensivo de las redes sociales puede tener consecuencias negativas relacionadas con la comparación social y el ciberacoso. También se subrayó la importancia de identificar los mecanismos que conducen a estos efectos. Se concluyó que comprender estas dinámicas es fundamental para

promover el uso saludable de las redes sociales y mejorar el bienestar psicológico de los adolescentes.

La tesis de Rengifo y Revatta denominada, Influencia de las redes sociales en la autopercepción de la imagen corporal en estudiantes de 3ro y 4to grado de secundaria de la I.E. Colegio coronel Pedro Portillo de Pucallpa, 2022, donde el objetivo fue describir la influencia de las redes sociales en la autocomprensión de la imagen corporal de los estudiantes de dicha institución educativa. El estudio fue una muestra de diseño basal, de nivel descriptivo y no experimental correlacional de 103 estudiantes universitarios a quienes se les aplicó un cuestionario sobre redes sociales y autoconcepto de imagen corporal. Los resultados mostraron un efecto moderado entre las dos variables, arrojando un coeficiente rho de Spearman de 0,449 y un nivel de significancia de 0,000 <0,05. Se concluyó que las redes sociales afectan significativamente la autoestima de la imagen corporal de los estudiantes.

Carbajal et al. (2022), en su investigación nombrada, Bienestar psicológico y uso de redes sociales en estudiantes del Instituto ICT, Huancayo, su objetivo determinar la relación entre el bienestar psicológico y el uso de redes sociales entre estudiantes de dicha institución. El estudio presentó un enfoque cuantitativo, de nivel correlacional y fue diseñado con 93 estudiantes. Se utilizó un cuestionario estructurado para la recolección de datos. Los resultados indicaron bajos niveles de bienestar psicológico y altos niveles de uso de redes sociales para la mayoría de los participantes. El análisis estadístico permitió identificar una relación inversa y moderada entre las dos variables, concluyendo que mientras más se utilizan las redes sociales, menor es el bienestar psicológico de los estudiantes.

III. MATERIALES Y MÉTODOS

3.1. Tipo básico, diseño y enfoque

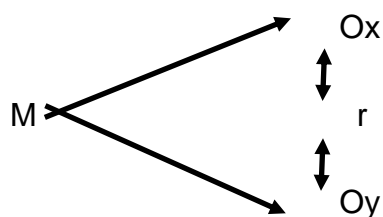
El estudio fue de tipo básico, esto permite explicar con más claridad la investigación, además, el análisis correlacional se enfoca en explorar la relación entre variables para entender de mejor forma como se asocian entre sí y buscan, además, fortalecer la teoría existente con los nuevos hallazgos (CONCYTEC, 2018 como se cita en Falcon Huacac, 2023).

La investigación presentó un diseño no experimental de corte transversal, en el no experimental es donde se observa a las personas en su entorno natural sin llegar a alterar las condiciones ni manipular las variables. Por medio del corte transversal se va a recoger los datos en un momento único y solo será una vez. (Arias y Covinis, 2021)

El enfoque fue cuantitativo, el cual trata sobre la medición y el análisis de los datos numéricos que se recolectan de forma sistemática y se analizan por medio de técnicas estadísticas, se recopila a través de calificaciones, puntajes de pruebas estandarizadas o datos numéricos usando un método estadístico. El objetivo de esta es poder obtener resultados objetivos que establezcan relaciones causales y patrones de comportamiento a escala (Vizcaíno Zúñiga et al., 2023)

El estudio presentó un nivel descriptiva – correlacional, se combinan ambos estudios para que se desarrolle de una forma más detallada, Arias y Covinis (2021) mencionan que la investigación descriptiva sirve para describir un fenómeno o situación de forma detallada, mientras que Ramírez y Callegas (2020, como se citó en Vizcaíno et al., 2023) se enfocan en investigar si la investigación correlacional tiene como objetivo establecer si existe o no una relación entre dos o más variables dentro del ámbito estadístico, sin necesidad de demostrar una relación causa y efecto.

El plan de investigación se diseñó de tal manera:



Donde:

M: Representación de la muestra.

Ox: Uso de las redes sociales

r: Relación que existe en ambas variables

Oy: Bienestar psicológico

3.2. Población, muestra y muestreo

La población no solo es un grupo y ya, sino que, también es una entidad de su propia estructura y características, las cuales deben analizarse e identificarse de forma precisa. (Cerdeña, 2021). En este caso, la secundaria de la Institución Educativa José Lishner Tudela.

Tabla 1: Distribución de población de 3ro a 5to de secundaria matriculados en la I.E.

Nivel		Secundaria		
Grado	3er grado	4to grado	5to grado	
Hombre	63	54	52	
Mujer	53	80	71	
SUMA	116	134	123	
TOTAL		373		

Dentro de la investigación la muestra se definió como un grupo seleccionado de sujetos, que pueden incluir eventos o entidades, extraídos de una población total. Este enfoque permite llevar a cabo un estudio y realizar comparaciones sobre dicha población. (Arias y Covinos, 2021). La muestra se seleccionó por un muestreo probabilístico de tipo estratificado, donde se consideró estudiantes de secundaria de 3ro a 5to matriculados en el año 2025, entre las edades de 14 a 17 años de ambos sexos, a los cuales sus padres firmen el consentimiento informado.

$$n = \frac{N * Z^2 * P * (1 - P)}{(N - 1) * E^2 + Z^2 * P * (1 - P)}$$

Donde:

N = Tamaño de la población = 373

Z = Nivel de confianza = 1.96 (corresponde al 95%)

P = Probabilidad de ocurrencia = 0.5

Q = Probabilidad de no ocurrencia = 0.5

E = Margen de error permitido = 0.05

Y que, al reemplazar valores:

$$n = \frac{373 * (1.96)^2 * 0.5 * (1 - 0.5)}{(373 - 1) * (0.05)^2 + (1.96)^2 * 0.5 * (1 - 0.5)}$$

n: 385.29/1.8904 = 189.5 estudiantes

n: 190 estudiantes

El muestreo empleado es aleatorio estratificado con alineación proporcional, siendo los niveles de 3ro a 5to de la Institución Educativa un estrato, este se seleccionó en proporción a la población total, respetándola.

Tabla 2: Muestreo de la población

Grado	TOTAL
3	59
4	68
5	63
TOTAL	190

3.3. Hipótesis

Hi: El uso de redes sociales se relaciona negativamente con el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de tumbes, 2025.

H0: El uso de redes sociales no se relaciona negativamente con el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de tumbes, 2025.

3.4. Definición de Variables

Variable 1: Redes sociales

Definición Conceptual: Las redes sociales son espacios virtuales que permiten la generación y el compartir de contenido, así como la comunicación entre individuos y el desarrollo de comunidades en el entorno digital. Estos recursos tecnológicos fomentan el diálogo y el intercambio de datos a través de textos, fotos, videos y vínculos, uniendo a personas de distintas regiones del planeta al instante (Gozálvez y Cortijo, 2023).

Definición operacional: El uso de redes sociales será evaluado mediante el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS), desarrollado por Ecurra y Salas en 2014. Este cuestionario analiza tres dimensiones: la obsesión por las redes sociales (10 ítems), la falta de control personal (6 ítems) y el uso excesivo de estas plataformas (8 ítems). Los puntajes se clasifican a través de niveles, bajo, medio y alto, el nivel alto se interpretará como un indicador de un uso problemático de las

redes sociales, entendiéndose como una mayor presencia de las conductas de obsesión, pérdida de control y la interferencia en las actividades cotidianas.

Variable 2: Bienestar psicológico

Definición conceptual: Se define por la percepción que puede tener una personas debido a los logros que tienen en su vida, el nivel de satisfacción propio, con sus logros, con lo que puede hacer a través de un enfoque personal y emocional (Casullo, 2008, citado por Cortez 2016)

Definición operacional: Las puntuaciones se obtendrán de la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J) del autor Casullo, que contiene 13 ítems y las siguientes dimensiones: Control; que es el manejo situaciones complicadas (5 ítems); Vínculos, sus vínculos personales y sociales (3 ítems); Proyectos, las metas que tiene y sus pensamientos (3 ítems); Y, aceptación: sobre su físico y mentalidad (2 ítems). Se calificará directamente donde en desacuerdo será 1, ni en acuerdo ni desacuerdo será 2 y de acuerdo será 3.

3.5. Criterios de inclusión y exclusión

Criterios de inclusión, estudiantes del nivel secundario matriculados en 3ro a 5to de la I.E seleccionada en Tumbes, estudiantes de ambos sexos de la I.E, tener entre 14-17 años cumplidos al momento de la investigación, uso activo de redes sociales en el último año, asentimiento informado por el estudiante y consentimiento por los padres.

Criterios de exclusión, estudiantes del nivel secundario con dificultades de acceso a redes sociales o dispositivos electrónicos, aquellos que no desearon participar en la investigación o no firmaron el consentimiento informado, estudiantes del nivel secundario con diagnóstico médico de trastornos psicológicos severos no relacionados con el uso de redes sociales, participantes que abandonaron la institución antes de completar la recolección de datos.

3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.

Para la variable redes sociales se utilizó el cuestionario de adicción a redes sociales (ARS), validada y adaptada en el contexto peruano, sus autores son Miguel escurra mayaute y Edwin salas blas. Su administración es individual o colectiva y contiene 24 ítems distribuidos en tres dimensiones: obsesión por las redes sociales, falta de

control personal en el uso y uso excesivo. Su aplicación es en adolescentes y jóvenes de 12 a 25 años, siendo su duración de 10 a 15 minutos aproximadamente. Para la validez se utilizó el análisis factorial confirmatorio para corroborar la consistencia de los factores previamente identificados, correspondiente de los tres factores relacionados, cuyas puntuaciones fueron: : ($\chi^2(238) = 35.23$; $p < .05$; $\chi^2/gl = 1.48$; $GFI = .92$; $RMR = .06$; $RMSEA = .04$; $AIC = 477.28$). Para la confiabilidad se usó alfa de Cronbach ($\alpha > 0.95$) indicando alta consistencia interna. La escala de medición es, nunca, rara vez, a veces, casi siempre, siempre, otorgándole una puntuación a cada alternativa de 0,1,2,3 y 4 respectivamente, siendo el ítem 13 de la escala calificado de manera inversa. S (0), CS (1), AV (2), RV (3), N(4). Y por último se evalúa los niveles, bajo 0-27, medio 28-52 y alto 53-96 (Fernández, 2022), para el estudio, el nivel alto se interpretará como un indicador de un uso problemático de las redes sociales, debido a que refleja conductas problemáticas asociadas a las dimensiones.

Los cuestionarios psicológicos proporcionan información importante sobre los síntomas o las características psicológicas, pero por sí solos no permiten realizar un diagnóstico clínico. Para hacer un diagnóstico, es necesario integrar varias fuentes de información en un proceso de evaluación psicológica más amplio, que incluye la entrevista clínica, la observación y el juicio profesional (Hernández et.al, 2022). Por lo tanto, el cuestionario Ars no tiene fines diagnósticos.

Para la variable de bienestar psicológico se utilizó la escala de bienestar psicológico para jóvenes (BIEPS-J), validada y adaptada en el contexto peruano por Martínez (2002), su autora es, María Casullo, de procedencia argentina, 2002, su administración es individual o colectiva, consta de 13 ítems distribuidos en cuatro dimensiones: control de situaciones, aceptación de sí mismo, vínculos psicosociales y proyecto. Se estableció la validez de contenido, por medio del criterio de 10 expertos del área de psicología, jueces expertos en el tema, quienes establecieron la validez del instrumento. Para la confiabilidad se usó alfa de Cronbach ($\alpha > 0.74$) indicando media consistencia interna. La escala de medición consta de, en desacuerdo con una puntuación de 1, ni de acuerdo ni en desacuerdo con una puntuación 2 y de acuerdo cuya puntuación es 3. Y, calificando los niveles de 3-32 bajo, de 33-37 medio y de 38-39 alto (Falcon, 2024)

3.7. Procedimiento de recolección de datos

Para realizar el procesamiento y recolección de datos, se tomó la encuesta como técnica por medio de las herramientas tituladas: Cuestionario de adicción a redes sociales; y la Escala de bienestar psicológico para jóvenes, se realizó de manera escrita cuando los adolescentes cumplieron con los criterios de inclusión en una ficha de datos de los estudiantes donde aceptaron participar por medio de un permiso solicitado al director de la escuela a través de un documento.

El método científico usado para los objetivos del estudio fue la observación sistemática y la medición, la encuesta fue la técnica y el procedimiento para la observación por medio de los instrumentos mencionados.

Una vez que se obtuvieron los datos utilizando el Cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS) y la Escala de Bienestar Psicológico para Jóvenes (BIEPS-J), se llevó a cabo un proceso de revisión de la información, eliminando aquellos cuestionarios que estaban incompletos.

3.8. Procedimiento y análisis de datos

Los datos listos, fueron codificados y organizados en una base de datos mediante el programa Microsoft Excel, y luego se trasladaron al software estadístico SPSS versión 26, donde se realizó el análisis estadístico correspondiente.

Inicialmente se efectuó un análisis descriptivo de las variables, calculando frecuencias, porcentajes, medias y desviaciones estándar para poder describir los niveles de uso de redes sociales y de bienestar psicológico entre los estudiantes.

En consecutiva, se realizó la distribución de los datos por medio de las pruebas de normalidad con la finalidad de determinar el uso de pruebas paramétricas o las no paramétricas, obteniendo el rechazo a la hipótesis de normalidad, a partir de ello se empleó la estadística no paramétrica para evaluar la correlación, específicamente el coeficiente Rho de Spearman.

Al final, se usó coeficiente de correlación de Spearman, el nivel de significancia. $**p < 0.01$. Y, por consiguiente, realizar las tablas correspondientes a los objetivos.

3.9. Consideraciones éticas

Previamente se solicitó el consentimiento informado a los padres o apoderados legales, en el que se explicó el objetivo del estudio, la confidencialidad de la información y el derecho a participar de forma voluntaria o no hacerlo. También, se solicitó el asentimiento informado por los estudiantes, a quienes se les informara de forma clara la finalidad del estudio, asegurando que cada participación es voluntaria. La confidencialidad garantiza que los datos recolectados serán anónimos, pues la información solo será usada con fines académicos y para la investigación actual. Por razones éticas, se omiten los nombres de los estudiantes que participaron en la investigación, asegurando que solo darán sus iniciales así que toda la información recopilada se mantiene confidencial y es dirigida exclusivamente al investigador (Herrera & León, 2022).

Además, los datos serán almacenados en archivos digitales protegidos, bajo solo la autoridad de los investigadores a cargo, estos se conservarán durante el periodo de investigación hasta finalizar todo el proyecto, conforme a las normas éticas. En caso de algún procedimiento de derivación, y de identificarse puntajes elevados del ars o puntajes bajos del bienestar psicológico, se informa a la institución educativa, derivando al área de psicología o al profesional correspondiente.

Corroboramos la ética a través del principio de no maleficencia, el cual se refiere al respeto de la integridad del ser humano y se considera un pilar de la ética tradicional. Este principio otorga una primacía moral que permite a los profesionales de la salud referir a un paciente a otro colega si es necesario Y, el principio de justicia, que busca la distribución equitativa de cargas y beneficios en el ámbito del bienestar, lo que impone ciertos límites al principio de autonomía. Esto se debe a que la autonomía de cada individuo no debe interferir con el derecho a la vida, la libertad y otros derechos fundamentales de las demás personas (Ortiz & Matar, 2022)

IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. Resultados

Tabla 3

Relación entre la V1 y la V2 en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Tumbes, 2025

Variables	Rho de Spearman	P(bilateral)	N
Uso de redes sociales (V1) – Bienestar psicológico (V2)	-0.314**	0.000	190

Nota. Rho= coeficiente de correlación de Spearman; p= nivel de significancia.

**p<0.01. Se utilizo Spearman debido a la no normalidad de los datos. ($p < 0.05$)

Los resultados de la tabla 3 demuestran que existe una relación negativa moderada y estadísticamente significativa entre el uso de redes sociales y el bienestar psicológico (Rho = -0.314; $p < 0.01$). Esto indica que, cuanto más amplio es el uso de redes sociales se relaciona con un menor nivel de bienestar psicológico en los estudiantes evaluados.

En ese sentido, un mayor uso de redes sociales, especialmente si alcanza el nivel alto que se interpreta como un indicador de uso problemático, podría estar asociado con dificultades en aspectos del bienestar psicológico como la autoaceptación, el control del entorno, los vínculos interpersonales y la proyección de metas. Por lo tanto, se evidencia una relación inversa entre ambas variables, lo que sugiere la necesidad de implementar estrategias de intervención dirigidas al uso adecuado de las redes sociales y a la promoción del bienestar psicológico en el contexto educativo.

Tabla 4

Nivel de uso de redes sociales en estudiantes de 3ro a 5to de secundaria de una institución Educativa de Tumbes, 2025

Nivel de uso de redes sociales	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	84	44.2%
Medio	80	42.1%
Alto	26	13.7%
Total	190	100.0%

La tabla 4 muestra que el 44.2% de los estudiantes presenta un nivel bajo de uso de redes sociales, seguido de un 42.1% con un nivel medio y un 13.7% con un nivel alto. Estos resultados evidenciaron que la mayoría de estudiantes se concentran en los niveles bajo y medio; sin embargo, existe un grupo significativo que muestra altos niveles de uso de redes sociales, indicando un uso problemático, el cual merece atención debido a las posibles implicancias reportadas por la literatura.

Tabla 5

Nivel de bienestar psicológico en estudiantes de 3ro a 5to de secundaria de una Institución Educativa de Tumbes, 2025

Nivel del bienestar psicológico	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	93	48.9%
Promedio	78	41.1%
Alto	19	10.0%
Total	190	100.0%

En la tabla 5, se puede observar que el 48.9% de estudiantes, presenta un nivel bajo de bienestar psicológico, seguido del nivel medio con un 41.1% y por último el nivel alto con un 10.0%. Evidenciando que la cantidad mayor de estudiantes se encuentra en los niveles bajos de la V2, sugiriendo que puede existir posibles conflictos en las dimensiones de autoaceptación, vínculos, control del entorno y la proyección de metas. Lo que quiere decir que es necesario implementar estrategias que se orienten a fortalecer el bienestar psicológico en la población estudiada.

Tabla 6

Relación entre el uso de redes sociales y las dimensiones del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de Tumbes, 2025.

Uso de redes sociales	Vínculos	Proyectos	Control	Aceptación
Rho de Spearman	-0.083	-0.136	-0.300**	-0.262**
P (bilateral)	0.257	0.062	0.000	0.000
N	190	190	190	190

Nota. Rho= coeficiente de correlación de Spearman; p= nivel de significancia.

**p<0.01. Se utilizo Spearman debido a la no normalidad de los datos.

En la Tabla 6 se observa la relación entre la variable de redes sociales y las dimensiones de la variables bienestar psicológico. La dimensión control tiene una correlación negativa moderada lo que estadísticamente significa que (Rho = -0.300; < 0.01), ello indica que, a un uso mayor de redes sociales, considerando que el nivel alto se interpreta como un uso problemático, existe un menor control del entorno en los estudiantes.

Por otro lado, la dimensión aceptación, muestra una correlación negativa débil a moderada y significativa (Rho = -0.262; p < 0.01), lo que sugiere que, a mayor uso de redes sociales, siendo el nivel alto es interpretado como un uso problemático, se relaciona con menor nivel de autoaceptación.

Mientras que, las dimensiones como vínculos (Rho = -0.083; p > 0.05) y proyectos (Rho = -0.136; p > 0.05) muestran correlaciones negativas débiles y no significativas, indicando que no existe una asociación estadística significativa entre el uso de redes sociales y las dimensiones mencionadas en la muestra de estudio. Sugiriendo que, los resultados presentan que el uso de redes sociales se relaciona solo de manera inversa según los resultados en las dimensiones de control y aceptación, pero no es lo contrario en los casos de vínculos y proyectos.

4.2. Discusión

La presente investigación se ha centrado en determinar la relación entre el uso de redes sociales y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Tumbes, 2025. Los resultados que se obtuvieron evidenciaron una correlación negativa moderada y estadísticamente significativa entre ambas variables ($Rho = -0.314$; $p < 0.01$), lo que muestra que, a mayor nivel de uso de redes sociales se relaciona con un menor nivel de bienestar psicológico en los estudiantes evaluados.

A partir del marco teórico utilizado en el estudio, el bienestar psicológico se percibe como un constructo multidimensional que incluye aspectos como la autoaceptación, el control del entorno, la construcción de relaciones positivas y la construcción de proyectos de vida (Ryff, 1989). En la adolescencia, estas dimensiones se fortalecen al verse influenciadas por factores contextuales y sociales, incluido el uso intensivo de tecnologías digitales (Begoña et.al, 2024).

Considerando que la adolescencia es un período caracterizado por la búsqueda de identidad y la necesidad de aprobación social, el uso constante de las redes sociales puede incrementar la aprobación externa y la comparación social, afectando el equilibrio psicológico (Huertas, 2022). Sin embargo, debido al diseño no experimental y transversal del estudio, no es posible establecer relaciones causales, sino sólo confirmar la existencia de una relación significativa entre las dos variables en el contexto evaluado.

Estos resultados pueden comprenderse desde el enfoque teórico integrador basado en la teoría del aprendizaje de Bandura y el modelo cognitivo-conductual de Davis, que los adolescentes adquieren y refuerzan conductas al observar e imitar modelos simbólicos en redes sociales, lo que puede relacionarse de manera progresiva en sus hábitos o patrones de uso y conectividad (Bandura, 1977), de la misma forma, Davis menciona que el uso problemático se asocia a cogniciones desadaptativas como baja autoestima, ansiedad social y pensamientos negativos, las que, junto al reforzamiento, favorecen un mayor tiempo, frecuencia e intensidad del uso. Ambos modelos nos permiten comprender la relación entre el uso de redes sociales y el bienestar psicológico (Davis, 2001, como se citó en Ocupa y Aquisé, 2022).

Además, la relación negativa entre el uso de las redes sociales y el bienestar psicológico puede interpretarse principalmente a partir del modelo multidimensional propuesto por Ryff (1989), estas dimensiones requieren de procesos internos de regulación emocional, autoconocimiento y consolidación del autoconcepto que se desarrollan plenamente durante la adolescencia (Aguirre, 2020).

Durante la adolescencia, la necesidad de pertenencia y reconocimiento influye en la formación de la identidad, proceso que puede verse influido por un entorno digital que favorece la exposición constante y la evaluación social. Esta etapa de evolución aumenta la sensibilidad a las opiniones de los pares, lo que puede hacer que el feedback obtenido en las redes sociales influya directamente en la percepción de competencia y evaluación personal (García & Márquez, 2022).

En consecuencia, la investigación sobre interacciones digitales sugiere que la comparación social frecuente en entornos virtuales puede afectar la autoestima y el ajuste emocional dependiendo del tipo de experiencia vivida (Montes et.al, 2024). Cuando los jóvenes internalizan estándares idealizados o basan su autoestima en la validación externa, dimensiones básicas del bienestar psicológico como la autoaceptación y el dominio pueden verse afectadas. En este sentido, los resultados reflejan cómo las dinámicas digitales actuales se relacionan con los procesos internos del desarrollo psicológico en adolescentes.

Los resultados obtenidos en la presente investigación son consistentes con estudios recientes desarrollados en el contexto educativo peruano. En primer lugar, Carbajal et al. (2022) encontraron una relación inversa y moderada entre el bienestar psicológico y el uso de redes sociales entre estudiantes del Instituto TIC de Huancayo, mostrando que un mayor uso se asoció con menores niveles de bienestar. Este hallazgo coincide directamente con lo encontrado en este estudio, donde se observó una correlación negativa moderada entre las dos variables, reforzando la consistencia del fenómeno en el contexto nacional en la población adolescente.

De manera similar, un estudio realizado por Eccoña y Torres (2025) en estudiantes de secundaria del Cercado de Lima reportó una correlación negativa moderada entre la adicción a las redes sociales y el bienestar psicológico ($Rho = -0.210$; $p =$

.006), así como una correlación negativa entre el uso excesivo y la dimensión de los proyectos personales. Estos hallazgos respaldan lo demostrado en este estudio, lo que sugiere que el uso elevado o problemático de las redes sociales puede estar asociado con una menor consolidación de componentes importantes del bienestar psicológico en los adolescentes.

Asimismo, Hernández et.al (2024) identificó correlaciones negativas entre dimensiones del bienestar psicológico, como el control personal y la autoaceptación, y variables relacionadas con el riesgo de adicción a las redes sociales. Estos resultados sugieren que el uso digital no necesariamente afecta el bienestar psicológico, pero puede afectar más intensamente dimensiones relacionadas con la autorregulación y las percepciones de competencia personal.

La evidencia empírica revisada permite confirmar que los resultados de este estudio no son un hallazgo aislado, sino parte de una tendencia de investigación reciente que indica una relación inversa entre el uso intensivo de redes sociales y el bienestar psicológico en los adolescentes. Sin embargo, las diferencias en la magnitud de las correlaciones encontradas entre los estudios sugieren que el fenómeno puede estar influenciado por factores contextuales, culturales o metodológicos que merecen ser investigados en futuras investigaciones.

El objetivo general de este estudio fue determinar la relación entre el uso de redes sociales y el bienestar psicológico de los estudiantes de secundaria de una institución educativa de Tumbes en el año 2025. Los resultados obtenidos mediante el coeficiente de correlación de Spearman mostraron una correlación negativa moderada y estadísticamente significativa entre ambas variables ($Rho = -0.314$; $p < 0.01$). Como resultado se confirma la hipótesis de la investigación, que indica que, a mayor nivel de uso de las redes sociales, menor es el nivel de bienestar psicológico de los jóvenes evaluados.

La dirección negativa del coeficiente indica que un aumento en el comportamiento relacionado con el uso problemático de las redes sociales se asocia con una disminución en los componentes del bienestar psicológico como la autoaceptación, el cuidado del medio ambiente, las relaciones positivas y el propósito en la vida, dimensiones planteadas en el modelo teórico de Ryff que sustenta este estudio.

Este hallazgo es consistente con la idea de que la exposición prolongada a dinámicas digitales basadas en la comparación social, la validación externa y la búsqueda de inmediatez puede afectar la percepción subjetiva de bienestar de los adolescentes.

Asimismo, estos resultados están en línea con estudios recientes realizados en el contexto nacional. Carbajal et al. (2022) identificaron una relación inversa y moderada entre el uso de redes sociales y el bienestar psicológico en estudiantes de Huancayo. De manera similar, Eccoña y Torres (2025) informaron una relación moderadamente negativa entre la adicción a las redes sociales y el bienestar psicológico en adolescentes de Lima. En ambos casos, como en este estudio, está claro que el uso intensivo de plataformas digitales se asocia con niveles más bajos de bienestar.

El primer objetivo específico del estudio fue identificar el nivel de uso de redes sociales en estudiantes de 3ro a 5to de secundaria de una institución educativa en Tumbes, 2025. Los resultados demostraron que el 44.2% de los estudiantes muestra un nivel bajo, el 42.1% un nivel medio y el 13.7% un nivel alto, considerado uso problemático. Estos resultados permiten constatar que, si bien el mayor porcentaje se concentra en un nivel bajo, una proporción significativa de estudiantes muestra hábitos de uso que pueden indicar un estado de riesgo, considerando que más de la mitad de la muestra (55,8%) se encuentra entre niveles medios y altos.

Estos hallazgos se pueden entender considerando las particularidades de la adolescencia, en la que las plataformas sociales juegan un papel clave en la formación de la identidad y en la creación de relaciones interpersonales. No obstante, si el tiempo dedicado a estas redes se incrementa o se vuelve descontrolado, podría interferir con las actividades escolares, familiares y sociales en la vida real (Hernández et al., 2024). En este contexto, el uso problemático no debe verse solo como tiempo en línea, sino como un comportamiento habitual que influye en la gestión personal y en la autorregulación.

Por consiguiente, aunque el nivel bajo predomina en la muestra evaluada, la existencia de estudiantes en niveles medio y alto demuestra la necesidad de llevar

a cabo acciones preventivas en el ámbito educativo. Estos resultados no sugieren necesariamente una condición de adicción, pero sí manifiestan patrones de uso problemático, por ende, es de vital importancia, fortalecer competencias digitales responsables y estrategias de autocontrol en adolescentes, teniendo en cuenta el impacto que el entorno digital tiene en su crecimiento socioemocional.

El segundo objetivo específico fue identificar el bienestar psicológico en estudiantes de 3ro a 5to de secundaria de una Institución Educativa en Tumbes en 2025. Los resultados muestran que el 48.9% de estudiantes, exponen un nivel bajo de bienestar psicológico, un 41.1% determina el nivel medio y un 10.0% presentan un nivel alto. Evidencia que la mayor cantidad de estudiantes presenta niveles bajos, esto es significativo debido a que pueden existir posibles conflictos en las cuatro dimensiones (autoaceptación, vínculos, control del entorno y proyección de metas) sugiriendo un estado de vulnerabilidad en los adolescentes.

El bienestar psicológico del instrumento según el autor (Casullo, 2008, citado por Cortez, 2016) es definido como la percepción que puede tener una persona debido a los logros que tienen en su vida, el nivel de satisfacción propio, con estos y con lo que puede hacer a través de un enfoque personal y emocional, lo que quiere decir según los resultados que el mayor porcentaje de personas encuestadas no tiene una percepción positiva con sus logros y puede no estar satisfecha ni tener buen control en cuanto a su enfoque personal y de emociones.

Si los resultados muestran que son pocos los estudiantes con nivel alto de bienestar psicológico, se evidencia que son resultados no favorables. Según García (2019, como se citó en Sánchez-Valtierra et al., 2024) esta observación puede estar ligada por diferentes factores sociales, por ejemplo, la calidad de las interacciones sociales, presencial o virtuales (redes sociales), pueden influir en la autoestima y la capacidad para enfrentar el estrés; en el contexto familiar, puede que la falta de apoyo emocional perjudique la estabilidad emocional en el adolescente; por otro lado, exponerse a la violencia, impacta de forma negativa a su desarrollo emocional que está construyendo; y por último, la pobreza, que limita acceder a recursos y aumenta los riesgos en problemas de salud emocional.

De esta manera, según Reto Chaverry (2024), a través de su investigación con resultados similares, al tener un porcentaje en niveles bajos de bienestar con 63.64%, menciona que estos resultados tienen implicaciones en la vida de los adolescentes, como inseguridades para aceptar como son, dificultades para reconocer sus propias fortalezas y debilidades, en vez de priorizar sus propias decisiones, lo hacen con las grupales o se dejan llevar por presión social, además pueden ver su vida sin sentido ni propósito, lo que quiere decir que no tienen metas ni objetivos y si las tienen son escasas.

El tercer objetivo y último fue, analizar la relación entre el uso de redes sociales y las dimensiones del bienestar psicológico en estudiantes de 3ro a 5to de secundaria de una Institución Educativa en Tumbes, 2025. Los resultados revelan significancia en dos dimensiones, la dimensión control presenta una correlación negativa moderada ($Rho = -0.300; < 0.01$), indicando que, a mayores niveles de uso de redes sociales, especialmente cuando estos reflejan patrones de uso problemático, existe un menor control del entorno en los adolescentes. Mientras que la dimensión aceptación presente una correlación negativa débil a moderada ($Rho_{-} -0.262; p < 0.01$), sugiriendo que, a mayor uso de redes sociales (niveles problemáticos), se obtiene un menor nivel de aceptación por sí mismo.

Estos resultados son respaldados por Reto Chaverry (2024) quien señala que la necesidad constante de tener conocimiento sobre lo que pasa en redes sociales y la participación prolongada por conversar o revisar actividades, se relaciona con dificultades en la toma de decisiones, mayor presión social y menor percepción de control en los adolescentes respecto a su vida y metas. Asimismo, Espartosa Sobrino (2024) indica que un uso prolongado de redes sociales, se relaciona con mayor inclinación a la comparación física, generando problemas de autoestima y percepción corporal, repercutiendo en la aceptación por sí mismos.

Por otro lado, las dimensiones negativas débiles y no significativas, vínculos ($Rho = -0.083; p > 0.05$) y proyectos ($Rho = -0.136; p > 0.05$), muestran que no existe una asociación estadística importante entre el uso de redes sociales y las dimensiones mencionadas en la muestra. Este resultado se explica porque las redes sociales también brindan beneficios positivos como fortalecer la conexión social y acceso a información (Sánchez-Valtierra et al., 2024), esto conlleva a relaciones duraderas

y reales, contribuyendo al desarrollo de intereses como gustos e ideales, también las tecnologías con buen uso pueden llenar de conocimientos sobre temas específicos (Giles Pérez, 2021) (Gutierrez, et al., 2010)

Además, la ausencia de relación entre las redes sociales y estas dimensiones puede deberse a factores externos no considerados en la investigación. En tal sentido, el modelo multidimensional del bienestar psicológico de Ryff, propone que las dimensiones son parte de un constructo complejo influenciado por diferentes factores personales o de contexto, no por únicamente un elemento (uso de redes sociales), además, debe de considerarse la calidad con la que se interactúe en la vida real, fuera de las pantallas, o la orientación de metas y dirección personal (Meier y Oros, 2019) (Flores et al., 2022).

En relación con el objetivo general, se encontró que existe una relación negativa moderada y estadísticamente significativa entre el uso de redes sociales y el bienestar psicológico en los estudiantes ($Rho = -0.314$; $p < 0.01$), por lo tanto, la hipótesis (H_i) es aceptada, no obstante, al analizar las dimensiones del bienestar psicológico, se observó que las dimensiones de vínculos y proyectos no presentaron una relación estadísticamente significativa hacia el uso de redes sociales. De tal forma los objetivos fueron alcanzados.

La presente investigación tuvo algunas limitaciones que han sido consideradas al interpretar los resultados. Se dio uso al coeficiente de correlación Spearman debido a la no normalidad de los datos, por lo que permite analizar la relación entre variables, pero no establecer relación de causa-efecto. El diseño trasversal afirmó que la recolección de instrumentos fue en un único momento y no se puede establecer causalidad entre ambas variables.

Además, la muestra se conformó por estudiantes de una única Institución Educativa, limitando de esta manera la generalización de resultados a otras poblaciones con otras características. A su vez, se usó instrumentos de autoinforme, lo que posibilita generar sesgos en las auto respuestas, como la falta de precisión en la percepción personal.

Los resultados del estudio pueden ser aplicables a estudiantes de secundaria que presenten características parecidas a la población evaluada, como, por ejemplo, el

contexto educativo y el rango de edad. Sin embargo, se recomienda cautela al generalizar los hallazgos presentes en cuanto a otros contextos socioculturales, debido a diferencias en los factores económicos, sociales o educativos.

A partir de los resultados encontrados, surgen otras líneas de investigación que pueden ahondar a través del conocimiento obtenido del estudio en investigaciones futuras. Sería importante analizar el tipo de red social que utilizan, observar cómo influye de forma diferente en el bienestar psicológico de los estudiantes, así como evaluar el impacto del tiempo de uso de las redes sociales en las diferentes dimensiones del bienestar psicológico.

De la misma forma, en futuras investigaciones, pueden considerar usar variables como el contexto familiar, el género o el nivel socioeconómico, a fin de reconocer algunas diferencias a este estudio, además de ampliar una gran comprensión de los factores que pueden intervenir en las variables investigadas.

V. CONCLUSIONES

1. Se concluye que existe una correlación negativa moderada y estadísticamente significativa entre el uso de redes sociales y bienestar psicológico ($Rho = -0.314$; $p < 0.01$), lo que indica que, cuanto más usen las redes sociales se relaciona con un menor nivel del bienestar psicológico en los estudiantes.
2. Se concluye que los estudiantes de 3ro a 5to de secundaria, predominan en un nivel bajo del uso de redes sociales representado con el 44.2%, el nivel medio representa el 42.1% y solo el 13.7% presentan un nivel alto del uso de estas plataformas.
3. Se concluye que el bienestar psicológico en los estudiantes se ubica principalmente en un nivel bajo, representado con el 48.9%, mientras que el nivel promedio representa el 41.1% y por el contrario el nivel alto de bienestar solo obtuvo un 10.0%.
4. Se concluye que, si existe una relación negativa y estadísticamente significativa entre el uso de redes sociales y dos dimensiones del bienestar psicológico, control ($Rho = -0.300$; $p < 0.01$), y aceptación ($Rho = -0.262$; $p < 0.01$), sugiriendo que, a mayor uso de redes sociales, se relaciona con un menor control del entorno/de sí mismo y su nivel de aceptación.
5. Se concluye que no existe una relación estadísticamente significativa entre el uso de redes sociales y las dimensiones, vínculos ($Rho = -0.083$; $p > 0.05$) y proyectos ($Rho = -0.136$; $p > 0.05$).

VI. RECOMENDACIONES

1. Se recomienda que la institución educativa implemente programas de educación digital responsable orientados a promover el uso adecuado de las redes sociales. Estos programas pueden incluir talleres psicoeducativos, charlas informativas y actividades dinámicas que permitan a los estudiantes desarrollar la autorregulación, la gestión del tiempo, el control de impulsos y el pensamiento crítico en relación con los contenidos digitales. También sería importante integrar estas actividades en el plan de formación o desarrollo personal para asegurar su sostenibilidad a lo largo del curso académico.
2. Se propone desarrollar e implementar programas institucionales orientados a fortalecer el bienestar psicológico, prestando especial atención a las dimensiones de control y aceptación, considerando que mostraron correlaciones negativas significativas con el uso de las redes sociales. En este sentido, se podrían crear intervenciones grupales que promuevan la toma de decisiones, la autonomía, la construcción de metas personales y la autoevaluación positiva, promoviendo así el desarrollo integral del estudiante.
3. Se recomienda promover a los padres de familia con salas de orientación familiar encaminada a brindar herramientas para monitorear y apoyar el uso de dispositivos digitales en el hogar. Estas acciones deben centrarse en promover límites saludables, hacer cumplir reglas claras, supervisar de forma adecuada y una comunicación asertiva, fomentar un entorno familiar que apoye el bienestar emocional y regular el uso de la tecnología por parte de los jóvenes.
4. Finalmente, se recomienda que futuras investigaciones consideren el uso de diseños longitudinales que permitan analizar el desarrollo del uso de redes sociales y su relación con el bienestar psicológico a lo largo del tiempo para identificar posibles relaciones predictivas. También sería importante incluir variables como la autoestima, la regulación emocional, el apoyo familiar y el rendimiento académico para ampliar la comprensión de este fenómeno y enriquecer la evidencia científica en contextos educativos similares.

VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Acosta Tobón, S. A., Ramírez Arroyave, A. Y., Saldarriaga Álvarez, Y. A., Uribe Ortiz, J. y Ruiz Mejía, N. (2022). Uso de redes sociales y autoimagen en adolescentes de Instituciones Educativas en Antioquia, Colombia. *Revista Senderos Pedagógicos*, 13(13), 13-15. <https://doi.org/10.53995/rsp.v13i13.1123>
- Anchevida, M. E. T. (2024). Impacto Negativo del Uso Excesivo de las Redes Sociales en Adolescentes de 12 a 15 Años: Afectación Psicológica y Cognitiva. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(3), 11126-11146.
- Arias Gonzáles, J. L., y Covinos Gallardo, M. (2021). Diseño y metodología de la investigación. *Enfoques Consulting EIRL*, 1(1), 66-78.
- Aristizábal, E., Huiguita, K., y Rodríguez, A. (2025). Relación entre el uso excesivo de las redes sociales con el bienestar psicológico y emocional de los estudiantes universitarios del tecnológico de Antioquia. Tecnológico de Antioquia.
- Begoña, Leiva, M., Moyano, E., y Páez, D. (2024). Bienestar Psicológico en adolescentes: El rol del apoyo social y de la satisfacción de necesidades básicas. *CES psicología*.
- Bello Tamara, A., y Contreras Monje, J. J. (2024). *Las redes sociales y el aumento de casos de depresión, suicidio e ideación suicida en adolescentes entre los 15 y 29 años en las localidades de Suba, Chapinero y Usaquén de la ciudad de Bogotá DC* [Tesis de Licenciatura, Universidad de Administración de Negocios].
- Bustos, K., y Vásquez, B. (2022). Autoestima y bienestar psicológico en estudiantes universitarios. *Ciencia Latina*.
- Calderón González, M. G. (2025). Influencia de las redes sociales Instagram y Tik Tok en el bienestar psicológico de mujeres adolescentes, utilizando el modelo Perma (Bachelor's thesis, Universidad del Azuay).
- Carbajal, O., Vivar-Bravo, J., Perez, Y. D. F., Huerta, C. R. M., Paucar, G. E. M., Ruiz, O. N. V., & Añazco, C. Q. (2022). Bienestar psicológico y uso de redes sociales en estudiantes del Instituto ICT, Huancayo. Cabrera, C. (2023).

- El Bienestar Psicológico. Revista Institucional Tiempos Nuevos, Disponible en : <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9273389>.
- Calzoncin, L., y Campos, T. (2020). Bienestar psicológico, anomia social y anomia psicológica en contextos de pobreza Psychological well-being, social anomie and psychological anomie in contexts of poverty . Nova Scientia, Disponible en: <chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.scielo.org.mx/pdf/ns/v13n26/2007-0705-ns-13-26-00009.pdf>.
- Carmen Martínez, L. (2022). *Abuso De Las Redes Sociales Y Bienestar Psicológico En Estudiantes Del 4º Grado De Secundaria De La Institución Educativa G.U.E. Leoncio Prado, Huánuco 2019*. [Tesis para obtener maestría. Universidad Nacional Hermilio Valdizán]. Repositorio digital. Obtenido de <https://hdl.handle.net/20.500.13080/8057>
- Cerda, H. (2021). Los elementos de investigación. Magisterio.
- Chaparro, M. E. S. (2024). Millennials y Generación Z y la Utilización de las Redes Sociales. *Ciencia Latina: Revista Multidisciplinar*, 8(3), 263-274.
- Chicchon Cercado, B. J., y Vasquez Ramos, A. E. (2022). *Usos y gratificaciones y la red social TikTok en adolescentes de tercer grado de secundaria de la IEE República Argentina, Chimbote–2022* [Tesis de licenciatura, Universidad Cesar Vallejo]
- Cortez Vidal, MS (2016). Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico de Martina Casullo en adolescentes de Trujillo. *Revista Ciencia y Tecnología*, 12(4), 101+. <https://link.gale.com/apps/doc/A597517605/IFME?u=anon~bc92b1cb&sid=googleScholar&xid=3a1e0d26>
- Eccoña, K., y Torres, J. (2025). Uso de las Redes Sociales y Bienestar psicológico en Adolescentes de una Institución Educativa Estatal del Cercado de Lima.
- Espartosa Sobrino, A. (2024). *El impacto de las redes sociales en el bienestar psicológico*. [Master en Medicina Universidad de Alcalá]. <https://ebuah.uah.es/dspace/handle/10017/62381>
- Falcon Huacac, M. (2024). *Adicción a las redes sociales y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública en Ancón, 2023* [Tesis de Licenciatura, Universidad Cesar Vallejo].

- González, N. C., y López García, P. (2022). Influencia de las Redes Sociales en la autoestima de dos generaciones diferentes (Generación Z y Millennials). <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/28381/Influencia%20de%20las%20Redes%20Sociales%20en%20la%20autoestima%20de%20dos%20generaciones%20diferentes%20%28Generacion%20Z%20y%20Millennials%29.pdf?sequence=1>
- González, E., y Villamar, N. (2022). Adicción a las redes sociales en jóvenes guayaquileños, Ecuador. *Mídia e cotidiano*.
- Guarnizo Ante, F., Cuervo Quijano, D., y Suarez Rubio, N. (2025). La era digital y nuestros jóvenes: un estudio sobre la adicción a redes sociales en el entorno escolar y el rol familiar. *Revista Sinergia*, 1(17), 35-47. Recuperado a partir de <http://sinergia.colmayor.edu.co/ojs/index.php/Revistasinergia/article/view/221>
- Guzmán Brand, V. A., y Gélvez García, L. E. (2023). Adicción o uso problemático de las redes sociales online en la población adolescente. Una revisión sistemática. *Psicoespacios*, 17(31), 1–22. <https://doi.org/10.25057/21452776.1511>
- Harvey, J., Obando, L., Hernández, K., y Cruz, E. (2021). Bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento frente a la COVID-19 en universitarios. Bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento frente a la COVID-19 en universitarios, Disponible en : http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-71072021000300207.
- Hernández, A., Elosua, P., Fernández, J., & Muñiz, J. (2022). Comisión de Test: veinticinco años velando por la calidad de los test . Scielo.
- Hernández, K., Carmona, Mesa, y Patiño. (2024). Riesgo de adicción a redes sociales e internet, habilidades sociales y bienestar psicológico en estudiantes de básica secundaria. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, 20-35.
- Huertas, K. (2022). Bienestar psicológico y autoestima en adolescentes del distrito de Chorrillos, Lima 2022. *Dialnet*.

- Lardies, F., y Potes, M. V. (2022). Redes sociales e identidad:¿ desafío adolescente? . *Avances en Psicología*, 30(1), e2528-e2528.
- López Flores , . M. del C. ., Sañay Moina, G. I. ., Borja Salazar, J. C., y Montero Ramirez , I. S. . (2024). Conectados y vulnerables: el efecto de las redes sociales en la salud mental de los adolescentes de 14 a 16 años. *Revista Social Fronteriza*, 4(5), e-45428.
[https://doi.org/10.59814/resofro.2024.4\(5\)428](https://doi.org/10.59814/resofro.2024.4(5)428)
- Lozano-Blasco, R., Mira-Aladrén, M., y Gil-Lamata, M. (2023). Redes sociales y su influencia en los jóvenes y niños: Análisis en Instagram, Twitter y YouTube. *Revista: Comunicar:*
https://zaguan.unizar.es/record/120052/files/texto_completo.pdf
- Meier, L. K., y Oros, L. B. (2019). Adaptación y análisis psicométrico de las escalas de bienestar psicológico de Ryff en adolescentes argentinos. *Psykhe (Santiago)*, 28(1), 1-16.
- Montes, M., Medina, E., y León, G. (2024). Redes sociales y comparación social en adolescentes de México: implementación de modelo interdisciplinar. *Dialnet*.
- Muñoz, R. M., Díaz, A., y Sabariego, J. A. (2023). Impacto De Las Redes Sociales En El Rendimiento Académico De Los Adolescentes: Estudio De Instagram Y Tiktok. *Ciencia y Educación*, 4-13.}
- Ocupa Pisco, L. L., & Aquisé Mamani, F. X. (2022). Adicción al internet y autoestima en estudiantes de un colegio público durante el contexto de COVID-19, en San Martín 2021.
- Organización Panamericana de Salud (2023). <https://www.paho.org/es/noticias/17-7-2023-ops-busca-voz-adolescentes-jovenes-para-abordar-crisis-salud-mental-Américas>
- Pedrouzo, S. B., Krynski, L., y Melamud, A. (2025). Nuevas tendencias en el consumo y utilización de redes sociales y videojuegos. Consumos problemáticos. El fenómeno de las apuestas en línea. *Archivos argentinos de pediatría*, 123(2), 11-11.
- Reto Chavarry, J. (2024). Bienestar psicológico y uso de las redes sociales en estudiantes de una institución educativa de José Leonardo Ortiz-Lambayeque 2023.

- Rengifo Rios, G., y Revatta Rodriguez, D. M. (2024). *Influencia de las redes sociales, en la autopercepción de la imagen corporal en estudiantes de 3ero y 4to grado de secundaria de la IE Colegio coronel Pedro Portillo de Pucallpa, 2022* [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional de Ucayali].
- Rodríguez, E., y Sánchez, M. (2022). Bienestar psicológico en estudiantes de primeros ciclos de una universidad privada de Lima. PROPÓSITOS Y REPRESENTACIONES, Disponible en: <file:///C:/Users/Athlon%20AMD/Downloads/Dialnet-BienestarPsicológicoEnEstudiantesDePrimerosCiclosD-8901938.pdf>.
- Sánchez-Valtierra, J. A., Barajas-Flores, J., Garzón-Moreno, G. J., & Palacios-Siancas, A. (2024). Evaluación del impacto de las redes sociales en el bienestar psicológico de adolescentes. *MQRInvestigar*, 8(2), 3153-3172.
- Soria, P., y Villegas, N. d. (2024). Adicción A Las Redes Sociales Y Su Relación Con La Autoestima En Adolescentes. *Revista Psicología Unemi*, 3-11.
- Vizcaíno Zúñiga , P. I., Cedeño Cedeño , R. J., y Maldonado Palacios , I. A. (2023). Metodología de la investigación científica: guía práctica. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(4), 9723-9762. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i4.7658

VII. ANEXOS

Anexo 1. Matriz de consistencia

Redes sociales y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa en Tumbes, 2025

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	INSTRUMENTOS	METODOLOGÍA	POBLACIÓN Y MUESTRA
¿Cuál es la relación entre el uso de redes sociales y el bienestar psicológico en los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Tumbes, 2025?	<p>Objetivo general: Determinar la relación entre el uso de redes sociales y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Tumbes, 2025.</p> <p>Objetivos específicos: -Identificar el nivel de uso de las redes sociales en estudiantes de 3ro a 5to de secundaria de una institución educativa en Tumbes en 2025. -Identificar el bienestar psicológico en estudiantes de 3ro a 5to de secundaria de una institución educativa en Tumbes en 2025. -Analizar la relación entre el uso de redes sociales y las dimensiones del bienestar psicológico en estudiantes de 3ro a 5to de secundaria de una institución educativa en Tumbes, 2025.</p>	<p>Hi: El uso de redes sociales se relaciona negativamente con el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de tumbes, 2025.</p> <p>H0: El uso de redes sociales no se relaciona negativamente con el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de tumbes, 2025.</p>	<p>Variable 1: Redes sociales</p> <p>Variable 2: Bienestar psicológico</p>	<p>Cuestionario Sobre Uso de Redes Sociales (ARS)</p> <p>Escala de Bienestar Psicológico para Jóvenes (BIEPS-J)</p>	<p>Según su enfoque Cuantitativo</p> <p>Según el tipo de estudio Básica.</p> <p>Según el nivel Descriptivo correlacional</p> <p>Según su diseño No experimental de corte transversal.</p>	<p>La población estará constituida por 373 adolescentes de la institución educativa pública de Tumbes.</p> <p>La muestra estará constituida por 190 adolescentes de la institución educativa pública de Tumbes, cuyas edades se comprenden por 14 a 17 años.</p>

Anexo 2. Operacionalización de la variable redes sociales.

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala	Rangos
Redes sociales	Las redes sociales son espacios virtuales que permiten la generación y el compartir de contenido, así como la comunicación entre individuos y el desarrollo de comunidades en el entorno digital. Estos recursos tecnológicos fomentan el diálogo y el intercambio de datos a través de textos, fotos, videos y vínculos, uniendo a personas de distintas regiones del planeta al instante. (Gozálvez y Cortijo, 2023),	El uso de redes sociales será evaluado mediante el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS), desarrollado por Ecurra y Salas en 2014. Este cuestionario analiza tres dimensiones: la obsesión por las redes sociales (10 ítems), la falta de control personal (6 ítems) y el uso excesivo de estas plataformas (8 ítems).	Obsesión por las redes sociales	El tiempo de conexión, su estado de ánimo y sus relaciones interpersonales	1-10	Escala: Nivel Ordinal: Escala Likert múltiple (de 0 = nunca a 4 = siempre)	Nivel bajo: 0-27 Nivel medio: 28-52 Nivel alto: 53-96
			Falta de autocontrol en su uso	La frecuencia, intensidad y el control de tiempo	11 - 16		
			Empleo excesivo de las redes sociales	Necesidad de permanecer conectado. Cantidad de veces conectado	17- 24		

Anexo 3. Operacionalización de la variable Bienestar psicológico

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala	Rangos
Bienestar psicológico	Se define por la percepción que puede tener una personas debido a los logros que tienen en su vida, el nivel de satisfacción propio, con sus logros, con lo que puede hacer a través de un enfoque personal y emocional (Casullo, 2008, citado por Cortez 2016)	Las puntuaciones se obtendrán de la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J) del autor Casullo, que contiene 13 ítems y enfocado en la adolescencia la población que buscamos intervenir.	Control	Manejo de situaciones complicadas Aceptar errores	5,10,1 13	Escala ordinal: 1 = En desacuerdo	Entre los rangos tenemos: Bajo nivel: 3-32
			Vínculos	Vínculos cercanos Relación social	2 11,8	2 = Ni de acuerdo, ni desacuerdo.	Medio Nivel: 33-37
			Proyectos	Metas Pensamientos positivos	3 6,12	3 = De acuerdo.	Alto Nivel: 38-39
			Aceptación	Sobre su físico Psicológico	4 9, 7		

Anexo 4. Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS)

ARS

A continuación se presentan 24 ítems referidos al uso de las redes sociales, por favor conteste a todos ellos con sinceridad, no existe respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o malas. Marque un aspa (X) en el espacio que corresponda a lo que Ud. siente, piensa o hace:

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

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

Anexo 5: Ficha técnica del Cuestionario de Adicción a Redes sociales

Nombre: Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS)

Autores: Miguel Escurra ~~Mayaute~~ y Edwin Salas Blas

Año: 2014

Tipo de instrumento: Cuestionario

Aplicación: Adolescentes y jóvenes

Propósito de evaluación: Evalúa la adicción a redes sociales en adolescentes y jóvenes.

Total, de ítems: 24

Tiempo de uso: Entre 10 a 15 minutos

Descripción: Cuestionario diseñado para medir los comportamientos y actitudes que se relacionen al uso excesivo o adictivo de las redes sociales para fines de diagnóstico de adicciones a las redes sociales, análisis clínicos y educativos o para investigación.

Fiabilidad: 0.95

Validez: se utilizó el análisis factorial confirmatorio para corroborar la consistencia de los factores previamente identificados, correspondiente al de los tres factores relacionados, cuyas puntuaciones fueron: ($\chi^2(238) = 35.23$; $p < .05$; $\chi^2/gl = 1.48$; GFI = .92; RMR = .06; RMSEA = .04; AIC =477.28)

Niveles: Obsesión por las redes sociales, Falta de control personal en el uso de las redes, uso excesivo de las redes sociales.

Evaluación: se obtiene un puntaje total (24 ítems) en cinco opciones de respuesta: Nunca, Raras veces, a veces, casi siempre y siempre, otorgándole una puntuación a cada alternativa de 0, 1, 2, 3 y 4 respectivamente. El ítem 13 de la escala se califica de manera inversa. S (0), CS (1), AV (2), RV (3), N(4)

Anexo 6: Proceso de Validez y confiabilidad del ARS

6.1. Confiabilidad

Confiabilidad del Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) según la Prueba Piloto

Estadísticas de fiabilidad		
Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	N de elementos
0,927	0,922	24

Estadística total de los ítems del Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS)

Estadísticas de total de elemento					
Ítems	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Correlación múltiple al cuadrado	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
1	53,90	401,147	,622	.	,924
2	54,40	389,200	,789	.	,921
3	54,75	399,039	,578	.	,924
4	54,25	395,671	,613	.	,924
5	54,10	399,779	,619	.	,924
6	54,15	385,187	,749	.	,921
7	54,40	399,200	,566	.	,925
8	54,05	393,524	,704	.	,922
9	54,15	389,713	,765	.	,921
10	54,10	393,779	,714	.	,922
11	54,65	418,661	,252	.	,929
12	53,90	432,937	,018	.	,931
13	54,90	428,516	,079	.	,932
14	54,75	401,250	,554	.	,925

15	54,70	384,958	,806	.	,920
16	54,50	413,737	,387	.	,927
17	54,40	415,726	,307	.	,929
18	54,00	424,421	,150	.	,931
19	55,25	401,145	,548	.	,925
20	55,15	387,503	,727	.	,922
21	55,55	378,892	,803	.	,920
22	54,30	396,221	,637	.	,923
23	54,90	390,832	,664	.	,923
24	54,35	387,503	,737	.	,921

6.2. Validez

La evaluación de ambos instrumentos para medir el uso de redes sociales excesivos y el bienestar Psicológico, fue realizada por expertos, sugiere que consideran su valoración de alto nivel. Por lo tanto, se aprueba su validación y se puede utilizar en la práctica.

EXPERTO Nº1	EXPERTO Nº2	EXPERTO Nº3
<i>Nombre: Elizabeth</i>	<i>Nombre: Gloria Imán</i>	<i>Nombre: Alexander</i>
<i>Edelmira Bravo Barreto.</i>	<i>Tineo</i>	<i>Ordinola Luna</i>
<i>DNI: 06231790</i>	<i>DNI:</i>	<i>DNI: 40237516</i>
<i>Grado: Magister.</i>	<i>Grado: Magister.</i>	<i>Grado: Doctor</i>
<i>ORCID: 0000-0002-4246-6867</i>	<i>ORCID: 0000-0003-3364-039X</i>	<i>ORCID: 0000-0002-5954-4788</i>

Juicio de Expertos del Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) a través del coeficiente V de Aiken.

ITEMS	Nº DE JUECES			TOTAL
	JUEZ 1	JUEZ 2	JUEZ 3	
Ítem 01	1	1	1	100%
Ítem 02	1	1	1	100%
Ítem 03	1	1	1	100%
Ítem 04	1	1	1	100%

Ítem 05	1	1	1	100%
Ítem 06	1	1	1	100%
Ítem 07	1	1	1	100%
Ítem 08	1	1	1	100%
Ítem 09	1	1	1	100%
Ítem 10	1	1	1	100%
Ítem 11	1	1	1	100%
Ítem 12	1	1	1	100%
Ítem 13	1	1	1	100%
Ítem 14	1	1	1	100%
Ítem 15	1	1	1	100%
Ítem 16	1	1	1	100%
Ítem 17	1	1	1	100%
Ítem 18	1	1	1	100%
Ítem 19	1	1	1	100%
Ítem 20	1	1	1	100%
Ítem 21	1	1	1	100%
Ítem 22	1	1	1	100%
Ítem 23	1	1	1	100%
Ítem 24	1	1	1	100%
<hr/>				
72 SUMA		% CONCORDANCIA		100%

Anexo 7: Constancia de la validez por juicio de expertos del ARS

EXPERTO 1

Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento “Adicción a las Redes Sociales (ARS)”. La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer psicológico. Agradecemos su valiosa colaboración.

1. Datos generales del juez:

Nombre del juez:	<i>Cajaloth S delmiera</i>	
Grado profesional:	Maestría (X)	Doctor ()
Área de formación académica:	Clínica () Educativa (X)	Social () Organizacional ()
Áreas de experiencia profesional:	Área Educativa	
Institución donde labora:		
Tiempo de experiencia profesional en el área:	2 a 4 años () Más de 5 años (X)	
Experiencia en Investigación Psicométrica: (si corresponde)		

2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

3. Datos de la escala

Nombre de la Prueba:	Adicción a las Redes Sociales
Autor:	Miguel Ecurra Mayaute y Edwin Salas Blas
Procedencia:	Perú
Administración:	Colectiva
Tiempo de aplicación:	10 a 15 min
Ámbito de aplicación:	Clínico, educativo y social.
Significación:	Evaluar la escala de bienestar psicologico en jóvenes de 12 a 25 años. Está constituido por 24 ítems distribuidos que se debe contestar en

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

Opinión de aplicabilidad: Aplicable Aplicable después de corregir No aplicable

Apellidos y nombres del juez validador: *Bravo Barreto Elizabeth Edelma*

Especialidad del validador: *Psicología educativa*

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

12 de mayo del 2025

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión


Firma del Experto validador

Williams y Webb (1994) así como Powell (2003), mencionan que no existe un consenso respecto al número de expertos a emplear. Por otra parte, el número de jueces que se debe emplear en un juicio depende del nivel de experticia y de la diversidad del conocimiento. Así, mientras Gable y Wolf (1993), Grant y Davis (1997), y Lynn (1986) (citados en McGartland et al. 2003) sugieren un rango de 2 hasta 20 expertos, Hyrkäs et al. (2003) manifiestan que 10 expertos brindarán una estimación confiable de la validez de contenido de un instrumento (cantidad mínimamente recomendable para construcciones de nuevos instrumentos). Si un 80 % de los expertos han estado de acuerdo con la validez de un ítem éste puede ser incorporado al instrumento (Voutilainen & Liukkonen, 1995, citados en Hyrkäs et al. (2003).

Ver : <https://www.revistaespacios.com/cited2017/cited2017-23.pdf> entre otra bibliografía.

EXPERTO 2:

Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento “Adicción a las Redes Sociales (ARS)”. La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer psicológico. Agradecemos su valiosa colaboración.

1. Datos generales del juez:

Nombre del juez:	Mg. Gloria Elizabeth Imán Tineo
Grado profesional:	Maestría (x) Doctor ()
Área de formación académica:	Clínica () Social () Educativa (x) Organizacional ()
Áreas de experiencia profesional:	Área Educativa
Institución donde labora:	Universidad nacional de Tumbes
Tiempo de experiencia profesional en el área:	2 a 4 años () Más de 5 años (x)
Experiencia en Investigación Psicométrica: (si corresponde)	

2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

3. Datos de la escala

Nombre de la Prueba:	Adicción a las Redes Sociales
Autor:	Miguel Escurra Mayaute y Edwin Salas Blas
Procedencia:	Perú
Administración:	Colectiva
Tiempo de aplicación:	10 a 15 min
Ámbito de aplicación:	Clínico, educativo y social.
Significación:	Evaluar la escala de bienestar psicologico en jóvenes de 12 a 25 años. Está constituido por 24 ítems distribuidos que se debe contestar en una escala de tipo Likert, las cuales son: Siempre (4), casi siempre (3), A veces (2), Rara vez (1), Nunca (0)

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [x] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador:

Especialidad del validador:

- ¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
- ²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
- ³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

14 de mayo del 2025

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión



The image shows a handwritten signature in blue ink above a professional stamp. The stamp is rectangular and contains the following text: a circular logo with the letters 'CP' and 'Ψ' inside, followed by the name 'Dra. Gloria Elizabeth Imán Tineo', the title 'PSICÓLOGA', and the registration number 'CPsP N° 33058'.

firma del Experto validador

Williams y Webb (1994) así como Powell (2003), mencionan que no existe un consenso respecto al número de expertos a emplear. Por otra parte, el número de jueces que se debe emplear en un juicio depende del nivel de experticia y de la diversidad del conocimiento. Así, mientras Gable y Wolf (1993), Grant y Davis (1997), y Lynn (1986) (citados en McGartland et al. 2003) sugieren un rango de 2 hasta 20 **expertos**, Hyrkäs et al. (2003) manifiestan que **10 expertos** brindarán una estimación confiable de la validez de contenido de un instrumento (cantidad mínimamente recomendable para construcciones de nuevos instrumentos). Si un 80 % de los expertos han estado de acuerdo con la validez de un ítem éste puede ser incorporado al instrumento (Voutilainen & Liukkonen, 1995, citados en Hyrkäs et al. (2003).

Ver : <https://www.revistaespacios.com/cited2017/cited2017-23.pdf> entre otra bibliografía.

EXPERTO 3

Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento "Adicción a las Redes Sociales (ARS)". La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer psicológico. Agradecemos su valiosa colaboración.

1. Datos generales del juez:

Nombre del juez:	ALEXANDER ORAINOCA LOMA	
Grado profesional:	Maestría ()	Doctor <input checked="" type="checkbox"/>
Área de formación académica:	Clinica () Educativa <input checked="" type="checkbox"/>	Social () Organizacional ()
Áreas de experiencia profesional:	Área Educativa	
Institución donde labora:	UNY	
Tiempo de experiencia profesional en el área:	2 a 4 años ()	Más de 5 años <input checked="" type="checkbox"/>
Experiencia en Investigación Psicométrica: (si corresponde)		

2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

3. Datos de la escala

Nombre de la Prueba:	Adicción a las Redes Sociales
Autor:	Miguel Ecurra Mayaute y Edwin Salas Blas
Procedencia:	Perú
Administración:	Colectiva
Tiempo de aplicación:	10 a 15 min
Ámbito de aplicación:	Clínico, educativo y social.
Significación:	Evaluar la escala de bienestar psicologico en jóvenes de 12 a 25 años. Está constituido por 24 ítems distribuidos que se debe contestar en

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

Opinión de aplicabilidad: Aplicable No aplicable Aplicable después de corregir

Apellidos y nombres del juez validador: ALEXANDER ORAINOLA L.

Especialidad del validador: EDUCATI YA

- ¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

25 de mayo del 2025



C.B.P.
13776

Firma del Experto validador

Williams y Webb (1994) así como Powell (2003), mencionan que no existe un consenso respecto al número de expertos a emplear. Por otra parte, el número de jueces que se debe emplear en un juicio depende del nivel de experticia y de la diversidad del conocimiento. Así, mientras Gable y Wolf (1993), Grant y Davis (1997), y Lynn (1986) (citados en McGartland et al. 2003) sugieren un rango de 2 hasta 20 expertos, Hyrkäs et al. (2003) manifiestan que 10 expertos brindarán una estimación confiable de la validez de contenido de un instrumento (cantidad mínimamente recomendable para construcciones de nuevos instrumentos). Si un 80 % de los expertos han estado de acuerdo con la validez de un ítem éste puede ser incorporado al instrumento (Voutilainen & Liukkonen, 1995, citados en Hyrkäs et al. (2003).

Ver : <https://www.revistaespacios.com/cited2017/cited2017-23.pdf> entre otra bibliografía.

Anexo 8: Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J)

**ESCALA BIEPS-J (Jóvenes
Adolescentes)**

María Martina Casullo (2002)

Fecha de hoy:

Apellido y nombre.....

Edad:

Marcar con una cruz las opciones

Mujer

Varón

Educación:

Primario Secundario Terciario incompleto

Primario completo Secundario completo Terciario/universitario

Lugar donde nació: Lugar donde vivo ahora:

Ocupación actual..... Persona /s con quienes vivo.....

Te pedimos que leas con atención las frases siguientes. Marca tu respuesta en cada una de ellas sobre la base de lo que pensaste y sentiste durante el último mes. Las alternativas de respuesta son: - **ESTOY DE ACUERDO- NI DE ACUERDO NI EN DESACUERDO -ESTOY EN DESACUERDO** - No hay respuestas buenas o malas: todas sirven. No dejes frases sin responder. Marca tu respuesta con una cruz (o aspa) en uno de los tres espacios.

	De acuerd o	Ni de acuerdo Ni en des-	En des- acuer do
1. Creo que me hago cargo de lo que digo o hago.			
2. Tengo amigos /as en quienes confiar.			
3. Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida.			
4. En general estoy conforme con el cuerpo que tengo.			
5. Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo.			
6. Me importa pensar que haré en el futuro.			
7. Generalmente caigo bien a la gente.			
8. Cuento con personas que me ayudan si lo necesito.			
9. Estoy bastante conforme con mi forma de ser.			
10. Si estoy molesto /a por algo soy capaz de pensar en cómo cambiarlo.			
11. Creo que en general me llevo bien con la gente.			
12. Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida.			
13. Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar.			

Anexo 9: Ficha técnica de la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J)

Nombre: Escala de bienestar de psicológico para jóvenes (BIEPS- J)

Autores: María Casullo

Año: 2002, Argentina

Adaptación: Fue adaptada en el Perú por Martínez (2002)

Tipo de instrumento: Cuestionario

Aplicación: Jóvenes – Colectiva y auto administrada (13-18 años)

Propósito de evaluación: evaluar el bienestar psicológico en adolescentes.

Total, de ítems: 13

Tiempo de uso: Aproximadamente de 5 a 10 minutos

Descripción: La Escala De Bienestar Psicológico Para Jóvenes se sustentó en la teoría de la Multidimensionalidad del bienestar psicológico de Ryff y la Psicología Positiva de [Antonovsky](#).

Fiabilidad: 0,74 Alfa de Cronbach.

Fiabilidad en Perú: 0.57 (2002) por Martínez, 0.60 (2016) por Espinoza y 0.723 (2015) por Gutiérrez.

Validez: Se estableció la validez de contenido, por medio del criterio de 10 expertos del área de psicología, jueces expertos en el tema, quienes establecieron la validez del instrumento.

Validez en Perú: se hizo por medio de las 16 correlaciones entre las dimensiones y el test, teniendo como resultados un valor de 0.806, 0.701, 0.660, 0.7200, 0.727, y 0.776 respectivamente por cada dimensión previamente mencionada, siendo todas las cifras estadísticamente significativas y positivas

Niveles: Control de situaciones, aceptación de si mismo, vínculos psicosociales y proyecto.

Evaluación: En desacuerdo con una puntuación de 1, ni de acuerdo ni en desacuerdo con una puntuación 2 y de acuerdo cuya puntuación es 3.

Anexo 10: Confiabilidad y Validez de la Escala de Bienestar Psicológico

10.1. Confiabilidad

Confiabilidad de la Escala de Bienestar psicológico para jóvenes (BIEPS-J) según la Prueba Piloto

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	N de elementos
0,700	0,659	13

Estadística total de los ítems de la Escala de Bienestar Psicológico para jóvenes (BIEPS-J)

Estadísticas de total de elemento

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Correlación múltiple al cuadrado	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
1	28,30	13,168	,277	,540	,689
2	28,55	13,103	,162	,717	,711
3	28,15	14,766	-,120	,595	,718
4	28,85	11,292	,413	,860	,670
5	28,55	11,313	,602	,879	,639
7	28,70	11,905	,411	,658	,669
8	28,45	11,418	,508	,792	,652
9	28,50	11,316	,526	,853	,649
10	28,50	14,053	,010	,670	,728
11	28,65	11,713	,515	,716	,653
12	28,15	14,766	-,120	,370	,718
13	28,20	12,168	,635	,621	,650

10.2. Validez

La evaluación de ambos instrumentos para medir el uso de redes sociales excesivos y el bienestar Psicológico, fue realizada por expertos, sugiere que consideran su valoración de alto nivel. Por lo tanto, se aprueba su validación y se puede utilizar en la práctica.

EXPERTO N°1	EXPERTO N°2	EXPERTO N°3
<i>Nombre: Elizabeth</i>	<i>Nombre: Gloria Imán</i>	<i>Nombre: Alexander</i>
<i>Edelmira Bravo Barreto.</i>	<i>Tineo</i>	<i>Ordinola Luna</i>
<i>DNI: 06231790</i>	<i>DNI:</i>	<i>DNI: 40237516</i>
<i>Grado: Magister.</i>	<i>Grado: Magister.</i>	<i>Grado: Doctor</i>
<i>ORCID: 0000-0002-4246-6867</i>	<i>ORCID: 0000-0003-3364-039X</i>	<i>ORCID: 0000-0002-5954-4788</i>

Juicio de Expertos de la Escala de Bienestar Psicológico para jóvenes (BIEPS-J) a través del coeficiente V de Aiken

ITEMS	N° DE JUECES			TOTAL
	JUEZ 1	JUEZ 2	JUEZ 3	
Ítem 01	1	1	1	100%
Ítem 02	1	1	1	100%
Ítem 03	1	1	1	100%
Ítem 04	1	1	1	100%
Ítem 05	1	1	1	100%
Ítem 06	1	1	1	100%
Ítem 07	1	1	1	100%
Ítem 08	1	1	1	100%
Ítem 09	1	1	1	100%
Ítem 10	1	1	1	100%
Ítem 11	1	1	1	100%
Ítem 12	1	1	1	100%
Ítem 13	1	1	1	100%
45 SUMA	% CONCORDANCIA			100%

Anexo 11: Constancia de la validez por juicio de expertos del BIEPS-J

EXPERTO 1

Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento "Escala de Bienestar Psicológico para jóvenes". La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer psicológico. Agradecemos su valiosa colaboración.

1. Datos generales del juez:

Nombre del juez:	<i>Elizabeth Edelmirio</i>	
Grado profesional:	Maestría (x)	Doctor ()
Área de formación académica:	Clínica () Educativa (x)	Social () Organizacional ()
Áreas de experiencia profesional:	Área Educativa	
Institución donde labora:		
Tiempo de experiencia profesional en el área:	2 a 4 años () Más de 5 años (x)	
Experiencia en Investigación Psicométrica: (si corresponde)		

2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

3. Datos de la escala

Nombre de la Prueba:	Escala de Bienestar Psicológico para jóvenes
Autor:	María Martina Casullo
Procedencia:	Argentina
Administración:	Colectiva
Tiempo de aplicación:	10 min
Ámbito de aplicación:	Clínico, educativo y social.
Significación:	Evaluar la escala de bienestar psicologico en jóvenes de 13 a 18 años. Está constituido por 13 ítems distribuidos que se debe contestar en

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

Opinión de aplicabilidad: Aplicable Aplicable después de corregir No aplicable

Apellidos y nombres del juez validador: *Bravo Barreto Elizabeth Edelmira*

Especialidad del validador:

Psicología educativa

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

12 de mayo del 2025

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión


Firma del Experto validador

Williams y Webb (1994) así como Powell (2003), mencionan que no existe un consenso respecto al número de expertos a emplear. Por otra parte, el número de jueces que se debe emplear en un juicio depende del nivel de experticia y de la diversidad del conocimiento. Así, mientras Gable y Wolf (1993), Grant y Davis (1997), y Lynn (1986) (citados en McGartland et al. 2003) sugieren un rango de 2 hasta 20 expertos, Hyrkäs et al. (2003) manifiestan que 10 expertos brindarán una estimación confiable de la validez de contenido de un instrumento (cantidad mínimamente recomendable para construcciones de nuevos instrumentos). Si un 80 % de los expertos han estado de acuerdo con la validez de un ítem éste puede ser incorporado al instrumento (Voutilainen & Liukkonen, 1995, citados en Hyrkäs et al. (2003).

Ver : <https://www.revistaespacios.com/cited2017/cited2017-23.pdf> entre otra bibliografía.

EXPERTO 2

Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento “Escala de Bienestar Psicológico para jóvenes”. La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer psicológico. Agradecemos su valiosa colaboración.

1. Datos generales del juez:

Nombre del juez:	Mg. Gloria Elizabeth Imán Tineo
Grado profesional:	Maestría (x) Doctor ()
Área de formación académica:	Clínica () Social () Educativa (x) Organizacional ()
Áreas de experiencia profesional:	Área Educativa
Institución donde labora:	Universidad Nacional de Tumbes
Tiempo de experiencia profesional en el área:	2 a 4 años () Más de 5 años (x)
Experiencia en Investigación Psicométrica: (si corresponde)	

2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

3. Datos de la escala

Nombre de la Prueba:	Escala de Bienestar Psicológico para jóvenes
Autor:	María Martina Casullo
Procedencia:	Argentina
Administración:	Colectiva
Tiempo de aplicación:	10 min
Ámbito de aplicación:	Clínico, educativo y social.
Significación:	Evaluar la escala de bienestar psicologico en jóvenes de 13 a 18 años. Está constituido por 13 ítems distribuidos que se debe contestar en

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

Opinión de aplicabilidad: Aplicable []
Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador:

Especialidad del validador:

14 de mayo del 2025

1**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado. 2**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
3**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión




Firma del Experto validador

Williams y Webb (1994) así como Powell (2003), mencionan que no existe un consenso respecto al número de expertos a emplear. Por otra parte, el número de jueces que se debe emplear en un juicio depende del nivel de experticia y de la diversidad del conocimiento. Así, mientras Gable y Wolf (1993), Grant y Davis (1997), y Lynn (1986) (citados en McGartland et al. 2003) sugieren un rango de 2 hasta 20 **expertos**, Hyrkäs et al. (2003) manifiestan que 10 **expertos** brindarán una estimación confiable de la validez de contenido de un instrumento (cantidad mínimamente recomendable para construcciones de nuevos instrumentos). Si un 80 % de los expertos han estado de acuerdo con la validez de un ítem

Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento "Escala de Bienestar Psicológico para jóvenes". La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer psicológico. Agradecemos su valiosa colaboración.

1. Datos generales del juez:

Nombre del juez:	ALEXANDRA ORDÓÑEZ LUJÁN	
Grado profesional:	Maestría ()	Doctor (X)
Área de formación académica:	Clínica (X) Educativa ()	Social () Organizacional ()
Áreas de experiencia profesional:	Área Educativa	
Institución donde labora:	UNIV. NAC. TUMBES	
Tiempo de experiencia profesional en el área:	2 a 4 años ()	Más de 5 años (X)
Experiencia en Investigación Psicométrica: (si corresponde)		

2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

3. Datos de la escala

Nombre de la Prueba:	Escala de Bienestar Psicológico para jóvenes
Autor:	María Martina Casullo
Procedencia:	Argentina
Administración:	Colectiva
Tiempo de aplicación:	10 min
Ámbito de aplicación:	Clínico, educativo y social.
Significación:	Evaluar la escala de bienestar psicologico en jóvenes de 13 a 18 años. Está constituido por 13 ítems distribuidos que se debe contestar en

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

Opinión de aplicabilidad: Aplicable Aplicable después de corregir No aplicable

Apellidos y nombres del juez validador: ALEXANDER ORDINOVA WANA

Especialidad del validador: PSICOLOGIA.

*Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
*Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
*Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

15 de mayo del 2025


C.B.P.
13776.

Firma del Experto validador

Williams y Webb (1994) así como Powell (2003), mencionan que no existe un consenso respecto al número de expertos a emplear. Por otra parte, el número de jueces que se debe emplear en un juicio depende del nivel de experticia y de la diversidad del conocimiento. Así, mientras Gable y Wolf (1993), Grant y Davis (1997), y Lynn (1986) (citados en McGartland et al. 2003) sugieren un rango de 2 hasta 20 expertos, Hyrkäs et al. (2003) manifiestan que 10 expertos brindarán una estimación confiable de la validez de contenido de un instrumento (cantidad mínimamente recomendable para construcciones de nuevos instrumentos). Si un 80 % de los expertos han estado de acuerdo con la validez de un ítem éste puede ser incorporado al instrumento (Voutilainen & Liukkonen, 1995, citados en Hyrkäs et al. (2003).

Ver: <https://www.revistaespacios.com/cited2017/cited2017-23.pdf> entre otra bibliografía.

Anexo 12: Prueba de normalidad

Kolmogorov-Smirnov^a			
	Estadístico	gl	Sig.
Redes sociales	0,089	190	0.001
Bienestar psicológico	0,130	190	0.000

a. Corrección de significación de Lilliefors

Se observa que la variable Redes sociales no sigue una distribución normal ya que el valor (0.001) es $< \alpha$ (0.05), de igual forma. La variable Bienestar psicológico (0.000) es $< \alpha$ (0.05), rechazando la hipótesis de normalidad, a partir de ello se empleará la estadística no paramétrica para evaluar la correlación, específicamente el coeficiente Rho de Spearman.

Anexo 13: Consentimiento Informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Estimado(a) padre, madre o apoderado(a): _____

Reciba un cordial saludo. Somos López Rodríguez Rebeca y Tocto Gutiérrez Grace, estudiantes del XI ciclo de la carrera de Psicología de la Universidad Nacional de Tumbes. Actualmente estamos desarrollando la investigación titulada: "Redes sociales y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa en Tumbes, 2025", con el propósito de cumplir los objetivos de esta investigación, me gustaría contar con su valiosa autorización para que su hijo(a) participe de forma voluntaria. El estudio consiste en la aplicación de dos instrumentos:

- El Cuestionario de Adicción a las redes sociales (ARS)
- Escala de Bienestar Psicológico – BIEPS-J

Estos cuestionarios serán aplicados en el aula, durante la hora de tutoría, con una duración aproximada de 30 minutos. Se le asegura que toda la información obtenida será tratada de manera confidencial y anónima, usándose únicamente con fines académicos.

Agradezco de antemano su atención y colaboración.

Atentamente,

Nombre del estudiante: _____ Grado y sección: _____

Firma del apoderado: _____ Fecha: _____

López Rodríguez Rebeca
Estudiante de Psicología de la UNT

Tocto Gutiérrez Grace
Estudiante de Psicología de la UNT

Anexo 14: Asentimiento informado

ASENTIMIENTO INFORMADO

Yo, con iniciales _____, estudiante del grado y sección _____, he sido informado(a) de que se está realizando una investigación titulada: “Redes sociales y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa en Tumbes, 2025”, por parte de las estudiantes de Psicología Rebeca López Rodríguez y Grace Tacto Gutiérrez de la Universidad Nacional de Tumbes

Se me explicó que participare completando dos cuestionarios:

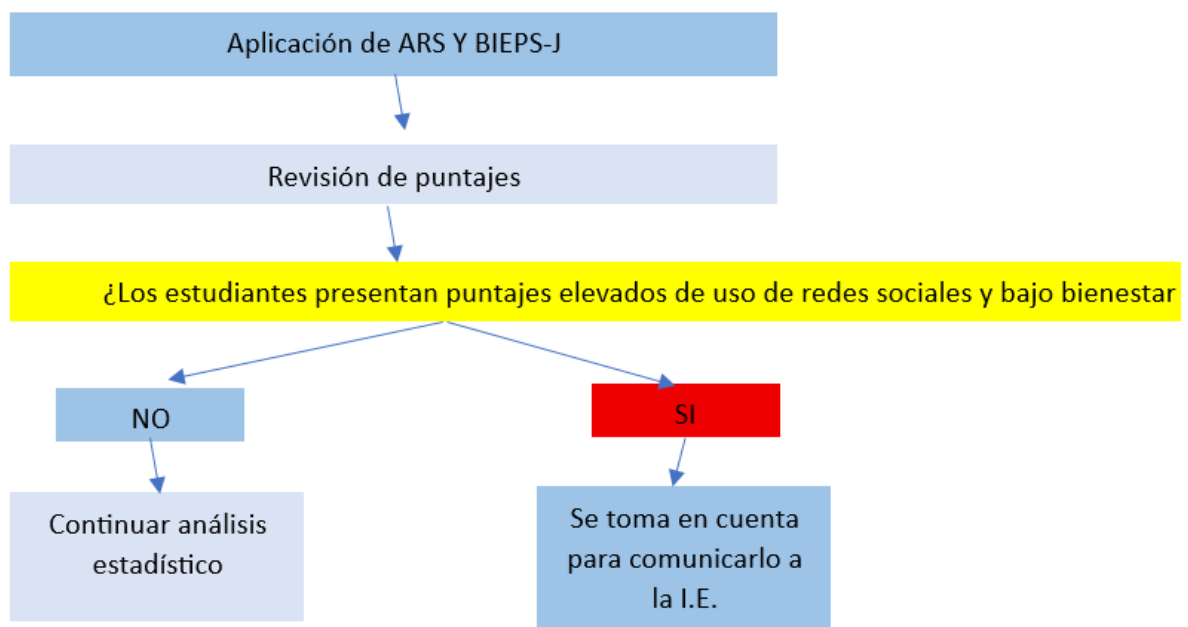
- El Cuestionario de Adicción a las redes sociales (ARS)
- Escala de Bienestar Psicológico – BIEPS-J

Esta actividad se realizará en el aula durante la hora de tutoría y durará aproximadamente 30 minutos. Me han dicho que mi participación es voluntaria, que puedo decidir no participar o retirarme en cualquier momento sin que eso me cause ningún problema. Me han asegurado que toda mi información será confidencial y anónima. Entiendo de que trata la investigación y acepto participar libremente.

Firma del estudiante: _____

Fecha: _____

Anexo 15: Flujograma de derivación



Anexo 16: Certificación del asesor



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



“Año de la Esperanza y el Fortalecimiento de la Democracia”

CERTIFICACIÓN

Mgtr: Eladio Vladimir Quintana Sandoval, docente nombrado adscrito al departamento académico de Psicología de la facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes.

CERTIFICA:

Que acepto ser asesor del proyecto de tesis: Titulado **“Redes sociales y Bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Tumbes, 2025”** cuyos autores son López Rodríguez Rebeca con DNI, 75573699 y código de estudiante 160127211 y Tocto Gutierrez Grace Valery con DNI, 77705412 con código de estudiante 160422211, estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes.

Tumbes, 22 de enero, 2026.

Atentamente

Mgtr. Eladio Vladimir Quintana Sandoval
DNI: 45216370
ORCID: 0000-0002-9744-3400

Anexo 17: Permiso de la Institución Educativa



PERU

Ministerio de Educación

Dirección Regional de Educación Tumbes

Unidad de Gestión Educativa Local

IE N° 001 "José Lishner Tudela"



Año de la recuperación y consolidación de la economía peruana

Tumbes, 14 de mayo del 2025.

CARTA DE ACEPTACION PARA EJECUCION DE PROYECTO DE TESIS

MG.

ABRAHAM PEREZ URRUCHI

DIRECTOR DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA DE LA UNIVERSIDAD DE TUMBES.

Presente.

Es un honor dirigirme a su digna persona y saludarle muy cordialmente a nombre de la Institucion Educativa N° 001 "José Lishner Tudela" y a la vez hacerle de su conocimiento, por este conducto hago constar que las estudiantes REBECA LOPEZ RODRIGUEZ, identificada con DNI N° 75573699, Y TOCTO GUTIERREZ GRACE VALERY identificada con DNI 77705412, de la carrera de Psicología del IX Ciclo de la Universidad Nacional de Tumbes, han sido aceptadas para la ejecución de proyecto de Tesis, en la Institucion Educativa N° 001 "JOSE LISHNER TUDELA".

Agradeciendo de antemano su atención, me despido quedando a sus órdenes para cualquier información adicional.

Atentamente



Anexo 18: Resolución de designación de jurado



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
Ciudad Universitaria - Pampa Grande - Tumbes - Perú



“AÑO DE LA RECUPERACIÓN Y CONSOLIDACIÓN DE LA ECONOMÍA PERUANA”

RESOLUCIÓN N° 342-2025/UNTUMBES-FACSO-D.

Tumbes, 08 de octubre de 2025.

VISTO: El expediente virtual N° 3578, del 07 de octubre de 2025, correspondiente al OFICIO N°134-2025/UNTUMBES-FACSO.U.INV-MPS, mediante el cual la directora de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias Sociales, alcanza, para su reconocimiento y designación de jurado, el proyecto de tesis titulado **“USO EXCESIVO DE REDES SOCIALES Y SATISFACCIÓN PERSONAL EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA EN TUMBES, 2025”**, presentado por las estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología, **REBECA LÓPEZ RODRÍGUEZ** y **GRACE VALERY TOCTO GUTIÉRREZ**, para optar el título profesional de Licenciadas en Psicología; y

CONSIDERANDO:

Que en conformidad con lo establecido en el numeral 45.2 del artículo 45° de la Ley Universitaria N°30220 y en el artículo 90° del Estatuto de esta Universidad, para optar el título profesional se requiere la presentación y sustentación de una tesis;

Que, en conformidad con lo expuesto, deviene procedente el reconocimiento del proyecto de tesis titulado **“USO EXCESIVO DE REDES SOCIALES Y SATISFACCIÓN PERSONAL EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA EN TUMBES, 2025”**, para efectos de su evaluación, como tal, por el jurado calificador que también se constituye con esta Resolución, en virtud de la propuesta formulada con el informe señalado en la referencia;

Que complementariamente a lo señalado en el considerando precedente, se impone la necesidad de efectuar, como corresponde, la designación del docente asesor de dicho documento académico;

Que, en razón de lo anterior, es conveniente disponer lo pertinente en relación con lo aquí expuesto, en los términos que se consignan en la parte resolutive;

En uso de las atribuciones conferidas a la señora Decana de la Facultad de Ciencias Sociales;

SE RESUELVE:

ARTICULO PRIMERO: RECONOCER a las estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología, **REBECA LÓPEZ RODRÍGUEZ** y **GRACE VALERY TOCTO GUTIÉRREZ**, como autoras del proyecto de tesis titulado **“USO EXCESIVO DE REDES SOCIALES Y SATISFACCIÓN PERSONAL EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA EN TUMBES, 2025”**, presentado por dichas estudiantes.



RESOLUCIÓN N° 342-2025/UNTUMBES-FACSO-D.

ARTICULO SEGUNDO: CONSTITUIR el Jurado Calificador del proyecto de tesis titulado “**USO EXCESIVO DE REDES SOCIALES Y SATISFACCIÓN PERSONAL EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA EN TUMBES, 2025**” con la siguiente conformación:

Presidente : Mg. Glenda Garrido Zavala.
Secretario : Dr. Ludwing Dario Alfaro Garcia.
Vocal : Mg. Eladio Vladimir Quintana Sandoval.
Accesitario : Mg. Lyz Marilyn Lazo Flores.

ARTÍCULO TERCERO: DESIGNAR al Mg. Eladio Vladimir Quintana Sandoval como **asesor** del proyecto de tesis titulado “**USO EXCESIVO DE REDES SOCIALES Y SATISFACCIÓN PERSONAL EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA EN TUMBES, 2025**”, lo que se dispone en razón de lo señalado en la parte considerativa.

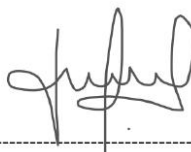
ARTÍCULO CUARTO: DEJAR expresamente indicado que, en conformidad con el artículo 59° del Reglamento de tesis para pregrado y posgrado de esta Universidad, el incumplimiento de las funciones del jurado, el asesor o tesista, pueden solicitar el cambio del jurado.

ARTÍCULO QUINTO: DEJAR expresamente indicado que, en conformidad con el artículo 56°, el tesista puede cambiar de asesor y/o coasesor (es) si no cumplen sus funciones, según el ítem a) del artículo 52° del presente reglamento.

Dada en la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes, el ocho de octubre del dos mil veinticinco.

REGÍSTRASE Y COMUNÍCASE: (Fdo.) Dra. DIANA MILAGRO MIRANDA YNGA, Decana de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes; (Fdo.) Dr. Cristhiam Jacob Hidalgo Sandoval, Secretario Académico de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes.

C. c.
-RECTOR-VRACAD-OGCDA
-FACSO-DDH-DDT-DET-DDED
-DEED-DDPS-DEPS-DECC
-REG.TEC-Interesado-Archivo
DMMY/D.
CIHS/Sec. Acad



Dr. Cristhiam Jacob Hidalgo Sandoval
SECRETARIO ACADÉMICO



Anexo 19: Resolución del cambio de título



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
Ciudad Universitaria - Pampa Grande - Tumbes - Perú



“AÑO DE LA RECUPERACIÓN Y CONSOLIDACIÓN DE LA ECONOMÍA PERUANA”

RESOLUCIÓN N° 034-2026/UNTUMBES-FACSO-D.

Tumbes, 22 de enero de 2026.

VISTO: El expediente virtual N° 225, del 20 de enero de 2025, correspondiente al OFICIO N°019-2026/UNTUMBES-FACSO.U.INV-AMB, mediante el cual la Directora de la Unidad de Investigación de esta Facultad, en atención a la solicitud presentada por las estudiante de la Psicología, **REBECA LÓPEZ RODRÍGUEZ y GRACE VALERY TOCTO GUTIÉRREZ**, remite la documentación para disponer la modificación del título del proyecto de tesis que se indica a continuación; y

CONSIDERANDO:

Que, mediante la RESOLUCIÓN N° 342-2025-2025/UNTUMBES-FACSO-D, del 08 de octubre de 2025, se reconoce a las estudiante de la Escuela Profesional de Psicología, **REBECA LÓPEZ RODRÍGUEZ y GRACE VALERY TOCTO GUTIÉRREZ**, como autoras del proyecto de tesis titulado “**USO EXCESIVO DE REDES SOCIALES Y SATISFACCIÓN PERSONAL EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA EN TUMBES, 2025**”, asimismo, se constituye el Jurado Calificador y se designa el asesor de dicho documento académico;

Que, de lo expuesto en el precitado oficio, se advierte la pertinencia de realizar el cambio del título del proyecto de tesis, toda vez que dicha modificación responde a las observaciones formuladas por el Jurado Calificador y consta en el Acta de Revisión del Proyecto de Tesis. En tal sentido, se acepta la solicitud presentada por las estudiante **REBECA LÓPEZ RODRÍGUEZ y GRACE VALERY TOCTO GUTIÉRREZ**, disponiéndose la modificación del título del referido proyecto por la siguiente denominación: “**REDES SOCIALES Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE TUMBES, 2025**”;

Que, en razón de lo expuesto y teniendo en cuenta los fundamentos señalados, resulta pertinente formalizar lo indicado en el considerando precedente, en los términos que se establecen en la parte resolutive;

Que, en razón de lo expuesto y en uso de las atribuciones conferidas a la señora Decana de la Facultad de Ciencias Sociales;

SE RESUELVE:

ARTÍCULO PRIMERO: MODIFICAR la RESOLUCIÓN N° 342-2025-2025/UNTUMBES-FACSO-D, del 08 de octubre de 2025, específicamente en lo referido al título del proyecto de tesis



RESOLUCIÓN Nº 034-2026/UNTUMBES-FACSO-D.

señalado, el cual, conforme a lo expuesto en la parte considerativa, pasa a denominarse: “**REDES SOCIALES Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE TUMBES, 2025**”.

ARTÍCULO SEGUNDO: **COMUNICAR** la presente Resolución, para conocimiento y fines pertinentes, a la Unidad de Investigación, así como a los miembros del Jurado Calificador que preside el referido proyecto, a cargo de las Mg. Glenda Garrido Zavala.

ARTÍCULO TERCERO: **DEJAR** sin efecto toda disposición que se oponga a lo establecido en la presente Resolución.

Dada en la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes, el veintidós de enero del dos mil veinticinco.

REGÍSTRASE Y COMUNÍCASE: (Fdo.) Dra. ARMINA ISABEL MORAN BACA, Decana de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes; (Fdo.) Dr. Cristhiam Jacob Hidalgo Sandoval, Secretario Académico de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes.

C. c.
- RECTOR-VRACAD-OGCDA
- FACSO-DDH-DDT-DET-DDED
- DEED-DDPS-DEPS-DECC
- REG.TEC-Interesado-Archivo
AIMB/D.
C.JHS/Sec. Acad.



Dr. Cristhiam Jacob Hidalgo Sandoval
SECRETARIO ACADÉMICO

Anexo 20: Resolución de aprobación del proyecto de tesis



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
Ciudad Universitaria - Pampa Grande - Tumbes - Perú



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

RESOLUCIÓN N° 036-2026/UNTUMBES-FACSO-D.

Tumbes, 26 de enero de 2026.

VISTO: El expediente virtual N° 319, del 26 de enero de 2026, correspondiente al OFICIO N° 01-2026/UNTUMBES-FACSO- GGZ, mediante el cual, el presidente del Jurado constituido con la RESOLUCIÓN N° 342-2025/UNTUMBES-FACSO-D, del 08 de octubre de 2025, alcanza el acta de aprobación del proyecto de tesis titulado **"REDES SOCIALES Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE TUMBES, 2025"**, presentado por las estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología, **REBECA LÓPEZ RODRÍGUEZ y GRACE VALERY TOCTO GUTIÉRREZ**, para optar el título profesional de Licenciadas en Psicología; y

CONSIDERANDO:

Que con la RESOLUCIÓN N° 342-2025/UNTUMBES-FACSO-D, del 08 de octubre de 2025, se reconoce a las estudiantes **REBECA LÓPEZ RODRÍGUEZ y GRACE VALERY TOCTO GUTIÉRREZ**, como autoras del proyecto de tesis titulado **"REDES SOCIALES Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE TUMBES, 2025"**, se constituye el Jurado Calificador y se designa al asesor de dicho documento académico;

Que, de lo consignado en el acta suscrita por los integrantes del indicado jurado, del 24 de enero de 2026, y que obra en el expediente señalado en la referencia, se desprende que el mencionado proyecto de tesis ha sido debidamente corregido por las mencionadas estudiantes y favorablemente evaluado para efectos de su correspondiente aprobación como proyecto de tesis;

Que teniendo en cuenta lo expuesto, deviene procedente la aprobación del indicado documento, con el carácter de proyecto de tesis y cuya evaluación debe continuar a cargo de los docentes miembros de ese mismo jurado calificador;

Que, en razón de lo anterior, es conveniente disponer lo pertinente, en relación con lo aquí expuesto, en los términos que se consignan en la parte Resolutiva;

En uso de las atribuciones conferidas a la señora Decana de la Facultad de Ciencias Sociales;

SE RESUELVE:

ARTÍCULO PRIMERO: APROBAR el proyecto de tesis titulado: **"REDES SOCIALES Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE TUMBES, 2025"**, presentado por las estudiantes de la Escuela Profesional de



RESOLUCIÓN N° 036-2026/UNTUMBES-FACSO-D.

Psicología, **REBECA LÓPEZ RODRÍGUEZ y GRACE VALERY TOCTO GUTIÉRREZ**, para optar el título profesional de Licenciadas en Psicología.

ARTÍCULO SEGUNDO: AUTORIZAR, la ejecución del proyecto de tesis denominado: “**REDES SOCIALES Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE TUMBES, 2025**”, presentado por las estudiantes de la escuela profesional de Psicología, **REBECA LÓPEZ RODRÍGUEZ y GRACE VALERY TOCTO GUTIÉRREZ**, para optar el título profesional de Licenciadas en Psicología.

ARTÍCULO TERCERO: RATIFICAR al Mg. Eladio Vladimir Quintana Sandoval como **asesor** del proyecto de tesis titulado “**REDES SOCIALES Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE TUMBES, 2025**”.

ARTÍCULO CUARTO: DEJAR expresamente indicado que, en conformidad con el artículo 59° del Reglamento de Tesis la Universidad Nacional de Tumbes, el incumplimiento de las funciones del jurado, el asesor o tesista, pueden solicitar el cambio del jurado.

ARTÍCULO QUINTO: DEJAR expresamente indicado que, en conformidad con el artículo 56° del Reglamento de Tesis de la Universidad Nacional de Tumbes, el tesista puede cambiar de asesor y/o coasesor (es) si no cumplen sus funciones, según el ítem a) del artículo 52° del presente reglamento.

ARTÍCULO SEXTO: COMUNICAR la presente Resolución a los docentes aquí nominados, al vicerrectorado académico y al instituto de investigación, lo dispuesto en la presente resolución para su conocimiento y las acciones que son de su propia competencia.

Dada en la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes, el veintiséis de enero del dos mil veintiséis.

REGÍSTRASE Y COMUNÍCASE: (Fdo.) Dra. ARMINA ISABEL MORAN BACA, Decana de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes; (Fdo.) Dr. Cristhiam Jacob Hidalgo Sandoval, Secretario Académico de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes.

C. c.
-RECTOR-VRACAD-OGCDA
-FACSO-DDH-DDT-DET-DDED
-DEED-DDPS-DEPS-DECC
-REG.TEC-Interesado-Archivo
AIMB/D.
C.JHS/Sec. Acad.



Dr. Cristhiam Jacob Hidalgo Sandoval
SECRETARIO ACADÉMICO

