

Uso de redes sociales y autoestima de adolescentes en una institución educativa de Boconó, Trujillo, 2023

Use of social networks and self-esteem of teens in an educational institution in Boconó, Trujillo, 2023

MARÍN, JOSÉ¹; GONZÁLEZ, ALFREDO²

¹Universidad de Los Andes. Mérida, Venezuela

²Universidad del Zulia. Zulia, Venezuela

Autor de correspondencia
torand0408@gmail.com

Fecha de recepción
16/10/2023

Fecha de aceptación
19/12/2023

Fecha de publicación
01/03/2024

Autores

Marín, José

Estudiante de sexto año de la carrera de Medicina, Universidad de Los Andes. Mérida, Venezuela

Correo-e de correspondencia: torand0408@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-3739-0950>

González, Alfredo

Médico Cirujano de la Universidad del Zulia. Especialista en Salud Pública

Correo-e de correspondencia: alfredogonzalezg13@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-7219-3146>

Citación:

Marín, J. y González, A. (2023). Uso de redes sociales y autoestima de adolescentes en una institución educativa de Boconó, Trujillo, 2023. *GICOS*, 9(1), 112-123
DOI: <https://doi.org/10.53766/GICOS/2024.01.09.08>



RESUMEN

La investigación surge de la posibilidad de que el continuo crecimiento del uso de redes sociales pueda influir en la autoestima de los adolescentes, para ello se planteó como objetivo determinar la relación entre el tiempo de uso de redes sociales y la autoestima de adolescentes de 12 a 15 años en la Unidad Educativa “Nuestra Señora del Rosario de Fátima” Boconó, Trujillo, 2023. Metodología: estudio descriptivo, diseño transversal y de campo. La muestra estuvo conformada por 30 estudiantes y fue seleccionada a conveniencia. Para medir la autoestima se utilizó la escala de Rosenberg. Resultados: 53,3% femenino, edad 11 a 14 años, media aritmética de 12,73 años, mediana 13 años, desviación estándar de 0,944 años. El mayor porcentaje de estudiantes encuestados usó TikTok (80,0%), seguido de Instagram (60,0%) y Facebook (43,3%). Además, 56,7% usan las redes sociales diariamente por un tiempo de 1 a 3 horas. Se evidenció un nivel de autoestima alto (50,0%), media (43,3%) y bajo (6,7%). Se concluye que no existe relación entre el nivel de autoestima según tiempo diario de uso de redes sociales.

Palabras clave: uso de las redes sociales, adolescentes, autoestima, psicología.

ABSTRACT

The research arises from the possibility that the continuous growth of the use of social networks can influence the self-esteem of adolescents, for this purpose the objective was to determine the relationship between the time of use of social networks and the self-esteem of adolescents from 12 to 15 years at the “Nuestra Señora del Rosario de Fátima” Educational Unit, Boconó Trujillo, 2023. Methodology: descriptive study, cross-sectional and field design. The sample consisted of 30 students and was selected at convenience. To measure self-esteem, the Rosenberg scale was used. Results: 53.3% female, age 11 to 14 years, arithmetic mean of 12.73 years, median 13 years, standard deviation of 0.944 years. The highest percentage of students surveyed used TikTok (80.0%), followed by Instagram (60.0%) and Facebook (43.3%). In addition, 56.7% use social networks daily for a period of 1 to 3 hours. A high (50.0%), medium (43.3%) and low (6.7%) level of self-esteem was evident. It is concluded that there is no relationship between the level of self-esteem according to daily time of use of social networks.

Keywords: use of social networks, adolescents, self-esteem, psychology.

Las redes sociales virtuales se definen como un conjunto de individuos relacionados entre sí a través de las tecnologías de la información y comunicación, actualmente son utilizadas por las diferentes generaciones de seres humanos, sin embargo, los adolescentes por ser un grupo que se encuentra en construcción de su identidad, pueden experimentar diferentes efectos que requieren ser estudiados y pueden afectar la salud (Chipia, 2013; Gómez, 2014; Chipia y Paredes, 2016).

Según indican Menéndez y Moral (2020) el uso de las redes sociales se ha popularizado principalmente por la facilidad de acceso gracias a los teléfonos inteligentes y su conectividad. Cabe señalar que Pigozi y Machado (2015) nos indican que la adolescencia es una etapa de la vida de los individuos en la cual se producen intensos cambios fisiológicos, psicológicos y relacionales, y va desde los diez a los diecinueve años. También es oportuno especificar que, en la actualidad, García-Jiménez et al. (2020), hacen referencia a que los adolescentes constituyen uno de los principales colectivos de mayor uso y consumo de tecnología y medios sociales.

El uso de las redes sociales se ha popularizado principalmente por la facilidad de acceso a los teléfonos inteligentes y su conectividad; además, se ha señalado que el uso extendido del internet, específicamente en relación a las redes sociales, se debe a la necesidad humana de relacionarse (Griffiths et al., 2014) y al sentido de pertenencia (Ryan y Deci, 2017). Si bien, las redes sociales ofrecen beneficios para las personas, como: entretenimiento, actividad social, juegos y comunicación (Allen et al., 2014), existen también aspectos desfavorables para la calidad de vida de éstas, como la depresión (Elthai et al., 2018; Malaeb et al., 2020), ansiedad (Azher et al., 2014), autoestima, entre otras. Por ende, es necesario desarrollar una formación crítica en la inclusión digital desde edades tempranas, lo que permitirá un uso adecuado de los dispositivos móviles y una comunicación e intercambio de información en las redes sociales desde actitudes positivas (Sánchez y López, 2020).

Por lo tanto, para que el desarrollo cognitivo, emocional, sexual y psicológico se produzca de forma saludable, es necesario que el joven se mueva en ambientes en los que se sienta cómodo, que le transmitan seguridad, apoyo y protección (Pigozi y Machado, 2015), posibilitando el autodescubrimiento de manera segura, mediante el aumento de la autonomía y enfocado cada vez más en el desarrollo de la identidad y la socialización (Barcelos y Rossi, 2014), que actualmente se da a través de grupos de amigos y de las redes sociales.

Cabe agregar, que el uso excesivo y descontrolado de las redes sociales puede generar en los jóvenes dependencia y una gran necesidad de aceptación, dificultando el autoconocimiento y la construcción de prácticas sociales saludables (Sherman et al., 2016), lo que puede provocar conflictos familiares, dificultades de aprendizaje, problemas de interacción social y para dialogar, trastornos de ansiedad y déficit de atención (Silva y Silva, 2017). El uso continuo e intensivo de las actualizaciones tecnológicas y las redes sociales puede generar adicción y dependencia en los usuarios, ya que los jóvenes afirman que utilizan las redes sociales en casa, en la escuela y en diversos lugares, para interactuar virtualmente, distanciándose del entorno. Esto se refleja en

problemas en el ámbito social, personal y educativo, interfiriendo también en el desempeño del aprendizaje del alumno, así como en otros aspectos de la vida diaria (Fialho y Sousa, 2019).

En Venezuela, se han realizado pocas investigaciones que vinculan el uso de redes sociales y la autoestima en adolescentes, como lo señala Barrera et al. (2020), quienes hicieron una revisión documental sobre el uso del Facebook y la autoestima de adolescentes en países latinoamericanos de habla hispana entre los años 2008 y el 2019, encontrando solo una (1) investigación. Cabe mencionar el estudio de Gutiérrez y Noriega (2015), sobre el uso excesivo de las redes sociales o adicción a las redes sociales, donde afirman que es un fenómeno que surge desde la evolución de los medios de comunicación e interacción interpersonal que genera en las personas una desvinculación en el entorno social, por lo tanto, son relevantes sus implicaciones.

En la investigación realizada por Donald et al., (2018), en Australia se exploraron las relaciones entre el uso compulsivo de internet y el desarrollo de la autoestima y la esperanza en adolescentes en un periodo de 4 años. En este estudio, participaron 2809 adolescentes de escuelas secundarias católicas que cursaban los grados octavo, noveno, décimo y onceavo. Se encontró que el uso compulsivo de internet tenía como consecuencia la reducción de la esperanza y la autoestima. En contraste, no se encontró evidencia de que el uso compulsivo de internet sea la consecuencia de baja autoestima y esperanza.

Por su parte, Peng et al., (2019) evaluaron si la autoestima es un mediador de la relación entre desconexión escolar y adicción al internet y si este proceso mediador es moderado por la inteligencia emocional. Una muestra de 2758 adolescentes y una edad promedio de 13 años de China completaron una encuesta con variables de desconexión escolar, autoestima, inteligencia emocional y adicción a internet. Los resultados demostraron una asociación positiva de adicción a internet con la desconexión escolar, y una relación negativa entre desconexión escolar y autoestima. La escuela es considerada el primer contexto luego de la relación familiar, en la que el individuo, en este caso el adolescente, estudia y vive. En este ambiente buscan ser apoyados y tener relaciones de cuidado con maestros y pares.

Rodríguez y Moreno (2019) plantearon como objetivo conocer la influencia que pueden tener las redes sociales en la ansiedad y autoestima de las personas, así como, la relación que tienen en la autoestima y niveles de ansiedad generales en estudiantes de secundaria y bachillerato. La metodología se centró en la aplicación del cuestionario e instrumentos psicométricos sobre una muestra representativa de 120 personas (de 13 a 20 años de edad). Se buscó actualizar y brindar datos que puedan beneficiar a futuras investigaciones para muestras mayores y que busquen relaciones de las variables antes mencionadas. De igual modo, se comparó ambas muestras, dando como resultado al nivel de secundaria como más afectados. Por otro lado, en este estudio no se muestra a la edad ni tampoco a las horas de uso del teléfono móvil como variables trascendentales, dando como conclusiones que las redes sociales pueden generar un alto nivel de ansiedad e influir negativamente en la autoestima de una persona, o también aún, si la persona ya padecía rasgos depresivos y ansiógenos estos pueden verse más afectados.

Acar et al. (2020) tuvieron como objetivo relacionar la contribución de los problemas emocionales en

adolescentes, la adicción a las redes sociales y la autoestima. Participaron 221 adolescentes provenientes de Estambul (Turquía) con edades entre 13 y 17 años. Se llegó a la conclusión que a niveles más elevados de problemas emocionales y adicción a redes sociales están asociados a menores niveles de autoestima. Mientras que la adicción a redes sociales medió parcialmente las asociaciones entre problemas emocionales y autoestima, indicando que los adolescentes con niveles más altos de problemas emocionales tienden a reportar niveles más elevados de adicción a internet. Esta tendencia está relacionada a menores niveles de autoestima.

Bedoya (2021), encontró en sus resultados que existe una relación significativa entre el uso adictivo de las redes sociales y la baja autoestima. Las evidencias señalan que la baja autoestima explica el uso adictivo de las redes sociales. Sin embargo, los hallazgos indican también que el uso adictivo de redes puede explicar la baja autoestima cuando es mediado por problemas emocionales.

La investigación de Sal y Benítez (2022) tuvo como objetivo la relación entre la adicción a las redes sociales y la autoestima por medio de un enfoque cuantitativo, de alcance correlacional, de tipo transversal. Se contó con una población de estudiantes entre 14 a 18 años, de ambos sexos, pertenecientes a una institución educativa pública del distrito de Puente Piedra, donde la muestra fueron 100 personas. Los instrumentos fueron el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales, ARS de Ecurra y Salas (2014) y la Escala de Autoestima de Rosenberg, EAR, adaptada al español por Atienza, Moreno y Balaguer (2000). Los resultados mostraron que un 60,00% de los adolescentes manifiestan riesgo bajo en adicción a las redes sociales; asimismo, un 54% presenta autoestima elevada. En cuanto a la relación entre las variables del estudio, se obtuvo un coeficiente de correlación negativa baja y significativa de $r = -0.312$, $p < 0.002$. El estudio concluye que, si bien existe un vínculo entre las variables expuestas, estas no determinan el incremento o disminución de ellas, quedando a consideración otras conexiones relacionadas con factores de personalidad, familiares o sociales.

Dadas las consideraciones anteriores, la investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre el tiempo de uso de redes sociales y la autoestima de adolescentes de 12 a 15 años en la Unidad Educativa Nuestra Señora del Rosario de Fátima Boconó, Trujillo, 2023.

METODOLOGÍA

El estudio se considera como un reporte de casos de tipo descriptivo, diseño no experimental, transversal y de campo. La muestra, fue no probabilística a conveniencia considerando a 30 estudiantes de la Unidad Educativa Nuestra Señora del Rosario de Fátima. Boconó, Trujillo, 2023. Las variables de estudio fueron: sexo, edad, año de estudio, tiempo de uso de redes sociales, tipo de redes sociales, nivel de autoestima.

Se utilizó una ficha de recolección de datos, la cual se dividió en: 1) datos generales, en la cual se incluyó sexo, edad, año de estudio; 2) uso de redes sociales, en la que se consideró tipo de redes sociales y tiempo de uso de redes sociales; y en 3) se utilizó la escala de autoestima de Rosenberg, la cual consta de 10 afirmaciones de los sentimientos que tiene la persona sobre ella, cinco direccionadas positivamente (ítems 1, 2, 4, 6 y 7) y cinco negativamente (ítems 3, 5, 8, 9 y 10). La graduación de respuestas tiene 4 puntos (1=muy en desacuerdo, 2=en desacuerdo, 3=de acuerdo y 4=muy de acuerdo) y se asigna el puntaje inverso a las afirmaciones direccionadas

negativamente; los valores teóricos fluctúan entre 10 (baja autoestima) y 40 (alta autoestima). Según Rojas-Barahona et al. (2009), estimó una confiabilidad alfa de Cronbach de 0,754.

El procedimiento de recolección de datos consistió en: a) Solicitar el permiso en la Unidad Educativa Nuestra Señora del Rosario de Fátima y padres o representantes legales de los estudiantes para la recolección de datos, luego se seleccionaron a 30 estudiantes de educación media de la institución seleccionada distribuida en 10 de una sección de primer año, 10 de una sección de segundo año, 10 de una sección de tercer año.

El análisis de datos se realizó con el software IBM SPSS para Windows versión 27, para el cálculo de frecuencias, porcentajes, media aritmética, mediana, desviación típica y error típico de la media, además de la prueba de chi-cuadrado a un nivel de confianza del 95%. Se cumplió con los principios de ética establecidos, incluyendo el anonimato y el consentimiento informado.

RESULTADOS

En el gráfico 1 se observa que la muestra (n=30), se distribuyó aproximadamente igual en cuanto al sexo, con un valor mayor para femenino (%=53,3, n =16). En cuanto a la edad, se obtuvo de manera general que estuvo entre 11 y 14 años, con una media aritmética de 12,73 años, mediana 13 años, desviación estándar de 0,944 años y error estándar de la media de 0,172 años (tabla 1). Con respecto a la edad según sexo, se observa en el gráfico 2 que son resultados similares, debido a que en masculino se obtuvo $12,57 \pm 1,016$ años y en femenino $12,88 \pm 0,885$ años.

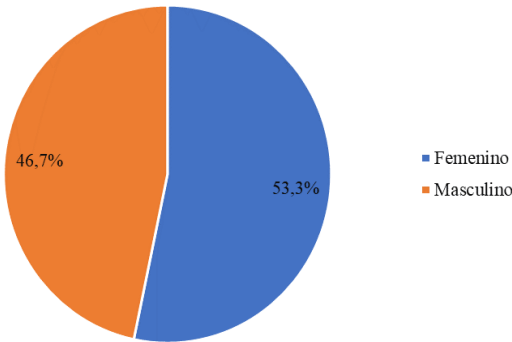


Gráfico 1. Sexo de los estudiantes de la Unidad Educativa Nuestra Señora del Rosario de Fátima Boconó, Trujillo, 2023.

Tabla 1. Edad de los estudiantes de la Unidad Educativa Nuestra Señora del Rosario de Fátima Boconó, Trujillo, 2023.

Estadístico	Valor
Media	12,73
Error típico de la media	,172
Mediana	13,00
Desviación típica	,944
Mínimo	11
Máximo	14

Fuente: cálculos propios.

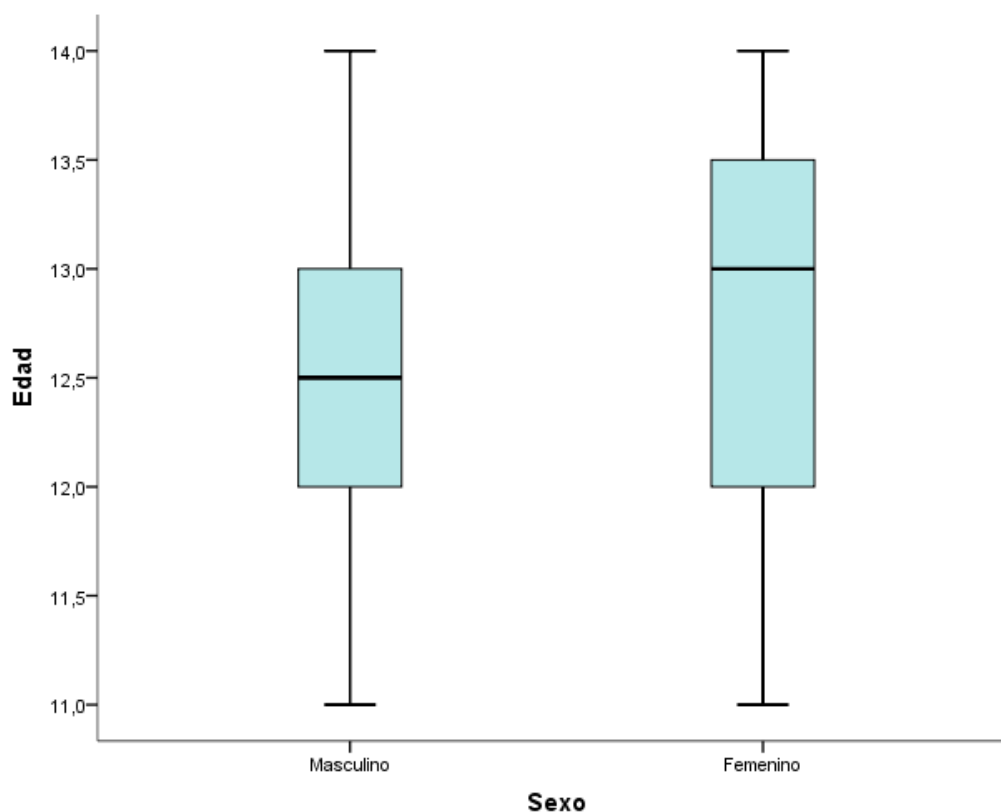


Gráfico 2. Edad según sexo de los estudiantes de la Unidad Educativa Nuestra Señora del Rosario de Fátima Boconó, Trujillo, 2023.

En el gráfico 3 se muestra que el mayor porcentaje de estudiantes usó TikTok (%=80,0; n=24), seguido de Instagram (%=60,0; n=18), Facebook (%=43,3; n=13), WhatsApp (%=36,7; n=11), YouTube (%=33,3; n=10), Twitter (%=10,0; n=3).

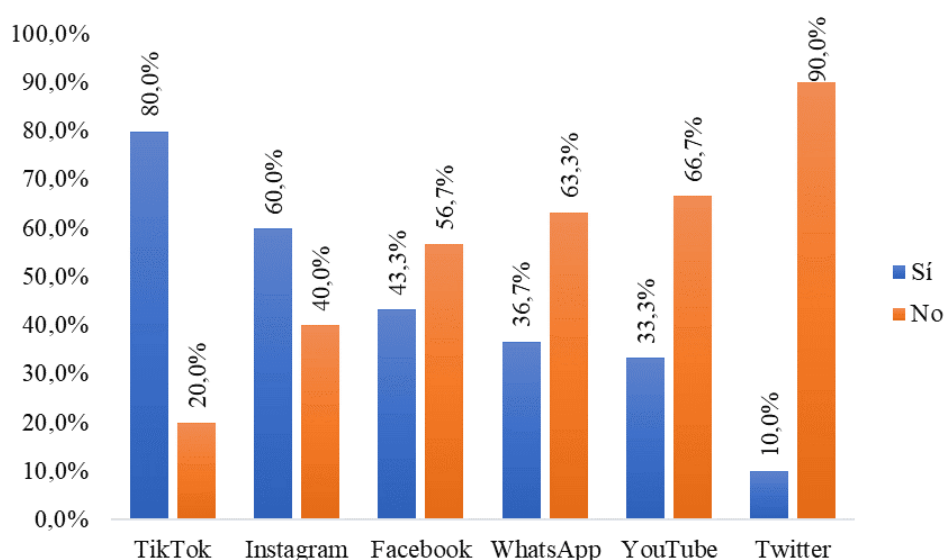


Gráfico 3. Tipo de redes sociales de los estudiantes de la Unidad Educativa Nuestra Señora del Rosario de Fátima Boconó, Trujillo, 2023.

En el gráfico 4 se observa que más de la mitad de los estudiantes (56,7%) usan las redes sociales diariamente por un tiempo de 1 a 3 horas.

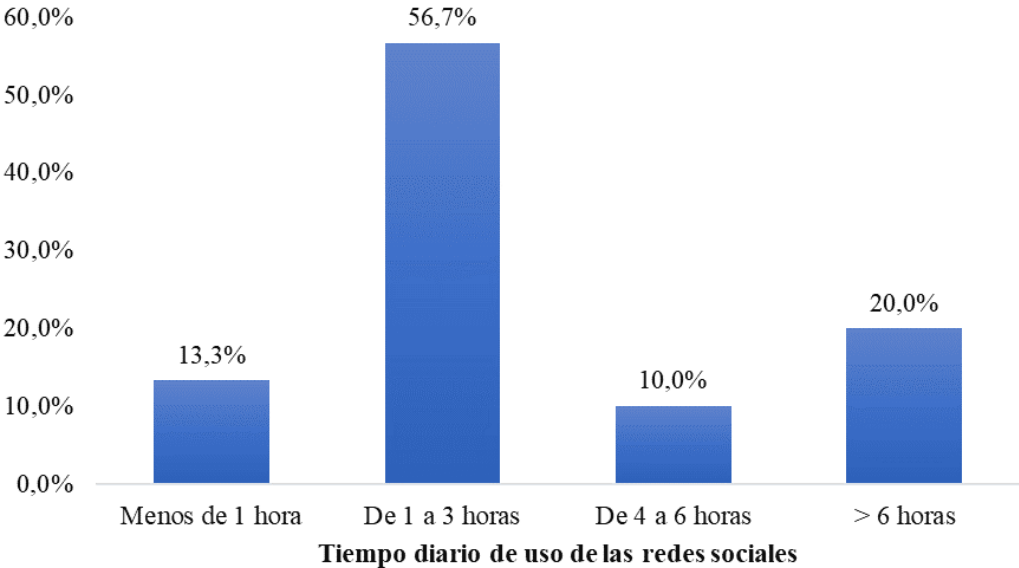


Gráfico 4. *Tiempo de uso diario de redes sociales de los estudiantes de la Unidad Educativa Nuestra Señora del Rosario de Fátima Boconó, Trujillo, 2023.*

En la tabla 2 se describe que el mayor porcentaje de estudiantes evidenció un nivel de autoestima alto (50,0%), seguido de media (43,3%) y bajo (6,7%).

Tabla 2. *Nivel de autoestima según la escala de Rosenberg de los estudiantes de la Unidad Educativa Nuestra Señora del Rosario de Fátima Boconó, Trujillo, 2023.*

Nivel de autoestima	Nº	%
Baja (10 a 20)	2	6,7
Media (21 a 30)	13	43,3
Alta (31 a 40)	15	50,0
Total	30	100,0
Media ± Desviación estándar	28,93 ± 5,03	

Fuente: cálculos propios.

En la tabla 3 se relacionó nivel de autoestima según tiempo diario de uso de redes sociales, sin determinarse diferencias estadísticamente significativas ($p=0,299$), sin embargo, se puede detallar de manera descriptiva que los mayores porcentajes con niveles de autoestima media (84,6%) y alta (60,0%), usan 3 horas o menos las redes sociales.

Tabla 3. Nivel de autoestima según tiempo diario de uso de redes sociales de los estudiantes de la Unidad Educativa Nuestra Señora del Rosario de Fátima Boconó, Trujillo, 2023.

			Tiempo (h) de uso de las redes sociales		Total	p-valor
			3 o menos	4 o más		
Nivel de autoestima	Baja	Nº	1	1	2	,299
	(10 a 20)	% de fila	50,0%	50,0%		
	Media	Nº	11	2	13	
	(21 a 30)	% de fila	84,6%	15,4%		
	Alta	Nº	9	6	15	
	(31 a 40)	% de fila	60,0%	40,0%		
Total		Nº	21	9	30	
	% del total		70,0%	30,0%	100,0%	

Nota: prueba de chi-cuadrado

Fuente: cálculos propios.

DISCUSIÓN

En la muestra de estudio, se determinó que el mayor porcentaje fue para femenino 53,3%, resultado similar al de Crespo-Ramos et al. (2021) quienes obtuvieron en femenino 50,2% y un porcentaje un poco mayor en los estudios de Alcántara y Facundo (2020) 63,2% y Chávez (2021) 63,98%. En cuanto a la edad, se obtuvo de manera general que estuvo entre 11 y 14 años, con una media aritmética de 12,73 años, mediana 13 años, desviación estándar de 0,944 años, mientras que en el estudio de Chávez (2021), en una muestra de 161 adolescentes la media fue de 15,89 años, mediana 16,00 años y desviación estándar 1,154 años.

En la investigación se obtuvo que el mayor porcentaje de estudiantes usó TikTok (80,0%), seguido de Instagram (60,0%), Facebook (43,3%), WhatsApp (36,7%), YouTube (33,3%), lo que es similar al estudio de Alcántara y Facundo (2020), Instagram (89,1%), YouTube (81,9%) y TikTok (62,4%); mientras Moreira et al. (2021), reportaron sobre Instagram (27%), WhatsApp (27%), YouTube (17%), Facebook (11%). En lo correspondiente al tiempo de uso de las redes sociales, se halló que más de la mitad de los estudiantes (56,7%) usan las redes sociales diariamente por un tiempo de 1 a 3 horas, mientras que en el trabajo de Alcántara y Facundo (2020), los participantes (53,6%) manifestaron estar entre 2 y 5 horas diarias, un porcentaje menor (28,6%) más de 5 horas diarias. Por su parte, Gutiérrez y Noriega (2015), indican que el tiempo de uso de redes sociales tiende a ser durante el día entero, interactuando muchas veces al día y con muy escasa comunicación o conversaciones persona a persona.

Se obtuvo que el mayor porcentaje de estudiantes evidenció un nivel de autoestima alto (50,0%), seguido de media (43,3%) y bajo (6,7%) según la escala de Rosenberg, en contraste con la investigación de Tincahuallpa (2021), quien halló que 90,2% considera poseer una baja autoestima, 9,8% media. Esto concuerda con Valdez

(2021), quien indicó que un gran número de los alumnos evaluados (77%) tiene tendencia a una baja autoestima y en el trabajo de Rufino (2021) encontró una autoestima de 44,9% en nivel medio, seguidamente un nivel alto (33,6%).

En este estudio se relacionó nivel de autoestima según tiempo diario de uso de redes sociales, sin determinarse diferencias estadísticamente significativas ($p=0,299$) y los mayores porcentajes con niveles de autoestima media y alta usan 3 horas o menos las redes sociales. En contraste, Sal y Benítez (2022) determinaron un coeficiente de correlación de -0.256 , lo cual indica que la correlación es negativa baja con un p valor de 0.010 ; siendo una correlación significativa, contrario a la presente investigación, donde se acepta la hipótesis de que existe relación significativa entre adicción a las redes sociales y la autoestima positiva en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa pública del señalado estudio.

CONCLUSIONES

La muestra de estudiantes adolescentes se distribuyó aproximadamente igual en cuanto al sexo, con un poco más de la mitad para femenino. En cuanto a la edad, se obtuvo de manera general que estuvo entre 11 y 14 años, con una media aritmética de 12,73 años y desviación estándar de 0,944 años. Las redes sociales más usadas fueron TikTok en 8 de cada 10 estudiantes, seguido de Instagram 6 de cada 10. Además, más de la mitad de los estudiantes usan las redes sociales diariamente por un tiempo de 1 a 3 horas. Se determinó que la mitad de estudiantes evidenció un nivel de autoestima alto según la escala de Rosenberg y cuatro de cada diez encuestados se encontraban en el nivel medio. Finalmente, no se determinó relación estadística entre el nivel de autoestima según tiempo diario de uso de redes sociales.

RECOMENDACIONES

Se recomienda realizar investigaciones aumentando el tamaño de muestra, considerando varias instituciones educativas tanto públicas como privadas y el rango de 11 a 19 años de edad, para describir el fenómeno de estudio con mayor amplitud, así como incluir, otras posibles variables intervinientes relacionadas con el manejo, ansiedad de uso y finalidad de las redes sociales, así como el rendimiento académico, lo que permitirá un análisis más extenso sobre estas variables en los contextos virtuales, para poder estudiar de forma más exhaustiva los efectos y consecuencias que se podrían dar.

CONFLICTO DE INTERÉS

Los autores indican que no poseen ningún conflicto de interés.

REFERENCIAS

- Acar, I. H., Avcılar, G., Yazıcı, G. & Bostancı, S. (2020). The roles of adolescents' emotional problems and social media addiction on their self-esteem. *Current Psychology*, 1-10. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-01174-5>
- Alcántara, M., y Facundo, J. (2020). *El uso de las redes sociales y su incidencia en la autoestima de los adolescentes* [Trabajo final para optar al grado académico de Licenciatura en Comunicación Social,

Universidad Nacional de Córdoba].

- Allen, K. A., Ryan, T., Gray, D. L., McInerney, D. M. & Waters, L. (2014). Social media use and social connectedness in adolescents: The positives and the potential pitfalls. *The Australian Educational and Developmental Psychologist*, 31, 18–31. <https://doi.org/10.1017/edp.2014.2>
- Azher, M., Khan, R. B., Salim, M., Bilal, M., Hussain, A. & Haseeb, M. (2014). The relationship between internet addiction and anxiety among students of University of Sargodha. *International Journal of Humanities and Social Science*, 4(1), 288-293
- Barcelos, R. & Rossi, C. (2014). Social media and adolescents: an analysis of ambivalent consequences and consumption strategies. *Revista de Administração e Contabilidade da Unisinos*, 11(2), 93-110.
- Bedoya, C. (2021). Adicción a las redes sociales y autoestima en adolescentes [Trabajo de grado, Universidad de Lima].
- Chávez, J. (2021). *El impacto del uso de redes sociales en la autoestima de adolescentes de la ciudad de Casma, Ancash 2020* [Tesis para optar al título de Licenciada en Psicología, Universidad Autónoma De Ica].
- Chipia, J. (2013). Redes sociales virtuales para la educación y el cambio del ocio digital al ocio productivo. *Eduweb*, 7(1), 129-140.
- Chipia, J. y Paredes, Y. (2016). Instrumento sobre las actitudes de los adolescentes hacia los medios N.0 (redes sociales, celular y videojuegos) y su influencia en los estilos de vida (hábitos de alimentación y actividad física). *GICOS*, 1(1), 36-53.
- Crespo-Ramos, S., Vázquez-Cano, E. y López- Meneses, E. (2021). Impacto del contexto educativo en el comportamiento adolescente desajustado en las redes sociales virtuales. *Campus Virtuales*, 10(2), 69-83.
- Donald, J. N., Ciarrochi, J., Parker, P. D. & Sahdra, B. K. (2018). Compulsive Internet Use and the Development of Self-Esteem and Hope: A Four-Year Longitudinal Study. *Journal of Personality*, 87(5), 981- 995. <https://doi.org/10.1111/jopy.12450>
- Elthai, J., Hall, B. & Claycomb, M. (2018). Emotion regulation's relationships with depression, anxiety and stress due to imagined smartphone and social media loss. *Psychiatry Research*, 261, 28-34. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.12.045>
- Fialho, L., y Sousa F. (2019). Juventudes e redes sociais: interações e orientações educacionais. *Revista Exitus*, 9(1), 202-231.
- García-Jiménez, A., López-de-Ayala, M.C. y Montes-Vozmediano, M. (2020). Características y percepciones sobre el uso de las plataformas de redes sociales y dispositivos tecnológicos por parte de los adolescentes *Zer*, 25(48), 269-286 <https://doi.org/10.1387/zer.21556>
- Gómez, J. (2014). *Uso de redes sociales virtuales en jóvenes universitarios* [Tesis de Maestría en Educación Virtual, Universidad Veracruzana].
- Griffiths, M. D., Kuss, D. J. & Demetrovics, Z. (2014). Social Networking Addiction: An overview of preliminary findings. En K.P. Rosenberg y L.C. Feder (Eds.), *Behavioral Addictions. Criteria, evidence and treatment* (pp. 119– 141). Academic Press. <http://dx.doi.org/10.1016/b978-0-12-407724-9.00006-9>
- Gutiérrez, C. y Noriega, P. (2015). Estudio interpretativo del uso excesivo de las redes sociales a través de relatos de vida en jóvenes con edades comprendidas entre los 21 y 23 años [Tesis de grado, Universidad de Carabobo].
- Malaeb, D., Salameh, P., Barbar, S. Award, E., Haddad, C., Hallit, R., Sacre, H., Akel, M., Obeid, S. & Hallit, S. (2020). Problematic social media use and mental health (depression, anxiety, and insomnia) among Lebanese adults: Any mediating effect of stress? *Perspectives in Psychiatric Care*, 1-11. <https://doi.org/10.1111/ppc.12576>
- Menéndez, M., y Moral, M. (2020). Phubbing, uso problemático de teléfonos móviles y de redes sociales en adolescentes y déficits en autocontrol. *Health and Addictions*, 20(1), 113-125.
- Moreira, R., Carvalho, T., Lopes, J., Vale, J., de Oliveira, K. y Fontes, S. (2021). Percepciones de los adolescentes sobre el uso de las redes sociales y su influencia en la salud mental. *Enfermería Global*, 64, 324-337
- Peng, W., Li, D., Li, D., Jia, J., Wang, Y. & Sun, W. (2019). School disconnectedness and Adolescent Internet Addiction: Mediation by self-esteem and moderation by emotional intelligence. *Computers in Human Behavior*, 98, 111-121. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.04.01>
- Pigozi, PL, & Machado, AL. (2015). Bullying during adolescence in Brazil: an overview. *Ciênc. saúde coletiva*,

- 20(11), 3509-22. http://www.scielo.br/pdf/csc/v20n11/en_1413-8123-csc-20-11-3509.pdf
- Rodríguez, G. y Moreno, O. (2019). Ansiedad y autoestima: su relación con el uso de redes sociales en adolescentes mexicanos. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 22 (1), 367-381
- Rojas-Barahona, Cristian A, Zegers P, Beatriz, y Förster M, Carla E. (2009). La escala de autoestima de Rosenberg: Validación para Chile en una muestra de jóvenes adultos, adultos y adultos mayores. *Revista médica de Chile*, 137(6), 791-800. <https://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872009000600009>
- Rufino, R. (2021). *Adicción a las redes sociales y autoestima en estudiantes de secundaria de la institución matemática San Rafael. Carabayllo - Lima 2021* [Tesis de Licenciatura en Psicología, Universidad Cesar Vallejo].
- Ryan, R. & Deci, E. (2017). *Self-Determination Theory. Basic Psychological Needs in Motivation, Development, and Wellness*. The Guilford Press
- Sal, R. y Benites, R. (2022). *Adicción a las redes sociales y autoestima en estudiantes de una institución educativa pública del distrito de puente piedra, Lima, 2022* [Trabajo de grado, Universidad Privada del Norte].
- Sánchez, C. y López, M. (2020). Percepción de actitudes nocivas en el uso de las redes sociales en los jóvenes adolescentes. *Revista Interuniversitaria de Investigación en Tecnología Educativa*, 8, 1-13. <http://dx.doi.org/10.6018/riite.40180>
- Sherman, L., Payton, A., Hernandez, L., Greenfield, P. & Dapretto, M. (2016). The power of the like in adolescence: Effects of peer influence on neural and behavioral responses to social media. *Psychological science*, 27(7), 1027-35. <https://doi.org/10.1177/0956797616645673>
- Silva, T. & Silva, L. (2017). Os impactos sociais, cognitivos e afetivos sobre a geração de adolescentes conectados às tecnologias digitais. *Rev. Psicopedag*, 34(103), 87-97. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/psicoped/v34n103/09.pdf>
- Tincahuallpa, R. (2021). *Las redes sociales en la autoestima de los estudiantes de educación* [Trabajo de Maestría en Psicología Educativa, Universidad Cesar Vallejo].
- Valdez, M. (2021). *Adicción a las redes sociales y autoestima en estudiantes de una institución educativa de Magdalena del Mar* [Trabajo para obtener el título de Licenciado en Psicología, Universidad Autónoma del Perú].