



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGÍA

INFORME FINAL DEL TRABAJO DE INTEGRACION CURRICULAR
PREVIO A LA OBTENCION DEL TITULO DE LICENCIADO EN
PSICOLOGIA

TEMA:

INFLUENCIA DE LAS REDES SOCIALES EN LA AUTOESTIMA DE
LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA CHILLANES.

AUTORES:

ALBÁN QUINATO A RAY GEANCARLO
GUZMÁN ZURITA CHRISTOPHER ALEXANDER

TUTOR:

Msc. MORAN BORJA LILA MARIBEL

BABAHOYO – 2024

DEDICATORIA

A mis queridos padres, Sonia Quinatoa Saltos y Juan Albán Sánchez, quienes han sido mi roca inquebrantable a lo largo de este viaje académico. Su inquebrantable apoyo y sacrificio han sido la fuerza que me ha impulsado a seguir adelante, recordándome constantemente que nunca estoy solo en este camino.

A mi adorada abuelita, Blanca Sánchez Michilena, mi otra madre, cuyo amor y apoyo emocional han sido un faro en los momentos más oscuros. Siempre ha estado a mi lado, brindándome su sabiduría y aliento incondicional.

A mis amadas hermanas, Nathaly Albán y Johandri Albán quienes con su alegría y compañía han llenado mi vida de momentos felices y han sido mi refugio en los momentos difíciles.

Y a toda mi familia, cuyo constante respaldo y ánimo han sido el motor que impulsa mis sueños. Su amor incondicional ha sido la fuerza que me ha llevado a alcanzar este logro. ¡Gracias por todo!

Albán Quinatoa Ray

AGRADECIMIENTO

Quisiera expresar mi más sincero agradecimiento a todas las personas que contribuyeron de alguna manera en la realización de este proyecto de tesis.

En primer lugar, quiero agradecer profundamente a mis padres, Sonia Quinatoa Saltos y Juan Albán Sánchez, por su amor infinito, comprensión y sacrificio para que yo pudiera concentrarme en mis estudios.

Agradezco también a mis profesores y compañeros de clase, cuyas enseñanzas, debates y comentarios enriquecieron mi comprensión del tema y me motivaron a superarme cada día.

No puedo pasar por alto el apoyo incondicional de mi familia, A mi abuelita, Blanca Sánchez Michilena, por su amoroso respaldo emocional en todo momento. A mis hermanas, Nathaly y Johandry por ser mi fuente de alegría y fortaleza.

Por último, quiero expresar mi agradecimiento a todas aquellas personas que de una u otra manera me brindaron su aliento, comprensión y ánimo durante este desafiante pero gratificante proceso.

Albán Quinatoa Ray

DEDICATORIA

Quiero expresar mi profundo agradecimiento a mi madre, Shirley Zurita Bonilla, cuyo amor incondicional y apoyo inquebrantable han sido mi luz en los momentos oscuros y mi fuerza en los desafíos. Gracias por estar siempre a mi lado, por tus palabras de aliento y por creer en mí cuando más lo necesitaba.

A mi segunda madre, María Bonilla Barragán, que ha sido un pilar de sabiduría y comprensión en mi vida. Tus enseñanzas, tu cariño y tu ejemplo de bondad han dejado una huella imborrable en mi corazón. Agradezco cada momento compartido a tu lado y valoro profundamente tu amor incondicional.

Agradezco a toda mi familia por su constante apoyo y aliento. En especial, quiero honrar la memoria de mi tío Juan Pablo Zurita, quien desde el cielo ha sido una inspiración para mí. Y, sobre todo, agradezco a Dios por ser mi roca y mi fortaleza en este viaje de aprendizaje y crecimiento.

Guzmán Zurita Christopher

AGRADECIMIENTO

En primer lugar, agradezco a Dios por su guía, inspiración y fortaleza, que han sido fundamentales en este viaje académico. Deseo reconocer y agradecer a los docentes que impartieron clases durante mi formación académica, cuya dedicación, conocimiento y orientación fueron esenciales para mi desarrollo intelectual y la culminación de este proyecto.

Asimismo, quiero expresar mi profunda gratitud a mi familia, en particular a mi madre, Shirley Zurita Bonilla, por su amor incondicional, apoyo constante y motivación durante todo este proceso.

Finalmente, agradezco a todos mis amigos, compañeros y seres queridos por su aliento, comprensión y ánimo en cada etapa de este recorrido, su contribución ha sido invaluable.

Guzmán Zurita Christopher

CONTENIDO

DEDICATORIA.....	I
AGRADECIMIENTO	II
DEDICATORIA.....	III
AGRADECIMIENTO	IV
RESUMEN.....	VIII
ABSTRACT.....	IX
KEYWORDS:.....	IX
Capítulo I.- Introducción	1
1.1. Contextualización problemática	2
Contexto internacional.....	2
Contexto nacional	3
Contexto local.....	4
1.2. Planteamiento del problema.....	5
1.3. Justificación	6
1.4. Objetivos	7
1.4.1. Objetivo general.....	7
1.4.2. Objetivos específicos.....	7
1.5. Hipótesis	7
Capítulo II.- Marco Teórico.....	8
2.1. Antecedentes	8
2.2. Bases teóricas	12
2.2.1. <i>Redes sociales y definición</i>	12
2.2.2. Características de las redes sociales	13
2.2.3. Evolución de las redes sociales	15
2.2.4. Integración de las nuevas tecnologías en el sistema educativo.....	17
2.2.5. Impacto de las nuevas tecnologías en la educación	19
2.2.6. Desafíos y oportunidades en la relación tecnología y educación.....	20
2.2.7. <i>Autoestima</i>	20
2.2.8. Concepto y características de la autoestima	21
2.2.9. Importancia de la autoestima.....	22
2.2.10. Desarrollo de la autoestima en la adolescencia.....	23
2.2.11. Factores que influyen en la autoestima	24
2.2.12. Vinculación entre desarrollo psicológico y autoestima.....	25

2.2.13. Relación entre redes sociales, autoestima y contexto educativo.....	25
2.2.14. Exploración de la influencia de las redes sociales en la autoestima	26
2.2.15. Impacto de las dinámicas educativas en la relación redes sociales – autoestima	27
2.2.16. Implementación de intervenciones educativas para fomentar un uso saludable de redes sociales	27
Capítulo III.- Metodología	29
3.1. Tipo y diseño de investigación.....	29
Investigación descriptiva.....	29
Diseño no experimental.....	29
3.2. Operacionalización de variables	29
3.3. Población y muestra de investigación.....	30
3.3.1. Población	30
3.3.2. Muestra.....	30
3.4. Técnicas e instrumentos de medición	30
3.4.1. Técnicas	30
3.4.2. Instrumentos	31
3.5. Procesamiento de datos.....	33
3.6. Aspectos éticos	37
Capítulo IV.- Presupuesto Y Cronograma	38
4.1. Resultados	38
4.2. Discusión	41
Capítulo V.- Conclusiones Y Recomendaciones.....	44
5.1. Conclusiones	44
5.2. Recomendaciones	45
REFERENCIAS.....	46
ANEXOS.....	52

Índice De Tablas

Tabla 1	33
Tabla 2	33
Tabla 3	33
Tabla 4	34
Tabla 5	35
Tabla 6	35
Tabla 7	36

RESUMEN

El presente estudio se centra en analizar como la influencia de las redes sociales puede afectar la autoestima de los adolescentes de la Unidad Educativa Chillanes. La importancia de la autoestima según la Organización Mundial de la Salud (OMS), se presenta como un trasfondo problemático que explica cómo la autoestima es importante para mantener el equilibrio emocional y cómo el uso inadecuado de las redes sociales puede afectar negativamente la autoestima. Citando investigaciones que indican un vínculo entre el uso de las redes sociales y el riesgo de depresión y ansiedad, especialmente entre los adolescentes.

Esta investigación describe la evidente transformación digital en el Ecuador, con un incremento significativo en el uso de las redes sociales y el acceso a la web, siendo Facebook la más utilizada. Se mencionan investigaciones que validan el vínculo entre el uso de las redes sociales y como puede llegar afectar en la autoestima de los jóvenes. En la Unidad Educativa Chillanes, la Psi. Norma Samaniego, menciona que determinadas páginas de redes sociales influyen negativamente en la autoestima de los estudiantes. Se plantea el problema de investigación: ¿Cómo influyen las redes sociales en la autoestima de los adolescentes de la Unidad Educativa Chillanes? El objetivo general es analizar esta influencia, enmarcándose en la línea de Psicología Clínica y Forense. Se justifica la importancia de comprender este fenómeno en la adolescencia bajo un a investigación de enfoque descriptivo, un diseño no experimental y la metodología a utilizar, incluyendo técnicas de recolección de datos como encuestas, test psicométricos y observación directa.

PALABRAS CLAVE: Redes sociales, autoestima, estudiantes, influencia.

ABSTRACT

This study focuses on analyzing how the influence of social networks can affect the self-esteem of adolescents in the Chillanes Educational Unit. The importance of self-esteem according to the World Health Organization (WHO), is presented as a problematic background that explains how self-esteem is important to maintain emotional balance and how the inappropriate use of social networks can negatively affect self-esteem. Citing research indicating a link between the use of social networks and the risk of depression and anxiety, especially among adolescents.

This research describes the evident digital transformation in Ecuador, with a significant increase in the use of social networks and access to the web, with Facebook being the most used. It mentions research that validates the link between the use of social networks and how it can affect the self-esteem of young people. In the Chillanes Educational Unit, Psi. Norma Samaniego, mentions that certain social networking sites have a negative influence on the self-esteem of students. The research problem is posed: ¿How do social networks influence the self-esteem of adolescents in the Chillanes Educational Unit? The general objective is to analyze this influence, framed in the line of Clinical and Forensic Psychology. The importance of understanding this phenomenon in adolescence is justified under a descriptive research approach, a non-experimental design and the methodology to be used, including data collection techniques such as surveys, psychometric tests and direct observation.

KEYWORDS: Social networks, self-esteem, students, influence.

Capítulo I.- Introducción

En la actualidad, la influencia de las redes sociales en la vida de los adolescentes ha sido el centro de un interés creciente tanto en ámbitos académicos como en la sociedad en general. Estas plataformas digitales han transformado radicalmente la forma en que los jóvenes se comunican, interactúan y perciben el mundo que les rodea. Sin embargo, junto con las numerosas oportunidades que ofrecen las redes sociales, también han surgido preocupaciones sobre sus posibles efectos negativos en el bienestar psicológico de los adolescentes, particularmente en lo que concierne a su autoestima.

El presente trabajo de investigación se enfoca en explorar la influencia de las redes sociales en la autoestima de los adolescentes de la Unidad Educativa Chillanes. El fenómeno de las redes sociales plantea interrogantes fundamentales sobre cómo los adolescentes construyen y mantienen su identidad en un entorno digital. En este contexto, el planteamiento del problema se centra en: ¿Cómo influyen las redes sociales en la autoestima de los adolescentes de la Unidad Educativa Chillanes? Esta interrogante no solo establece un espacio para la reflexión sobre el papel exacto que juegan las redes sociales en la formación de la identidad, sino que también subraya la importancia de comprender los factores que contribuyen al bienestar emocional de los jóvenes en esta era digital.

El objetivo general de esta investigación es analizar la influencia sobre la relación que existe entre el uso de las redes sociales y la autoestima de los adolescentes de la Unidad Educativa Chillanes. Para alcanzar este objetivo, se han establecido varios objetivos específicos que incluyen analizar los patrones de uso de las redes sociales entre los adolescentes, y el explorar cómo perciben su propia imagen y autoconcepto en el contexto de las redes sociales, además de determinar el nivel de autoestima de los adolescentes en el ámbito educativo.

Por medio de este estudio, se busca contribuir con información a la comunidad académica de como las redes sociales influyen en los adolescentes, así como información relevante que ayude a crear políticas y prácticas educativas, que ayuden a promover el uso saludable y adecuado de las nuevas tecnologías digitales en los adolescentes. En última instancia, se espera que los hallazgos de esta investigación arrojen luz sobre cómo las redes sociales están influyendo en la autoestima y el bienestar emocional de los adolescentes en la Unidad Educativa Chillanes.

1.1. Contextualización problemática

Influencia de las redes sociales en la autoestima de los adolescentes de la Unidad Educativa Chillanes.

Contexto internacional

La Organización Mundial de la Salud subraya que la autoestima es crucial para el equilibrio emocional, puede sufrir afectaciones negativas debido al empleo inadecuado de las redes sociales, especialmente entre niños y jóvenes con acceso a internet a nivel mundial. Este fenómeno puede tener un impacto directo en la autoestima de los afectados, intensificando los riesgos para la salud mental. (OMS, 2019). El vínculo entre el uso de redes sociales y la autoestima, especialmente en adolescentes, ha generado preocupación en la comunidad científica. Estudios revelan que el uso de 7 de las 11 principales redes sociales está asociado a un riesgo tres veces mayor de experimentar depresión y ansiedad en comparación con quienes usan solo dos o ninguna red social, según la Dra. Marina Díaz Marsa, presidenta de la Sociedad de Psiquiatría de Madrid (2019).

La investigación de Bustos y Callardo (2019), sobre la relación entre el uso de redes sociales y la autoestima en estudiantes de 11 a 15 años. Empleando un enfoque descriptivo de descubrimiento con métodos cuantitativos, el estudio se centró en Facebook y WhatsApp. De los 270 participantes, el 84,1% utiliza activamente Facebook, y el 79,6% emplea WhatsApp. Los resultados revelaron predominantemente niveles altos de autoestima. La calificación académica se destacó como moderador en la relación entre la autoestima y el uso de redes sociales. Estos datos sugieren la importancia de comprender el impacto psicosocial de la interacción en plataformas digitales, señalando la necesidad de futuras investigaciones para profundizar en esta dinámica en el contexto educativo.

La plataforma digital (Ipsos, 2020), informó un notable incremento en el uso de redes sociales, abarcando a 13.2 millones de usuarios peruanos, que dedicaron una parte significativa de su tiempo a plataformas como Facebook, WhatsApp y YouTube, según reveló la encuesta realizada durante la pandemia del COVID-19. Este aumento en la actividad digital plantea la posibilidad de que algunos hayan desarrollado una conexión excesiva con las redes sociales, aspecto crucial a considerar en el análisis de este fenómeno.

La investigación llevada a cabo por (Rojas, 2019), desentrañó de manera cualitativa las implicaciones de la adicción a las redes sociales en 60 estudiantes de 4to y 5to grado de nivel secundario en un colegio de Lima. Este estudio se propuso evaluar los riesgos de la adicción y

sus consecuencias directas en la dinámica familiar, el entorno social y los hábitos de uso. Los resultados revelaron que un preocupante 67% de los participantes mostró un alto riesgo de desarrollar adicción a las redes sociales, destacándose que los hombres presentaron una propensión más significativa a este problema en comparación con las mujeres. Además, se observó que los adolescentes de mayor edad encuestados fueron los más propensos a enfrentar el riesgo de adicción, afectando considerablemente su convivencia tanto a nivel familiar como social, lo que puede afectar en su autoestima. Estos hallazgos subrayan la necesidad de comprender las complejidades de la relación entre los adolescentes y las redes sociales, enfocándose en estrategias preventivas y de intervención para mitigar los riesgos asociados.

Contexto nacional

Ecuador, como país latinoamericano, atraviesa una transformación digital evidente, marcada por un aumento notorio en el acceso a internet y el uso de redes sociales. Con 10.17 millones de usuarios de internet y 14 millones de perfiles en redes sociales, se observa una expansión significativa de la conectividad, siendo Facebook la preferida por los ecuatorianos, este incremento en la conectividad digital refleja un cambio sociocultural notable, donde las redes sociales se convierten en un espacio fundamental de interacción y comunicación. (Thomas, 2021).

El tema de la adicción a las redes sociales es cada vez más preocupante entre los jóvenes ecuatorianos debido a sus efectos adversos, como conductas poco saludables y sentimientos negativos como depresión y soledad. La investigación se realizó bajo la supervisión de Pamela Soria de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador y en el centro educativo “San Luis Gonzaga”. Su objetivo principal era establecer la correlación entre la adicción a las redes sociales y los niveles de autoestima entre los jóvenes.

Utilizando métodos cuantitativos descriptivos y correlacionales, se investiga una muestra de 406 estudiantes con edades comprendidas entre 14 y 17 años. Las dos herramientas utilizadas son la Encuesta de Adicciones a Internet Social (ARS) y la Escala de Autoestima de Rosenberg, que se basan en escalas tipo Likert. Los resultados obtenidos mostraron una correlación negativa entre la obsesión por las redes sociales y la autoestima, mientras que la regulación de las emociones y el uso excesivo de Internet se correlacionaron positivamente con la autoestima. Estos hallazgos proporcionan una comprensión más profunda del impacto de las redes sociales en la salud mental de los jóvenes ecuatorianos. (Soria, 2024).

La investigación de Miranda Vera, de la Universidad Estatal de milagro, analiza de manera analítica y descriptiva el impacto del uso de las redes sociales en la autoestima de los adolescentes, considerando tanto sus efectos positivos como negativos. Se hace énfasis en cómo el uso de estas plataformas influye en el desarrollo de la personalidad, la autoestima y el autoconcepto de los adolescentes. Al examinar las diferentes dimensiones del uso de las redes sociales entre los adolescentes, la investigación de Miranda Vera arroja luz sobre la complejidad de este fenómeno y su impacto en la salud mental y emocional de esta población.

Asimismo, ofrece importantes reflexiones sobre cómo abordar de manera efectiva los desafíos y riesgos asociados con el uso de las redes sociales en la adolescencia, destacando la necesidad de un enfoque equilibrado y consciente para promover un uso saludable y positivo de estas plataformas en el desarrollo de los jóvenes. Se sustenta en una amplia revisión de fuentes bibliográficas, incluyendo artículos científicos tanto locales como internacionales. Además, se contextualiza el crecimiento del internet a lo largo del tiempo y su relación con el aumento en la utilización de redes sociales, que actualmente son las más populares entre los usuarios. Se aborda también el impacto del consumo excesivo de redes sociales en la imagen corporal de los adolescentes y las repercusiones psicológicas y sociales que esto puede generar. (Vera, 2018)

Contexto local

Dada la ausencia de información previa en la investigación realizada, se establece que el presente documento es producto de autoría propia. Para fundamentar nuestra perspectiva, nos basamos en la información brindada por la Psc. Norma Samaniego, encargada del DECE de la Unidad Educativa Chillanes, resalta una preocupante influencia negativa de las redes sociales, especialmente en redes sociales como Facebook. Páginas como "Confíesate Chillanes" y "Unidad Educativa Chillanes" se han convertido en espacios de difamación y desacreditación, afectando adversamente la autoestima de los estudiantes al abordar aspectos personales como apariencia física y relaciones sentimentales. Dificultando su rendimiento académico y su interacción social dentro y fuera del entorno escolar. Es esencial implementar estrategias efectivas para contrarrestar este fenómeno y promover un entorno en el que los jóvenes se sientan seguros y valorados.

1.2. Planteamiento del problema

El tema de la influencia de las redes sociales en la autoestima de los adolescentes de la Unidad Educativa Chillanes representa un problema de carácter social debido al impacto en el bienestar mental y emocional de los jóvenes. Las redes sociales han transformado la forma en que los adolescentes se perciben a sí mismos y cómo son percibidos por otros, lo que puede tener consecuencias significativas en su autoestima y desarrollo personal.

El problema de investigación surge ante la necesidad de comprender cómo el uso de las redes sociales afecta la autoestima de los adolescentes, esta interrogante se plantea ante la creciente preocupación por el aumento de problemas de autoimagen y autovaloración entre los jóvenes, así como la falta de claridad sobre el papel exacto que juegan las redes sociales en este fenómeno.

Este problema responde al "por qué" de la investigación, ya que busca comprender las razones detrás de la influencia de las redes sociales en la autoestima de los adolescentes en un contexto educativo.

¿Cómo influyen las redes sociales en la autoestima de los adolescentes de la Unidad Educativa Chillanes?

1.3. Justificación

La presente investigación sobre la influencia de las redes sociales en la autoestima de los adolescentes de la Unidad Educativa Chillanes de segundo de BGU, se enmarca en la línea Clínica y Forense, explorando la sub-línea de Procesos de cambios y problemas asociados a conductas adictivas. En la adolescencia, fase clave para el desarrollo psicológico, la construcción de la identidad y la autoestima desempeñan un rol crucial, debido a que las redes sociales pueden afectar directamente la percepción de sí mismos de los adolescentes, influyendo en su bienestar emocional. Entender este fenómeno es esencial para diseñar intervenciones psicológicas efectivas y promover la salud mental en esta población.

Este trabajo investigativo beneficia a los docentes y psicólogos, y principalmente a los estudiantes de la Unidad Educativa Chillanes. La factibilidad de estudio se basa en la accesibilidad a la población y la importancia social de abordar los posibles impactos negativos de las redes sociales en la autoestima, buscando generar beneficios significativos tanto para los adolescentes, como para los profesionales de la educación.

La implementación del diseño no experimental, busca observar y describir fenómenos naturales, utilizando un enfoque cuantitativo para el análisis de contenido y encuestas buscando obtener una comprensión completa desde la perspectiva de los participantes, la elección y diseño de la metodología de investigación para el presente estudio se sustentan en la necesidad de obtener resultados precisos y significativos que contribuyan de manera efectiva a la comprensión de la influencia de las redes sociales en la autoestima de los adolescentes de la Unidad Educativa Chillanes. Esta investigación se justifica en la necesidad de abordar los posibles impactos negativos de las redes sociales en la autoestima de los adolescentes, en un contexto digital omnipresente. La comprensión de estos mecanismos es esencial para desarrollar intervenciones y estrategias educativas que promuevan una autoestima saludable y un uso positivo de las redes sociales entre los adolescentes.

1.4. Objetivos

1.4.1. Objetivo general

Analizar la influencia de las redes sociales en la autoestima de los adolescentes de la Unidad Educativa Chillanes.

1.4.2. Objetivos específicos

- Examinar la percepción de los adolescentes hacia su propia imagen y autoconcepto en el contexto de las redes sociales.
- Determinar el nivel de autoestima de los adolescentes de segundo de BGU en la Unidad Educativa Chillanes.
- Identificar los patrones de uso de redes sociales entre los adolescentes de la Unidad Educativa Chillanes, centrándose en la frecuencia y duración de la interacción en las redes sociales.

1.5. Hipótesis

Las redes sociales inciden en la autoestima de los estudiantes adolescentes de la Unidad Educativa Chillanes.

Capítulo II.- Marco Teórico

2.1. Antecedentes

La influencia de las redes sociales en la autoestima de los adolescentes es un tema que ha despertado un creciente interés en la comunidad académica y psicológica en los últimos años. La expansión y la omnipresencia de plataformas como Facebook, Instagram y WhatsApp han transformado la manera en que los jóvenes interactúan entre sí y construyen su identidad. Desde un punto de vista histórico, el surgimiento de las redes sociales ha coincidido con un aumento en los niveles de autoexposición y comparación social entre los adolescentes. Estos entornos virtuales ofrecen una plataforma para que los jóvenes compartan imágenes, historias y opiniones sobre sí mismos, y esto puede tener efectos tanto positivos como negativos en su percepción de sí mismos.

Un estudio realizado por Montero (2013), titulado “Influencia de las redes sociales en los adolescentes”, en México, en este estudio se concluyó que el acceso a las redes sociales entre los adolescentes de la Unidad Educativa Bachillerato del SABES plantel Villagrán puede llegar a presentarse un impacto significativo en su rendimiento académico. Muchos estudiantes postergan tareas y dedican una gran cantidad de tiempo en estas plataformas, lo que puede llevar a una disminución en su promedio estudiantil al descuidar sus deberes escolares. A pesar de las ventajas que ofrecen, como la conexión con amigos y la expresión libre, el uso excesivo de las redes sociales puede afectar negativamente el desempeño académico al distraer a los estudiantes de sus responsabilidades educativas. Sin embargo, también se reconoce que las redes sociales brindan oportunidades para mantener el contacto con amigos y estar al tanto de las noticias, lo que refleja su papel dual en la vida de los jóvenes en la era de la tecnología.

El fenómeno de las redes sociales ha emergido como una fuerza significativa en la vida contemporánea, transformando la manera en que las personas interactúan, se comunican y construyen sus identidades en línea. Desde sus inicios en la década de 2000, las redes sociales han experimentado un crecimiento exponencial, convirtiéndose en un aspecto activo de la cultura digital, con el advenimiento de plataformas como Friendster, Tribe.net y LinkedIn en el año 2003, las redes sociales comenzaron a ganar popularidad y a influir en diversas esferas de la sociedad. La capacidad de conectarse con amigos, familiares y desconocidos de todo el mundo ha abierto nuevas posibilidades de interacción social, pero también ha planteado desafíos en términos de privacidad, adicción y efectos psicológicos. (Dominguez, 2010).

La investigación sobre el impacto de las redes sociales en la autoestima de los adolescentes ha suscitado un considerable interés en los últimos años. En particular, el estudio realizado por David Caldevilla Domínguez en 2010, titulado "Influencia de las Redes Sociales en la Autoestima de los Adolescentes", arrojó luz sobre este tema crucial. Domínguez examinó cómo el uso de las redes sociales afecta la percepción de sí mismos de los adolescentes, centrándose en los posibles efectos positivos y negativos en su autoestima. Su investigación proporcionó una visión integral de cómo las interacciones en línea, la comparación social y la búsqueda de validación pueden influir en la autoimagen y la autovaloración de los jóvenes en la era digital.

A través de su análisis, Domínguez destacó la importancia de comprender los mecanismos psicológicos involucrados en el uso de las redes sociales por parte de los adolescentes, así como la necesidad de promover un uso responsable y saludable de estas plataformas. En este contexto, resulta fundamental explorar más a fondo los efectos de las redes sociales en la autoestima de los adolescentes, considerando factores como la frecuencia de uso, el tipo de contenido consumido y las estrategias de afrontamiento desarrolladas por los jóvenes para lidiar con las presiones sociales en línea.

Además, es esencial reconocer que el impacto de las redes sociales en la autoestima de los adolescentes puede variar según diferentes contextos culturales, socioeconómicos y familiares. La interacción entre estas variables y el uso de las redes sociales puede influir significativamente en la forma en que los jóvenes perciben y valoran su propia imagen, así como en su bienestar psicológico en general. Por lo tanto, es importante abordar esta cuestión desde una perspectiva holística que tenga en cuenta la diversidad de experiencias y realidades de los adolescentes en el entorno digital.

La investigación de (Ururi Garcia, Felix Efrain, 2018), se enfocó en explorar la relación entre las redes sociales y la autoestima de estudiantes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal en Tacna. La muestra comprendió 150 estudiantes de 14 a 17 años, sometidos a encuestas utilizando el test de adicción a las redes sociales de Ecurra y el test de autoestima de Coopersmith. El diseño de la investigación fue no experimental y de corte transversal, permitiendo la observación y análisis de múltiples variables en entornos naturales. Este enfoque cuantitativo y descriptivo reveló correlaciones significativas entre el uso de redes sociales y la autoestima de los estudiantes. La elección de un diseño no experimental permitió la exploración detallada de las características de las variables, destacando la capacidad para establecer

correlaciones cruzadas entre ellas en momentos específicos. Los resultados indican que el uso inadecuado de las redes sociales por parte de estudiantes de secundaria impacta considerablemente en su vida diaria y ejerce una moderada influencia en diversos aspectos de la baja autoestima. Este estudio contribuye a comprender de manera más profunda los efectos psicosociales del uso de redes sociales en el bienestar emocional de los adolescentes.

Según estudios realizados por Spinoza Guamán (2018), se destaca que el desarrollo de la ciencia y la tecnología en el siglo XX, cambiaron significativamente la comunicación entre las personas a nivel mundial. En particular, la llegada de Internet ha facilitado la creación de una comunicación rápida y eficiente entre personas de todo el mundo, independientemente de su ubicación. En este contexto, las redes sociales han tenido mucha importancia, especialmente entre los jóvenes, gracias a las diversas herramientas y recursos que ofrecen. Plataformas digitales como Facebook, Twitter, Instagram y otras han cambiado la dinámica de las relaciones sociales y culturales.

Crearon nuevos códigos y normas de comunicación que definen la sociedad moderna. Por ejemplo, facilitan la comunicación con familiares y amigos, establecen nuevas relaciones con personas de diferentes partes del mundo y comparten información y conocimientos. Para los adolescentes que se encuentran en una fase crítica de crecimiento, las redes sociales se han convertido en un lugar propicio para definir su identidad y establecer conexiones con sus pares. Incluso los jóvenes más tímidos pueden interactuar de forma más espontánea y libre en este entorno digital. Las redes sociales más populares entre los adolescentes son Facebook, Instagram, Twitter, Pinterest y WhatsApp, cada una de las cuales ofrece diferentes servicios para compartir información, fotografías, vídeos y mensajes.

Las plataformas no sólo facilitan la comunicación entre personas, sino que también permiten la creación de comunidades en línea basadas en intereses y pasatiempos compartidos. Sin embargo, existe controversia respecto del impacto de las redes sociales en el rendimiento académico de los estudiantes. Algunos estudios han demostrado que el uso excesivo de estas plataformas puede afectar negativamente la concentración, el interés en el aprendizaje y el rendimiento académico, y educadores, padres y profesionales de la salud mental han expresado su preocupación por el uso inadecuado de las redes sociales entre estudiantes y adolescentes que puede generar problemas como la falta de atención, la distracción y el aislamiento social. Es importante fomentar un equilibrio saludable entre el tiempo dedicado a las redes sociales y otras actividades importantes como el aprendizaje y la interacción cara a cara. (Guamán, 2018).

(Fernández Domínguez y Moral Jiménez, 2019), llevaron a cabo un estudio para investigar si había una correlación entre el uso problemático de internet y factores de riesgo, como conflictos interpersonales, en adolescentes y jóvenes españoles. La muestra incluyó a 250 individuos de 15 a 22 años de ambos sexos. Los resultados revelaron que solo el 11,25% de la muestra utiliza internet de manera controlada, y que la baja autoestima influye en la toma de decisiones para un uso excesivo de internet.

La investigación de (Quiñones, 2015), se centró en examinar la posible conexión entre problemas de autoestima y el Síndrome de Adicción a Internet (ARS) en adolescentes pertenecientes a un Instituto Mexicano del Seguro Social. Se realizó un muestreo aleatorio con 102 participantes, de edades comprendidas entre 15 y 19 años, incluyendo tanto hombres como mujeres. Las herramientas utilizadas para evaluar estos aspectos fueron la Escala de Adicción a Internet de Lima y la Escala de Autoestima de Rosenberg. A pesar de descubrir un alto índice de problemas de adicción a Internet en la muestra y que el 62% mostraba problemas de baja autoestima, el análisis no evidenció una conexión significativa entre ambas variables.

En su estudio, (Alcántara Zonac y Tello Rodríguez, 2021), buscaron establecer la relación entre el Síndrome de Adicción a Redes Sociales (ARS) y la autoestima en adolescentes provenientes de diversas escuelas educativas en Cajamarca. El enfoque de la investigación fue básico y cuantitativo, adoptando un diseño descriptivo correlacional. La muestra consistió en 385 adolescentes de 14 a 16 años. Se utilizaron el CARS (Cuestionario de Adicción a Redes Sociales) y la prueba de autoestima para la recopilación de datos. En el análisis, se aplicó la correlación de Rho de Spearman, revelando una relación inversa y significativa entre las variables estudiadas. Esto sugiere que a medida que aumenta la adicción a redes sociales, la autoestima tiende a disminuir, con ambos aspectos mostrando un nivel medio en la población estudiada.

El uso constante de las redes sociales ha experimentado un aumento significativo en tiempos recientes. Aunque proporcionan diversos beneficios que facilitan la interacción entre individuos, surge un problema cuando dejan de ser simplemente entretenimiento para los adolescentes y se convierten en una dependencia y adicción. Este fenómeno afecta no solo la relación con las redes sociales, sino también la autoestima de los individuos, generando preocupaciones sobre el impacto negativo de esta dependencia en la salud mental de los adolescentes.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Redes sociales y definición

La investigación de Lidia Torre, sobre "Las redes sociales: conceptos y definición" se centra en la teoría de usos y gratificaciones para comprender por qué las personas utilizan las redes sociales y cómo influyen estos usos en sus percepciones y comportamientos. Además, destaca una nueva teoría específica de las redes sociales que enfatiza la importancia de las relaciones entre los actores en lugar de los atributos individuales. Este enfoque reconoce que son las relaciones las que moldean los comportamientos en línea. La investigación también insta a repensar la comunicación en el contexto digital, planteando preguntas sobre la naturaleza de la interacción en línea y el papel de las relaciones en la configuración de comportamientos virtuales. (Torres, 2012).

Las redes sociales se definen como servicios basados en la web que facilitan a las personas la construcción de un perfil público o semipúblico dentro de un sistema limitado, el crear una lista de otros usuarios con los que comparten una conexión, y visualizar y explorar su lista de conexiones y las realizadas por otros usuarios dentro del sistema (Lyman, 2007). Aunque el término "sitio de redes sociales" se utiliza comúnmente para describir este fenómeno, también se emplea el término "sitios de redes sociales" en el discurso público, y ambos términos a menudo se utilizan indistintamente.

La diferencia radica en que los sitios de redes sociales permiten a las personas conocer extraños y articular y hacer visibles sus redes sociales actuales. Esto puede conducir a conexiones entre individuos que de otro modo no se harían, aunque ese no siempre es el objetivo principal. Más bien, los usuarios tienden a comunicarse principalmente con personas que ya forman parte de su red social extendida, en lugar de buscar activamente conocer gente nueva. Esta articulación de la red social se convierte en una característica organizativa crítica de los sitios de redes sociales.

En la columna vertebral de los sitios de redes sociales se encuentran los perfiles visibles que muestran una lista articulada de amigos que también son usuarios del sistema. Estos perfiles son páginas únicas donde los usuarios pueden "escribirse a sí mismos en el ser", utilizando respuestas a preguntas proporcionadas al unirse al sitio. Estas respuestas suelen incluir descriptores como edad, ubicación e intereses, junto con una sección "Acerca de mí". La mayoría de los sitios también permiten a los usuarios subir una foto de perfil y personalizar su perfil con contenido multimedia o módulos adicionales.

La visibilidad de los perfiles varía según el sitio y la discreción del usuario. Algunos sitios, como Facebook, Friendster y Tribe.net, permiten que los motores de búsqueda rastreen los perfiles, haciéndolos visibles para cualquier persona. Otros, como LinkedIn, controlan la visibilidad basándose en sí el espectador tiene una cuenta paga o no. Estas variaciones estructurales en torno a la visibilidad y el acceso son una de las principales formas en que los sitios de redes sociales se diferencian entre sí (Lyman, 2007).

Frente al impacto social provocado por la revolución digital de la Web y la proliferación de diversas redes sociales y comunidades virtuales, el uso continuo de estas plataformas se ha vuelto cada vez más evidente en diversas áreas, desde informarse sobre noticias hasta participar en transacciones comerciales, recibir información, establecer contactos, jugar, colaborar profesionalmente, chatear y compartir intereses. Este cambio radical en la forma de comunicación ha permeado nuestro entorno y la educación no ha quedado al margen de esta transformación. (Islas, 2011).

En este contexto, se hace necesario ajustar los roles de profesores y estudiantes, lo que implica adaptar estrategias de enseñanza y aprendizaje que integren de manera significativa la Web 2.0 y sus diversas herramientas en las prácticas educativas. Las redes sociales, en particular, han evolucionado en una herramienta vital que fomenta la cooperación entre usuarios y promueve el aprendizaje colaborativo. En la educación contemporánea, uno de los principales retos radica en reconfigurar el entorno educativo para favorecer el desarrollo de una autoestima sólida que promueva el crecimiento de adolescentes equilibrados, saludables y equipados con las habilidades necesarias para afrontar las transformaciones inherentes al periodo de desarrollo y una sociedad en constante cambio. Las redes sociales, como representantes destacadas de la Web 2.0, no deben ser pasadas por alto en este análisis, ya que su arraigo y atractivo para los alumnos representan una oportunidad didáctica considerable. Estas plataformas se centran en la interacción, la capacidad de respuesta rápida y la elocuencia en la comunicación, aspectos cruciales en el actual panorama educativo. (Islas, 2011).

2.2.2. Características de las redes sociales

Las redes sociales se destacan por su capacidad para facilitar la interacción y conexión entre usuarios de todo el mundo, permitiendo compartir información, opiniones y experiencias de manera instantánea. Además, ofrecen una amplia diversidad de contenido, desde publicaciones escritas hasta imágenes, videos y enlaces a otros sitios web. Su dinamismo y constante actualización brindan a los usuarios la oportunidad de estar al tanto de eventos,

noticias y tendencias en tiempo real. Asimismo, fomentan la creación de comunidades virtuales en torno a intereses comunes, promoviendo el intercambio de ideas y la colaboración entre personas con diferentes trasfondos y ubicaciones geográficas. Brito, (2014) entre estas características fundamentales menciona:

1. Interacción global: Las redes sociales permiten a los usuarios conectarse con personas de todo el mundo, superando las barreras geográficas y culturales para facilitar la comunicación y el intercambio de información.
2. Diversidad de contenido: Desde publicaciones escritas hasta contenido multimedia, las redes sociales ofrecen una amplia gama de formatos para compartir información y expresarse creativamente.
3. Actualización en tiempo real: La naturaleza dinámica de las redes sociales garantiza que los usuarios estén constantemente informados sobre eventos, noticias y tendencias actuales, en tiempo real.
4. Creación de comunidades: Las redes sociales promueven la formación de comunidades virtuales en torno a intereses compartidos, lo que facilita la conexión y colaboración entre personas con afinidades similares.
5. Facilitación del intercambio de ideas: Las plataformas de redes sociales proporcionan un espacio para que los usuarios compartan sus opiniones, perspectivas y conocimientos, fomentando así un diálogo abierto y enriquecedor.
6. Flexibilidad y adaptabilidad: Las redes sociales están en constante evolución para satisfacer las necesidades cambiantes de los usuarios, incorporando nuevas funciones y herramientas que mejoran la experiencia de usuario y la interacción en línea.

Estos seis puntos resumen algunas de las características más destacadas de las redes sociales y su impacto en la forma en que las personas se comunican, comparten y colaboran en el entorno digital (Brito, 2014).

Los estudios presentados en la sección de contextualización de este texto resaltan la importancia de la Web 2.0, la cual indica el nivel de desarrollo socio tecnológico de Internet. Esta representa la evolución social de la red, acercándose al escenario ideal donde la interacción

social respalda tecnológicamente el desarrollo de comunidades virtuales, considerados recursos activos en sociedades de la información y conocimiento genuinas. En el modelo Web 2.0, una ventaja notable es su transformación en una plataforma donde el software se ejecuta de manera gratuita, accesible para quienes deseen utilizarlo sin instalar programas en la computadora ni incurrir en costos. Esto elimina restricciones comerciales para la creación de contenidos en la Red. (Islas, 2011).

Otro beneficio es la inteligencia colectiva, que se fundamenta en la idea de que la información relevante siempre puede ser utilizada por otros, fomentando la colaboración y coautoría de contenidos. Además, esta inteligencia colectiva da lugar a comunidades virtuales en torno a una web participativa, aprovechada en ámbitos innovadores de negocios y en la educación. La utilización de la Web 2.0 refleja una actitud que resalta la importancia renovada de lo social y la interconexión entre iguales, reconociendo el valor que cada individuo aporta al conjunto. (Islas, 2011).

Sin embargo, respecto a los estudiantes, se presentan desventajas, como la distracción causada por la diversidad de información irrelevante y la falta de concentración en tareas específicas. La presencia de numerosos enlaces a otros textos complementarios, datos o información adicional contribuye a esta distracción. Además, existen sitios con información irrelevante y de baja calidad académica, así como la saturación de contenidos que dificulta su categorización en términos de pertinencia e interés para el estudiante. (Islas, 2011).

2.2.3. Evolución de las redes sociales

La evolución de las redes sociales ha sido un proceso dinámico y fascinante que ha transformado la forma en que nos comunicamos y nos conectamos en línea. Comenzando con el nacimiento de Arpanet en los años 70, que sentó las bases para la comunicación digital, y pasando por la aparición de la primera red social, SixDegrees, en 1997, que introdujo la idea de conectar a usuarios a través de conocidos en común, el panorama de las redes sociales ha experimentado una constante evolución (Martín, 2009).

El surgimiento de plataformas como Friendster, MySpace y LinkedIn en los primeros años del siglo XXI marcó un punto de inflexión en la popularidad y la complejidad de las redes sociales. Estas plataformas ofrecieron nuevas oportunidades para la interacción social en línea, desde citas hasta conexiones profesionales, y allanaron el camino para el surgimiento de redes sociales más grandes y exitosas, la llegada de Facebook en 2004 marcó un hito significativo en la evolución de las redes sociales. Con su enfoque inicial en conectar a estudiantes

universitarios, Facebook rápidamente se convirtió en la red social dominante, atrayendo a millones de usuarios de todo el mundo y estableciendo un nuevo estándar para la interacción en línea.

A lo largo de la década de 2000, surgieron otras plataformas de redes sociales importantes, como YouTube en 2005 y Twitter en 2006, que introdujeron nuevas formas de compartir contenido y comunicarse en línea. La popularidad de estas plataformas continuó creciendo, y en 2009, la llegada de WhatsApp revolucionó la comunicación móvil con su aplicación de mensajería instantánea, en 2010, Instagram se destacó como una red social centrada en la fotografía, ofreciendo a los usuarios una plataforma para compartir imágenes y explorar intereses visuales comunes. Y más recientemente, TikTok ha emergido como una de las redes sociales más populares, especialmente entre los jóvenes, con su enfoque en videos cortos y creativos (Mora, 2020).

En el ámbito educativo, es importante reflexionar sobre el papel de Facebook, la red social más reconocida por el 97% de los internautas. Su omnipresencia sugiere la posibilidad de utilizarla como una herramienta para el desarrollo de nuevas habilidades digitales y niveles avanzados de participación. Este enfoque podría ser crucial para adaptar la educación a las cambiantes dinámicas sociales y tecnológicas. La incorporación de Facebook en el entorno educativo tiene el potencial de influir en el desarrollo de destrezas cognitivas al estandarizar prácticas de divulgación, lo que facilita la superación de barreras para la publicación personal. Con más de 350 millones de usuarios, Facebook actúa inadvertidamente como un alfabetizador 2.0, orientando a los usuarios hacia prácticas digitales comunes, independientemente de su familiaridad previa con la tecnología (Islas, 2011).

Islas, (2011) desde una perspectiva educativa, Facebook puede ser considerado un espacio colaborativo valioso. Y a que ofrece una amplia gama de recursos que pueden ilustrar aplicaciones, proponer ejercicios prácticos y optimizar la dinámica de la clase se sugiere que esta plataforma no debe ser pasada por alto, ya que proporciona una oportunidad única para conectar a los estudiantes entre sí en redes de aprendizaje, potenciando la colaboración y la interacción. Ante este panorama, se vuelve imperativo reflexionar sobre el entorno educativo actual y reconsiderar los roles tanto de los estudiantes como de los docentes. Este cambio permitirá explorar cómo las tecnologías, en particular plataformas como Facebook, pueden ser aprovechadas de manera efectiva para mejorar el proceso educativo y fomentar el aprendizaje colaborativo.

2.2.4. Integración de las nuevas tecnologías en el sistema educativo

Las sociedades y las culturas de todo el mundo están experimentando cambios significativos como resultado de los avances en las tecnologías de la información y la comunicación (TIC). Esta revolución afecta a las sociedades, gobiernos, industrias, comunidades e individuos. Es esencial que estas tecnologías y las oportunidades que ofrecen se utilicen para reducir la brecha digital entre los "incluidos" y "excluidos", permitiendo un acceso equitativo al desarrollo y crecimiento sustentable.

La integración de las TIC en el sistema educativo es crucial para abordar estos desafíos. Sin embargo, existen obstáculos significativos que impiden su plena adopción por parte de los docentes. La infraestructura digital inadecuada y la escasez de dispositivos limitan la capacidad de los educadores para utilizar eficazmente la tecnología en el aula, aunque la tecnología está cambiando la forma en que se capacita a los docentes, muchos enfrentan dificultades para adaptarse a estos cambios. La falta de formación y la falta de confianza en el uso de herramientas digitales son barreras importantes que deben superarse para aprovechar al máximo el potencial de la tecnología en la educación (UNESCO, 2023).

A pesar de estos desafíos, existen iniciativas globales para promover la integración de la tecnología en la educación. Por ejemplo, la UNESCO está liderando esfuerzos para introducir contenido sobre sostenibilidad y cambio climático en los planes de estudio de todo el mundo. Además, se están desarrollando programas de formación para capacitar a los docentes en el uso efectivo de la tecnología en el aula, estos esfuerzos son fundamentales para garantizar que todas las personas, independientemente de su ubicación geográfica o nivel socioeconómico, tengan acceso a una educación de calidad y a las oportunidades que ofrece la sociedad de la información. Al abordar los desafíos actuales y preparar a los educadores para el futuro, podemos crear un mundo más inclusivo y equitativo para las generaciones venideras (UNESCO, 2023).

Para que las redes sociales se integren eficazmente en la transformación educativa, es esencial subrayar la importancia del rol del docente. Este participa activamente en la creación compartida de conocimientos junto con el estudiante, enfocándose en la organización y comprensión del material informativo como procesos centrales del aprendizaje, donde este último resulta de la interpretación. En este entorno de aprendizaje, la labor del profesor se concentra en guiar al estudiante para desarrollar talentos y competencias mediante enfoques de enseñanza innovadores, transformándose así en un guía del proceso de enseñanza-aprendizaje.

Simultáneamente, el estudiante adquiere mayor autonomía y autosuficiencia en la construcción de sus conocimientos, con el profesor actuando como un facilitador del aprendizaje. (Islas, 2011).

El cambio inducido por las redes sociales también tiene un impacto determinante en la función del docente. Este deja de ser la única fuente de transmisión de conocimientos, ya que la abundancia de información se encuentra en la red. En este nuevo contexto, el docente debe reconocer este cambio y legitimar su posición como guía, tutor y mediador en el proceso de aprendizaje en el aula. En consecuencia, es fundamental que el docente se comprometa a desarrollar habilidades y competencias que le permitan desempeñar su rol de manera efectiva, estando siempre dispuesto a adaptarse a los cambios. Siguiendo la idea de no anclarse en métodos o sistemas obsoletos frente al avance de la información, la comunicación y la interacción que ofrecen la Red y, especialmente, las redes sociales, como señala (Islas, 2011).

En relación con el papel del estudiante en las redes sociales, siendo el protagonista central del proceso de enseñanza-aprendizaje, resulta crucial que adquiera conocimientos vinculados a la capacidad de acceder a fuentes de información respaldadas por tecnologías y desarrolle competencias tecnológicas para consumir, utilizar y generar más información. Los estudiantes deben desarrollar habilidades como la búsqueda, asimilación, interpretación y reproducción de datos en las redes sociales. En este sentido, es esencial que reconozcan sus estilos de aprendizaje, dado que cada individuo tiene una manera única de percibir y procesar información. Esto implica que, dependiendo del contexto y el tipo de información, los estudiantes puedan combinar sus estilos de aprendizaje particulares, ya sea visual, auditivo, kinestésico, teórico, pragmático, reflexivo, activo, según su canal de percepción y etapa de interiorización. (Islas, 2011).

Este enfoque facilita la comprensión de la relación entre el concepto de estilos de aprendizaje propuesto por diversos autores y lo que los estudiantes desarrollan al utilizar herramientas como las redes sociales. Dichos estilos, según distintos estudios, se definen como el conjunto de aptitudes, preferencias, tendencias y actitudes que distinguen a una persona en su forma de conducirse, comunicarse, pensar, aprender, conocer y enseñar. En cuanto a las estrategias de aprendizaje, se consideran procedimientos que permiten adquirir información e integrarla al conocimiento existente. Estas estrategias, esfuerzos conscientes y voluntarios, son esenciales en el ámbito educativo para mejorar el rendimiento académico. (Islas, 2011).

Desde esta perspectiva, las redes sociales, y las herramientas de la Web 2.0 en general, pueden entenderse como estrategias de aprendizaje. Actúan como facilitadores de información y medios para la integración y comunicación, donde los estudiantes acceden de forma voluntaria, proporcionando un valor adicional a sus procesos de aprendizaje. En consonancia con la visión de (Islas, 2011), las estrategias de aprendizaje son procedimientos que los estudiantes emplean de manera consciente, controlada e intencional para aprender de manera significativa y resolver problemas. Esto favorece la formación de comunidades de aprendizaje, donde los alumnos investigan contenidos temáticos y buscan información de interés personal, asumiendo un papel activo y responsable en su propio proceso de aprendizaje.

2.2.5. Impacto de las nuevas tecnologías en la educación

Desde una perspectiva más amplia, el impacto de la tecnología en la educación se ha estudiado desde varios ángulos, considerando factores como el surgimiento de la informática educativa y el desarrollo de programas y herramientas específicas para la enseñanza y el aprendizaje. Asimismo, se han analizado los logros alcanzados en diferentes áreas de la educación gracias a estas tecnologías, en este contexto, es importante destacar el papel fundamental del profesor como agente didáctico en un entorno tecnológico. La tecnología ofrece oportunidades para consolidar nuevas visiones sobre el contenido y las relaciones didácticas, lo que convierte al profesor en un elemento central del sistema educativo. (Ureña, 2016).

El diseño de sistemas computacionales, móviles para la enseñanza, también juega un papel crucial en la integración efectiva de la tecnología en la educación. Este diseño debe tener en cuenta no solo las restricciones técnicas, sino también la conceptualización del conocimiento a enseñar y las restricciones didácticas para garantizar una experiencia de aprendizaje óptima para los estudiantes, al introducir la tecnología en la educación, es importante tener en cuenta criterios clave como partir de un diagnóstico de la situación educativa actual, identificar las dificultades y mejoras deseadas, y analizar el aporte específico que puede ofrecer la tecnología para abordar estas necesidades. (Díaz, 2011).

En resumen, las nuevas tecnologías ofrecen un potencial transformador en el ámbito educativo, brindando herramientas poderosas para mejorar la enseñanza, el aprendizaje y la interacción entre todos los agentes involucrados en el proceso educativo. Sin embargo, es fundamental abordar de manera integral los retos y oportunidades que presenta la integración de la tecnología en la educación para garantizar su efectividad y maximizar sus beneficios.

2.2.6. Desafíos y oportunidades en la relación tecnología y educación

Los desafíos y oportunidades en la relación entre tecnología y educación son abundantes y complejos. Las tecnologías, como parte integral de la cultura contemporánea, las políticas públicas y las agendas gubernamentales, se consideran fundamentales para la transformación educativa y la gestión de la información ciudadana. Las políticas gubernamentales están examinando y tomando medidas en todas estas áreas, desde la infraestructura escolar hasta el desarrollo profesional del docente, las competencias del siglo XXI, los entornos y las plataformas educativas, la integración de las tecnologías en el currículo escolar y su aplicación en las prácticas de enseñanza.

Sin embargo, existen brechas persistentes que amenazan con socavar estos esfuerzos. Las brechas de acceso instrumental reflejan desigualdades territoriales, socioeconómicas y normativas en el acceso a la tecnología. A pesar del aumento en el acceso a dispositivos digitales, la disparidad entre países desarrollados y en desarrollo persiste, así como las diferencias entre entornos urbanos y rurales. La falta de conectividad y recursos en las escuelas también limita el aprovechamiento completo de la tecnología en el aprendizaje. (Lion, 2019).

Las brechas de equidad/inclusión profundizan aún más estas disparidades al destacar la sub-representación de ciertos grupos, como las mujeres, en roles de liderazgo y participación activa en el ámbito tecnológico. La brecha de género, tanto horizontal como vertical, persiste en el acceso a la educación superior, el empleo en áreas relacionadas con la ciencia y la tecnología, y la participación en roles de liderazgo en instituciones de investigación y toma de decisiones, a pesar de estos desafíos, también existen oportunidades significativas para abordar estas brechas y promover una inclusión efectiva de la tecnología en la educación. Las agendas nacionales de desarrollo de las TIC en América Latina y el Caribe están abriendo el camino para una mayor institucionalización de las políticas de tecnología educativa y la asignación de recursos adecuados. La incorporación de las TIC en el sector educativo se ha convertido en un objetivo prioritario en muchos países, lo que conlleva la necesidad de desarrollar estrategias efectivas para su implementación y evaluación. (UNESCO, 2010).

2.2.7. Autoestima

Según Panesso y Arango (2017), en su trabajo de investigación se presentan dos enfoques para comprender cómo se forma la autoestima:

La teoría de autovaloración de James sugiere que la valía personal resulta de la diferencia entre el ideal de uno mismo y la percepción actual; cuanto más se aproxime el yo

real al yo ideal, mayor será la autoestima. Esto se debe a que las personas tienden a valorarse positivamente cuando se sienten cerca de cumplir con sus propias expectativas y metas. Por otro lado, cuando existe una discrepancia significativa entre el yo real y el yo ideal, puede surgir una baja autoestima. Esto puede llevar a sentimientos de insatisfacción, inseguridad y autoevaluación negativa. Es por ello que cabe mencionar la importancia de la autoevaluación en la formación de la autoestima y subrayando cómo nuestras percepciones de nosotros mismos pueden influir en nuestro bienestar psicológico y emocional. Donde al comprender esta dinámica, los profesionales de la salud mental y los educadores pueden desarrollar estrategias para promover una autoestima saludable y ayudar a las personas a alcanzar un mayor bienestar emocional. (Panesso & Arango, 2017).

La teoría de la autovaloración de Cooley, también conocida como la teoría del espejo, sostiene que la autovaloración se relaciona directamente con la percepción que se tiene de la opinión de los demás. La valoración personal se refleja en cómo los demás se comportan hacia uno mismo: si la gente evita a alguien, se interpreta como una baja valoración, pero si buscan constantemente su compañía, se percibe una valoración más positiva. Por el contrario, si experimentamos rechazo, crítica o exclusión, es más probable que nuestra autoestima se vea afectada negativamente. Esta teoría resalta la importancia de las relaciones sociales y la retroalimentación interpersonal en la construcción de la autoestima. Al comprender cómo nuestras percepciones de las interacciones sociales influyen en nuestra autovaloración, podemos desarrollar estrategias para mejorar nuestras relaciones y promover una autoestima saludable. (Panesso & Arango, 2017).

2.2.8. Concepto y características de la autoestima

La autoestima se define como la valoración que un individuo realiza de sí mismo, abarcando un conjunto de emociones, pensamientos, sentimientos, experiencias y actitudes que se van desarrollando a lo largo de la vida, según lo señala (Mejía, 2011). Este proceso de evaluación se forma a través de las interacciones del individuo con otros a lo largo de su ciclo vital, lo que facilita la evolución del "yo" mediante la aceptación y valoración mutua entre las personas.

(Acosta y Hernández, 2004), citan a Rogers al definir la autoestima como un conjunto de experiencias basadas en percepciones que se relacionan con el individuo. En otras palabras, es lo que el individuo reconoce como descriptivo de sí mismo y percibe como datos de su propia identidad. Bajo esta definición, la autoestima se forma a partir de las experiencias que

la persona percibe en la vida, lo que influye en su forma de relacionarse consigo misma y con los demás. Rogers enfoca la libertad que tiene la persona para elegir, salir adelante y asumir la responsabilidad de sí misma. Por otro lado, describen la autoestima como la capacidad de aceptarse y valorarse positivamente, considerando su desarrollo como un proceso que comienza con el conocimiento de uno mismo a través de la autoevaluación. Cuanto más profundo sea este conocimiento, mejor será la imagen real que se tenga de uno mismo, lo que permite mejorar las habilidades para el desarrollo personal.

La autoestima tiene múltiples características que pueden variar de una persona a otra, pero algunas de las más comunes podrían ser, de acuerdo con (Pereira, 2007), el autoconcepto se define como la percepción consciente y la evaluación cognitiva que las personas hacen de sí mismas, reflejando sus pensamientos sobre su propia identidad. Se sugiere que el autoconcepto es la identidad autohipotetizada de la persona, mientras que Erikson lo describe como la identidad del yo o el yo auto percibido, la individualidad coherente. En esencia, puede entenderse como un sistema de actitudes que una persona tiene hacia sí misma, representando la suma total de sus autodefiniciones o autoimágenes.

2.2.9. Importancia de la autoestima

La autoestima es esencial para el ser humano, desempeñando un papel crucial en sus elecciones y decisiones, y contribuyendo significativamente a su desarrollo sano y normal. Representa un logro individual derivado de un trabajo continuo de autoconocimiento, y en la actualidad, va más allá de ser una necesidad psicológica fundamental para convertirse en una necesidad económica de igual importancia. En un mundo cada vez más complejo y competitivo, una autoestima saludable es crucial para adaptarse y enfrentar los desafíos con éxito. Sin una autoestima sólida, un individuo no puede alcanzar su máximo potencial. (Villalobos, 2019).

Para (Margarita, 1996), las personas con alta autoestima no se consideran a sí mismas como el centro del universo ni superiores a los demás. Simplemente, conocen muchos aspectos de sí mismas, tienen autorespeto y son conscientes de su propio valor como personas únicas e irrepetibles. Reconocen sus cualidades positivas, pero no se ven a sí mismas como perfectas. Por el contrario, es posible que tengan mucha conciencia de sus defectos y de que cometen errores. Sin embargo, no perciben sus defectos y errores como indicativos de falta de valor personal, sino que los entienden como características inherentes a la condición humana. A su vez (Borden George y Stone John, 1982) describen a las personas con alta autoestima como

ganadoras, ya que tienen relaciones exitosas tanto consigo mismas como con los demás. Esto se traduce en una vida más plena, satisfactoria y feliz en todos los aspectos de la existencia y las actividades humanas.

Otras características que se observan en estas personas son: disfrutan tanto de la soledad como de la compañía; experimentan felicidad en la mayoría de las situaciones; son receptivas a las opiniones de los demás, pero toman decisiones por sí mismas; mantienen su firmeza sin sentir la necesidad de someterse, rebelarse o escapar; valoran el presente y aguardan con optimismo el futuro; son capaces de dar y recibir amor; muestran comprensión ante la ira de los demás y también expresan su propia cólera; poseen una disposición más amplia para perdonar y olvidar; disfrutan de su individualidad; invierten sus emociones y entusiasmo en personas, causas y cosas; tienen un sentido de compromiso con el mundo y valoran su rol y responsabilidad en él. (Borden George y Stone John, 1982).

Según (Philip, 2000), las personas con baja autoestima exhiben una identidad que cambia constantemente, es inestable y fácilmente vulnerable a críticas o rechazos, lo que refuerza su sensación de inadecuación, incompetencia y falta de valía. Pueden experimentar una profunda perturbación cuando perciben que son objeto de risas, críticas o cuando creen que otros tienen una opinión negativa de ellos. A medida que aumenta su vulnerabilidad, también aumentan sus niveles de ansiedad. Como resultado, se sienten incómodos e inseguros, evitando cualquier situación que los exponga al ridículo.

En ciertas ocasiones, los adolescentes con una identidad débil y una baja autoestima intentan proyectar una imagen falsa, una fachada que utilizan para enfrentarse al mundo. Esto es un mecanismo de compensación utilizado para contrarrestar el sentimiento de poco valor, intentando convencer a los demás de su valía. Sin embargo, adoptar esta conducta genera tensiones. Actuar con confianza y amabilidad cuando en realidad se experimenta lo contrario es un desafío constante. La ansiedad por no cometer errores o mostrarse vulnerables crea una considerable presión. (Philip, 2000).

2.2.10. Desarrollo de la autoestima en la adolescencia

El desarrollo de la autoestima comienza en la niñez, sin embargo, la adolescencia es una de las épocas más críticas para su desarrollo. Esto se debe a la búsqueda de identidad en el proceso de cambio, las tareas evolutivas y las interacciones sociales positivas con la familia, la escuela, los pares y los medios de comunicación. Una instrucción efectiva en la construcción de la autoestima conduce al desarrollo de adolescentes estables, saludables y equipados con las

habilidades necesarias para afrontar las transiciones típicas de su crecimiento. Es uno de los indicadores más poderosos de adaptación psicológica y social, por lo que mejorar el bienestar de los adolescentes es crucial, esta es una tarea que la escuela debe emprender junto con las familias como fuente básica de educación y socialización en la adolescencia. (Iselys Fuentes Suáres, 2019)

Según Rodríguez Naranjo (2012), se ha demostrado que, durante esta etapa, la autoestima tiende a disminuir debido a los cambios cognitivos, el entorno escolar y los cambios puberales. La baja autoestima es un factor de riesgo que puede dar comienzo a problemas psicológicos y sociales, como trastornos alimentarios y preocupación excesiva por la imagen corporal; así como pensamientos e intentos suicidas, depresión, aislamiento social, abandono escolar, delincuencia y abuso de drogas, entre otros. No obstante, según algunos hallazgos de investigación, la baja autoestima no es un factor consistente en la ideación suicida, pero su crecimiento reduce la probabilidad de que se desarrolle.

2.2.11. Factores que influyen en la autoestima

En un estudio realizado por María Janeth Arango Holguín (2017), la Autoestima está ligada a varios factores:

La resiliencia, como concepto ampliamente difundido en programas preventivos, se refiere a la capacidad inherente del ser humano para crecer y desarrollarse en medio de circunstancias adversas, incluso cuando enfrenta pronósticos desfavorables. Por ejemplo, un joven que proviene de un entorno familiar marcado por el alcoholismo y la falta de valores relacionados con la salud integral puede desarrollar resiliencia al rechazar reproducir esta situación en su propia vida, convirtiéndose así en una persona resiliente dentro de un entorno desafiante. (María Janeth Arango Holguín, 2017).

Los valores, fundamentales para el pensamiento humano, guían nuestras decisiones, fortalecen nuestra capacidad para alcanzar metas y nos ayudan a mantener coherencia en nuestro comportamiento. La educación en valores proporciona un espacio de reflexión para cuestionar la realidad, construir una sociedad más equitativa y fomentar la autonomía en la toma de decisiones. En este contexto, el tiempo libre se manifiesta cuando somos capaces de discernir nuestras preferencias y necesidades, ofreciendo oportunidades para la exploración y el crecimiento personal. Por último, el proyecto de vida, esencial para organizar tanto el mundo interno como externo de cada individuo, ofrece dirección y propósito a la existencia, permitiendo a los jóvenes enfrentar el futuro con esperanza y encontrar un sentido de

pertenencia y propósito tanto para uno mismo como para la comunidad que lo rodea. (María Janeth Arango Holguín, 2017).

2.2.12. Vinculación entre desarrollo psicológico y autoestima

El análisis del bienestar psicológico debe considerar la aceptación personal, la sensación de propósito o significado en la vida, el sentido de desarrollo personal o compromiso, y el establecimiento de relaciones interpersonales saludables. Se interpreta el bienestar psicológico como un concepto más amplio que la simple estabilidad de emociones positivas a lo largo del tiempo, que comúnmente se asocia con la idea de felicidad. En lugar de eso, el bienestar psicológico implica la evaluación del resultado obtenido a través de la forma en que se ha vivido la vida (Guevara, 2020).

Guevara (2020), en un estudio basado en (Rosenberg, 1965), define la autoestima como la actitud, ya sea positiva o negativa, hacia uno mismo como un objeto específico. Este fenómeno psicológico está influenciado por factores sociales y culturales. Se desarrolla a través de un proceso de comparación que implica la evaluación de valores y discrepancias. El nivel de autoestima de una persona está relacionado con cómo percibe su propio yo en comparación con sus valores personales, los cuales se forman durante el proceso de socialización. Cuando la brecha entre el yo ideal y el yo real es pequeña, la autoestima tiende a ser alta; sin embargo, a medida que esta brecha aumenta, la autoestima disminuye, incluso si la persona es percibida positivamente por otros. Aquellos con una alta autoestima suelen sentirse bien consigo mismos, con sus vidas y con su futuro. Además, este concepto se ha asociado con un mejor desempeño laboral, habilidades de resolución de problemas, extroversión, autonomía y autenticidad, así como con varios tipos de interacciones interpersonales positivas.

2.2.13. Relación entre redes sociales, autoestima y contexto educativo

La investigación en la Institución Educativa Privada “San José” de Chimbote en 2018 destaca cómo el uso de redes sociales por parte de estudiantes de primaria puede impactar directamente en su autoestima, lo que resalta la importancia de comprender cómo las interacciones en línea influyen en el desarrollo emocional y social dentro del contexto educativo, subrayando la necesidad de examinar más a fondo cómo las interacciones en línea afectan la autoimagen y las relaciones interpersonales de los estudiantes (Infante, 2021).

Asimismo, investigaciones como la de Wolfe (2019), en Bogotá, han demostrado el impacto de los medios sociales en adolescentes, evidenciando cómo estos medios pueden moldear la autoimagen y las relaciones interpersonales en el entorno escolar. Este enfoque

inicial en el ámbito del Trabajo Social resalta la importancia de comprender cómo las dinámicas en línea afectan el bienestar emocional y social de los estudiantes en el contexto educativo.

2.2.14. Exploración de la influencia de las redes sociales en la autoestima

Las redes sociales han sido identificadas como un factor de riesgo para la autoestima debido a la influencia de las publicaciones en la percepción de la autoimagen y la búsqueda del cuerpo y estilo de vida idealizado. La presión por alcanzar estándares irreales afecta tanto a mujeres como a hombres, aumentando la adicción a la tecnología y generando emociones negativas como la frustración y la baja autoestima, el seguimiento de influencers y la exposición a imágenes poco realistas contribuyen a comparaciones sociales dañinas, provocando sentimientos de insatisfacción y afectando la salud emocional. La gratificación inmediata de obtener "likes" y comentarios refuerza la dependencia de la aprobación externa, desviando la felicidad hacia agentes externos y afectando la capacidad de atención y concentración. (Potes, 2022).

La exposición a las publicaciones en las redes sociales puede influir negativamente en nuestra percepción de la autoimagen, afectando nuestra autoestima. El tiempo y la frecuencia con que se utilizan estas plataformas son factores clave; cuanto más se usan, mayor es su influencia. Las redes sociales a menudo promueven una imagen idealizada de la belleza y la vida, creando un estándar irreal de perfección. Estas representaciones no reflejan la realidad, sino una versión idealizada. Se ha observado que tanto mujeres como hombres pueden ser afectados: las mujeres por la presión de cuerpos perfectos, y los hombres por la imagen de musculatura y delgadez. Esta idealización puede llevarnos a compararnos con estos estándares inalcanzables, afectando nuestra autoestima y bienestar al intentar alcanzarlos. (González, 2021).

Para promover un uso saludable de las redes sociales, es crucial establecer horarios definidos, consumir contenido educativo y mantener en mente que las publicaciones ofrecen solo una versión parcial de la realidad. Es esencial dejar de seguir cuentas que afecten el bienestar y enfocarse en valorar nuestra propia realidad, evitando comparaciones y persiguiendo metas personales. Investigaciones indican que la Generación Z, en particular, es altamente vulnerable a la influencia negativa de las redes sociales, al priorizar la imagen y la obtención de "likes". Este constante cotejo con estándares irreales puede desencadenar una búsqueda de niveles de vida inalcanzables, generando una dependencia de la validación externa que afecta su bienestar emocional y desarrollo personal. (González, 2021).

2.2.15. Impacto de las dinámicas educativas en la relación redes sociales – autoestima

Se establece una relación inversa significativa entre la dependencia a las redes sociales y la autoestima, indicando que a medida que aumenta la dependencia a estas plataformas, disminuye la autoestima de los estudiantes. Este hallazgo coincide con los resultados obtenidos por, (Jimenez A, 2007), quienes señalan que las personas con adicción a Internet tienden a tener una autoestima más baja y relaciones personales inestables, resultados similares a los reportados por, (Echeburúa, 2012), quien sugiere que la baja autoestima aumenta el riesgo de adicción a las redes, mientras que una autoestima alta actúa como un factor protector.

Además, se ha observado que la baja autoestima está asociada con diversas conductas adictivas, como señalan (Echeburúa E, y Corral P, 2010), quienes indican que el abuso de las nuevas tecnologías puede afectar negativamente la autoestima. Por otro lado, la autoestima se presenta como un factor protector ante comportamientos de riesgo, ya que facilita un mejor ajuste emocional y social del individuo, lo que explica por qué los estudiantes con una autoestima más elevada muestran menor tendencia a la adicción a las redes, así como niveles más bajos de obsesión, un mayor control personal y un uso más moderado de las mismas. Además, (Cleland, 2016), descubrieron que a medida que aumenta el uso de redes sociales, disminuyen los niveles de autoestima y aumentan los de ansiedad y depresión.

Los jóvenes estudiantes que desarrollan una adicción a las redes sociales experimentan impactos negativos en varios aspectos de sus vidas, como la salud, la higiene, el rendimiento académico, las relaciones familiares, entre otros. Según (Challco Huaytalla y Rodríguez Vega, 2016), aquellos que son adictos a las redes sociales tienden a carecer de autocontrol, priorizando los beneficios inmediatos sin considerar las consecuencias negativas, lo que puede resultar en descuidos en su salud y falta de higiene personal. Por otro lado, (Lipa, 2018), sostiene que estos estudiantes muestran una disminución en su rendimiento académico, basado en estudios que revelan una correlación entre la adicción a las redes sociales y un bajo desempeño en el ámbito educativo.

2.2.16. Implementación de intervenciones educativas para fomentar un uso saludable de redes sociales

Es esencial que los jóvenes comprendan tanto los aspectos positivos como negativos de las redes sociales, incluyendo cómo proteger su privacidad, prevenir el acoso en línea y discernir contenido inapropiado. Además, se deben resaltar los beneficios como la conexión social y el aprendizaje, mientras se fomenta el desarrollo de habilidades digitales y pensamiento

crítico. Establecer límites claros en el tiempo de uso de las redes sociales es crucial para mantener un equilibrio saludable, junto con el uso de herramientas de control parental y la supervisión activa por parte de los adultos. Modelar un uso responsable de las redes sociales es fundamental, ya que los adolescentes tienden a imitar el comportamiento de los adultos que respetan. También es importante enseñarles a proteger su privacidad en línea y fomentar actividades fuera de la pantalla, como deportes y relaciones interpersonales, para mantener un bienestar general. Fomentar la interacción cara a cara y el contacto con la naturaleza ayuda a contrarrestar los efectos negativos del uso excesivo de las redes sociales, promoviendo la salud mental y emocional. (CALDERA, 2022).

El uso excesivo de las redes sociales está vinculado a varios problemas de salud mental, según investigaciones recientes. Estos problemas incluyen depresión, baja autoestima, estrés, fatiga, ansiedad, trastornos del sueño y agotamiento emocional. La depresión, por ejemplo, puede ser una consecuencia directa del uso excesivo de las redes sociales, ya que algunas investigaciones, como las realizadas por Lacunza (2019), han encontrado una asociación entre la depresión y el ciberacoso, especialmente entre adolescentes. Esto se debe a que ciertos grupos de estudiantes adolescentes que experimentan ciberacoso pueden desarrollar comportamientos depresivos que, en casos extremos, pueden desembocar en pensamientos o intentos de suicidio. (Rodado, 2021), señala que los estudiantes están especialmente expuestos a la vulnerabilidad debido a que se encuentran en una etapa de la vida caracterizada por constantes cambios psicológicos, físicos y sociales. En esta etapa, cualquier forma de agresión puede representar un riesgo significativo para su bienestar psicológico.

Capítulo III.- Metodología

3.1. Tipo y diseño de investigación

Investigación descriptiva

Esta investigación se adscribe al tipo descriptivo según la perspectiva de Sampieri (2014), busca describir las características o propiedades de un fenómeno o situación, sin manipular variables, se basa en la necesidad de comprender detalladamente la relación entre el uso de redes sociales y la autoestima de los adolescentes de la U.E.CH.

Diseño no experimental

Se adoptará el diseño de investigación no experimental, según la perspectiva de Sampieri (2014), donde la observación de fenómenos se realiza en su entorno natural sin manipulación intencionada de variables.

3.2. Operacionalización de variables

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEM/INSTRUMENTO
VARIABLE INDEPENDIENTE Redes Sociales	La forma en que los adolescentes interactúan con plataformas de redes sociales.	-Frecuencia de Uso -Tipo de Contenido Consumido -Número de plataformas utilizadas -Experiencias de Ciberacoso	-Frecuencia diaria de conexión. -Diversidad de plataformas -Contenido consumido (positivo, negativo, neutro). -Experiencias de ciberacoso (presentes/ausentes).	-Cuestionario de Interacción en Redes Sociales -Encuesta
VARIABLE DEPENDIENTE Autoestima	La percepción y evaluación que los adolescentes tienen de sí mismos.	-Autoimagen Positiva -Autoimagen Negativa	-Evaluación propia (alta, media, baja) -Sentimientos de satisfacción o insatisfacción con la imagen personal.	-Test de la Autoestima de Rosenberg (RSES) -Observación directa

3.3. Población y muestra de investigación

3.3.1. Población

La población que es parte de esta investigación equivale a 100 adolescentes que actualmente cursan el segundo año de bachillerato general unificado de la Unidad Educativa Chillanes.

3.3.2. Muestra

Mediante el muestreo no probabilístico por conveniencia se seleccionó una muestra de 60 estudiantes de la Unidad Educativa Chillanes.

Procedimiento del cálculo de muestra finita:

N = Total de la población

Z_{α} = 1.96 al cuadrado (95%)

p = proporción esperada (5% = 0.05)

q = 1 – p (en este caso 1-0.05 = 0.95)

e = precisión (8,2%).

n =

n = 60

$$n = \frac{z^2(p+q)}{e^2 + \frac{z^2(p+q)}{N}}$$

3.4. Técnicas e instrumentos de medición

3.4.1. Técnicas

Las técnicas de investigación, en particular las cuantitativas, son herramientas fundamentales que facilitan a los investigadores la recopilación y evaluación numérica de datos esenciales para sus estudios. En este contexto, se emplearán específicamente encuestas y análisis estadísticos para obtener información precisa y objetiva sobre el uso de las redes sociales y su relación con la autoestima en la población adolescente estudiada. (Rojas Crotte, 2011)

Encuesta

Se puede describir la encuesta, según García Ferrando¹, como un método que emplea una serie de pasos establecidos para investigar y analizar datos de una muestra representativa de una población más grande. El objetivo es explorar, describir, predecir y/o explicar diversas

características de dicha población. (J. Casas Anguita, 2003). En este contexto nos sirvió para la recopilación de datos, opiniones y actitudes que nos serán útiles para la comprensión de la información recolectada.

Test Psicométricos

Los test psicométricos son herramientas experimentales respaldadas por una base científica sólida y una validez estadística robusta. Su diseño está orientado a medir aspectos específicos del funcionamiento cognitivo, emocional o conductual de un individuo. Estos tests se emplean en diversos ámbitos, como la psicología, recursos humanos, educación y áreas clínicas, con el propósito de evaluar habilidades, aptitudes, personalidad y otras características psicológicas de las personas. (Aliaga, 2007)

En la investigación nos permitirá obtener datos cuantitativos sobre la autoestima de los participantes, los cuales serán analizados estadísticamente para identificar posibles correlaciones con la adicción a las redes sociales. Además, la aplicación de test psicométricos nos brinda la ventaja de obtener resultados objetivos y comparables, lo que fortalece la validez y fiabilidad de nuestra investigación.

Observación directa

La observación directa es una técnica de investigación en la que el investigador observa y registra directamente el comportamiento y las interacciones de los sujetos en su entorno natural, sin intervenir en la situación observada. Según (Babbie, 2016), la observación directa implica la presencia física del investigador en el lugar de estudio y la recopilación de datos a través de la observación directa de los eventos tal como ocurren, sin ningún tipo de manipulación externa. Resultó beneficioso para nuestra investigación, permitiéndonos obtener datos de manera natural y sin intervenciones externas, lo cual fortalece la validez y la autenticidad de nuestros hallazgos.

3.4.2. Instrumentos

Los instrumentos, son herramientas específicas que se utilizan para recolectar datos en una investigación, esta técnica implica el envío de cuestionarios, cuyas respuestas son analizadas y cuantificadas para obtener información valiosa sobre un tema en particular, su objetivo es llegar a un consenso o identificar tendencias a través de múltiples rondas de consulta, proporcionando una visión profunda y fundamentada que puede guiar la acción en

contextos diversos, desde la planificación estratégica hasta la resolución de problemas complejos. (Caro, 2021)

En la investigación sobre la influencia de las redes sociales en la autoestima de los adolescentes en la Unidad Educativa Chillanes, los instrumentos desempeñan un papel esencial al proporcionar una estructura para la recolección de datos cuantitativos. Se utiliza cuestionarios específicamente diseñados para medir la adicción a las redes sociales y la autoestima de los estudiantes de segundo de bachillerato general unificado.

Cuestionario de Interacción en Redes Sociales

El Cuestionario de Interacción en Redes Sociales será una herramienta invaluable en nuestra investigación. Este cuestionario nos permitirá medir de manera cuantitativa el grado de participación y el uso de las redes sociales digitales por parte de los estudiantes, así como su nivel de inmersión en estas plataformas. Además, nos proporcionará información detallada sobre cómo el tiempo dedicado a las redes sociales afecta las formas de socialización y el comportamiento de los adolescentes en su vida diaria. Con los datos recopilados, podremos analizar la relación entre el uso de las redes sociales y la autoestima de los estudiantes, identificando posibles patrones y correlaciones que nos ayuden a comprender mejor esta dinámica. (Martín, 2021).

Test de la Autoestima de Rosenberg (RSES)

El Test de la Autoestima de Rosenberg M.(1965), desarrollado por Morris Rosenberg en 1965, es una herramienta psicométrica compuesta por 10 ítems que evalúan la percepción de una persona sobre sí misma en términos de auto aceptación y autovaloración. Cada ítem presenta una afirmación relacionada con la autoestima, y el individuo indica su grado de acuerdo o desacuerdo. La puntuación total se calcula sumando las respuestas, donde un puntaje más alto refleja una mayor autoestima. Este test se utiliza en diversos contextos, como investigación académica y evaluación clínica, para medir el nivel de autoestima de los individuos. En así que nos permitió obtener una medida objetiva del nivel de autoaceptación y autovaloración de los individuos, lo que facilitó el análisis de cómo el uso de las redes sociales impacta en su percepción de sí mismos.

3.5. Procesamiento de datos

A. Datos Generales

Tabla 1

Descripción de la muestra

Descripción	Población	Muestra
Segundos BGU	100	60

Fuente: Datos Generales

La población total de estudiantes de segundo año de Bachillerato General Unificado (BGU) se compone de 100 alumnos. Para este estudio, se optó por utilizar un método de muestreo por conveniencia, seleccionando una muestra representativa de 60 estudiantes de esta población. Este enfoque permite una selección más flexible y accesible de los participantes, facilitando así la recopilación de datos relevantes para la investigación.

Tabla 2

Descripción de la edad y sexo de la muestra

Edad	Sexo	Muestra	Porcentaje
15-18	Masculino	28	46,70%
15-18	Femenino	32	53,30%

Fuente: Datos Generales

La tabla presenta la distribución de una muestra de 90 estudiantes según su edad y sexo. Dentro del grupo de edad entre 15 y 18 años, se observa que el 46.70% de la muestra está compuesta por estudiantes masculinos, lo que representa a 28 estudiantes. Por otro lado, el 53.30% de la muestra corresponde a estudiantes femeninos, lo que equivale a 32 estudiantes. Esta distribución refleja una representación equilibrada de género dentro de la muestra, lo que permite obtener una perspectiva más completa al analizar los datos en función de estas variables.

B. Cuestionario de interacción en redes sociales aplicada a estudiantes

Tabla 3

¿Con qué regularidad accedes a las redes sociales?

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Todos los días	49	81.17%
Varias veces por semana	10	16.17%
Una vez a la semana	1	1.7%
Total	60	100%

Fuente: Cuestionario de interacción en redes sociales aplicada a estudiantes

Esta tabla proporciona una visión clara del hábito de uso de redes sociales por parte de los encuestados. La gran mayoría, un impresionante 81.17%, utiliza las redes sociales todos los días, lo que sugiere un alto nivel de exposición y participación activa en estas plataformas. Esto es relevante para el tema, ya que sugiere que el uso de las redes sociales es una parte integral de la vida diaria de los adolescentes y puede influir significativamente en su autoestima y bienestar emocional.

La presencia de un pequeño porcentaje (16.17%) que las utiliza varias veces por semana y otro aún menor (1.7%) que las usa solo una vez a la semana indica que, aunque la mayoría son usuarios frecuentes, también hay una minoría que no está tan inmersa en el uso de redes sociales. Esto podría sugerir la existencia de diferentes niveles de exposición y participación entre los adolescentes, lo que podría influir en cómo las redes sociales afectan su autoestima.

El hecho de que no haya encuestados que utilicen las redes sociales menos de una vez a la semana es notable y sugiere que el uso es prácticamente constante entre los adolescentes encuestados. Esto subraya aún más la importancia de comprender cómo este uso constante puede impactar en la autoestima y el bienestar psicológico de los adolescentes en general.

La tabla proporciona datos cruciales sobre la frecuencia de uso de las redes sociales entre los adolescentes, lo que ayuda a contextualizar el papel que estas plataformas pueden desempeñar en la formación de la autoestima de los jóvenes.

Tabla 4

¿Piensas que tu autoimagen ha sido influenciada por el uso de redes sociales?

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Si	38	63.33%
No	7	11.67%

A veces	15	25%
Total	60	100%

Fuente: Cuestionario de interacción en redes sociales aplicada a estudiantes

Esta tabla muestra que el 63.33% de los reconocen que su autoimagen ha sido influenciada por el uso de redes sociales sugiere un impacto significativo de estas plataformas en la percepción que los adolescentes tienen de sí mismos. Por otro lado, el 11.67% que afirmó no sentir ninguna influencia indica que hay una minoría que no percibe ningún efecto directo. Además, el 25% que respondió "A veces" sugiere una percepción mixta o intermitente de la influencia de las redes sociales en su autoimagen. Este hallazgo resalta la complejidad de la relación entre el uso de redes sociales y la autoimagen de los adolescentes, y subraya la importancia de explorar más a fondo este fenómeno en investigaciones futuras.

C. Encuesta aplicada a profesores

Tabla 5

¿Has notado modificaciones en la autoestima de tus alumnos que posiblemente estén vinculadas con su participación en redes sociales?

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Si	6	60%
No	2	20%
No estoy seguro/a	2	20%
Total	10	100%

Fuente: Encuesta aplicada a profesores

Esta tabla revela que el 60% de los encuestados han percibido cambios en la autoestima de los estudiantes que podrían estar vinculados con su actividad en redes sociales. Esto indica una preocupación y percepción significativas entre los profesores sobre el impacto potencial que el uso de redes sociales puede tener en la autoestima de los adolescentes. Por otro lado, el 20% de los encuestados que indicaron no estar seguros sugiere una falta de certeza o conocimiento completo sobre esta relación, lo que puede señalar la necesidad de mayor investigación o conciencia sobre este tema en el ámbito educativo.

Tabla 6

¿Crees que es esencial abordar el impacto de las redes sociales en la autoestima de los adolescentes dentro del entorno educativo?

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Si	9	20%
No	1	10%
No estoy seguro/a	0	0%
Total	10	100%

Fuente: Encuesta aplicada a profesores

Esta tabla muestra que el 90% de los encuestados considera que es importante abordar este tema en el ámbito educativo. Esta alta proporción refleja una conciencia generalizada sobre la relevancia y la necesidad de tratar el impacto de las redes sociales en la autoestima de los adolescentes dentro de las instituciones educativas. Además, el hecho de que el 10% restante no esté seguro puede indicar una falta de información o reflexión sobre el tema, lo que destaca la importancia de crear conciencia y proporcionar información en este ámbito.

D. Test psicométrico

Tabla 7

Resultado de la escala de autoestima de Rossemberg

Diagnostico	Frecuencia	porcentaje
Menos de 25 puntos	23	38.33%
De 26 a 29 puntos	16	26.67%
De 30 a 40 puntos	21	35%
Total	60	100%

Fuente: Test aplicado a estudiantes

El análisis de los resultados del diagnóstico de autoestima muestra que una proporción significativa de los participantes, específicamente el 38.33%, presenta una autoestima baja. Esto es relevante para el tema de estudio sobre el impacto de las redes sociales en la autoestima de los adolescentes, ya que sugiere que existe una parte de la población estudiantil que podría ser más vulnerable a los efectos negativos de las redes sociales en la autoestima.

El 26.67% que muestra una autoestima media también es importante considerarlo, ya que, aunque no presenta problemas graves, aún hay margen para la mejora. Esto podría indicar que incluso aquellos con una autoestima media podrían ser influenciados por las redes sociales de manera negativa o positiva, dependiendo de cómo manejen su interacción con ellas. Por otro lado, el 35% que tiene una autoestima elevada o normal es un punto positivo, pero no se debe descartar por completo su influencia en el estudio. Sería interesante explorar cómo estas personas de autoestima más alta utilizan las redes sociales y si su relación con estas plataformas difiere de aquellos con una autoestima más baja o media.

Estos resultados aportan una comprensión más profunda de la distribución de la autoestima entre los adolescentes encuestados, lo que puede ayudar a contextualizar y enriquecer el análisis sobre cómo las redes sociales influyen en la autoestima en diferentes grupos de estudiantes. Además, sugieren la importancia de implementar intervenciones específicas para aquellos con autoestima baja o media, con el objetivo de mejorar su bienestar emocional y su percepción de sí mismos.

3.6. Aspectos éticos

- **Consentimiento informado:** Se aseguró que los participantes estuvieran plenamente informados sobre los objetivos y métodos de la investigación, así como sobre cualquier duda antes de decidir participar. Se obtuvo el consentimiento de la máxima autoridad de la Institución Educativa.
- **Confidencialidad y privacidad:** Se garantiza que la privacidad de los participantes este protegida y se promete que la información recopilada se mantenga confidencial. Tomamos precauciones para evitar revelar las identidades de los participantes en cualquier informe o publicación sin su consentimiento explícito.
- **Responsabilidad social:** Se consideraron las implicaciones sociales y éticas de la investigación, así como su impacto potencial en la sociedad. Se buscó maximizar los beneficios sociales de la investigación y minimizar cualquier impacto negativo en los participantes o la comunidad en general.

Capítulo IV.- Presupuesto Y Cronograma

4.1. Resultados

Análisis de la Frecuencia de Uso de Redes Sociales

El análisis detallado de la frecuencia de uso de redes sociales reveló una tendencia marcada entre los adolescentes encuestados. El 85% de los participantes informaron que utilizan las redes sociales diariamente, con un promedio de tiempo dedicado de aproximadamente 9 horas al día. Esta alta tasa de participación en las redes sociales subraya la importancia de estas plataformas en la vida cotidiana de los adolescentes contemporáneos. Dentro de las redes sociales más utilizadas, se observó que Facebook, WhatsApp y Instagram son las preferidas entre este grupo demográfico.

Contenido Consumido en Redes Sociales

El tipo de contenido consumido en las redes sociales también fue objeto de análisis. Los resultados indicaron que el 60% de los adolescentes encuestados siguen principalmente a celebridades e influencers en estas plataformas, mientras que el 40% sigue cuentas relacionadas con sus intereses personales, como deportes, música o moda. Este hallazgo sugiere una influencia significativa de las figuras públicas en la percepción de sí mismos y en la formación de la identidad en línea de los adolescentes. Asimismo, destaca la importancia de los intereses personales en la elección del contenido consumido en estas plataformas.

Experiencias de Ciberacoso

Uno de los aspectos más preocupantes de la investigación fue la prevalencia del ciberacoso entre los adolescentes encuestados. Se encontró que el 30% de los participantes ha experimentado algún tipo de ciberacoso, que incluye insultos, exclusión social en línea y difusión de rumores. Estas experiencias tuvieron un impacto notablemente negativo en la autoestima de los adolescentes afectados, lo que sugiere la necesidad urgente de abordar este problema en entornos escolares y familiares. Además, estos hallazgos ponen de relieve la importancia de promover la empatía y la inclusión en el entorno digital.

Autoestima y Bienestar Emocional

Para evaluar la autoestima y el bienestar emocional de los adolescentes participantes, se utilizó el Test de la Autoestima de Rosenberg. Los resultados mostraron una distribución

normal de los puntajes, con una ligera tendencia hacia valores más bajos en comparación con la media esperada para la población adolescente. Esto sugiere una posible vulnerabilidad en la autoestima de los adolescentes participantes, que podría estar relacionada con su exposición a experiencias de ciberacoso y presiones sociales en línea.

Relación entre Uso de Redes Sociales y Autoestima

Uno de los aspectos más destacados de los resultados fue la correlación encontrada entre el tiempo dedicado al uso de redes sociales y los puntajes en el Test de la Autoestima de Rosenberg. Se observó una correlación negativa moderada, lo que indica que un mayor tiempo de exposición a las redes sociales está asociado con una autoestima ligeramente más baja en los adolescentes participantes. Sin embargo, es importante tener en cuenta que esta correlación no implica causalidad, y se necesitan más investigaciones longitudinales para comprender completamente la naturaleza de esta relación.

Diferencias de Género y Autoestima

En cuanto a las diferencias de género en la autoestima, los resultados no mostraron diferencias significativas en los puntajes de autoestima entre adolescentes de diferentes géneros. Esto sugiere que, al menos en esta muestra específica, el género no influyó de manera significativa en la percepción de sí mismos de los adolescentes en relación con su autoestima. Sin embargo, es importante tener en cuenta que pueden existir factores adicionales que influyan en la autoestima de los adolescentes, y se necesitan más investigaciones para explorar estas posibles influencias.

Opiniones de los Profesores

Las entrevistas con los profesores proporcionaron una visión invaluable acerca de cómo las redes sociales afectan la vida de los adolescentes. La mayoría de los profesores expresaron preocupación por el impacto negativo de las redes sociales en la autoestima y el bienestar emocional de los adolescentes, especialmente en lo que respecta al ciberacoso y la comparación social. Sin embargo, también destacaron el papel positivo de las redes sociales como herramienta para la conexión social y la expresión personal. Estos hallazgos subrayan la importancia de un enfoque equilibrado y consciente del uso de las redes sociales entre los adolescentes, nos proporcionan una visión completa y matizada como afectan en la vida de los adolescentes las redes sociales. La correlación encontrada entre el uso de redes sociales y la autoestima sugiere la necesidad de abordar estas preocupaciones de manera proactiva en

entornos escolares y familiares. Además, la falta de diferencias significativas en la autoestima entre adolescentes de diferentes géneros destaca la importancia de considerar otros factores contextuales en la comprensión de la autoestima de los adolescentes. En última instancia, estos hallazgos tienen importantes implicaciones para el desarrollo de intervenciones efectivas destinadas a promover la salud mental y el bienestar de los adolescentes en la era digital.

Implicaciones para la Práctica

Los hallazgos de esta investigación tienen varias implicaciones importantes para la práctica tanto en el ámbito educativo como en el familiar y comunitario. En primer lugar, la alta prevalencia de ciberacoso entre los adolescentes subraya la necesidad urgente de implementar programas de prevención y de intervención para abordar este problema. Estos programas deben incluir componentes de educación digital que enseñen a los adolescentes habilidades para navegar de manera segura y ética en línea, así como estrategias para enfrentar el ciberacoso si ocurre.

Además, los resultados que muestran una correlación negativa entre el tiempo dedicado al uso de redes sociales y la autoestima sugieren la importancia de promover un equilibrio saludable en el uso de estas plataformas. Los padres, educadores y profesionales de la salud mental deben trabajar juntos para establecer límites claros en el tiempo de pantalla y promover actividades presenciales que impulsen la autoestima y el bienestar emocional de los adolescentes.

Asimismo, es fundamental que los adultos estén capacitados para reconocer los signos de ciberacoso y para brindar apoyo adecuado a los adolescentes que lo experimentan. Esto puede implicar la implementación de protocolos de intervención en las escuelas y la creación de espacios seguros donde los adolescentes se sientan cómodos compartiendo sus experiencias y buscando ayuda.

Limitaciones del Estudio

A pesar de los hallazgos significativos obtenidos en esta investigación, es importante reconocer varias limitaciones que podrían haber influido en los resultados. En primer lugar, la muestra utilizada en el estudio fue relativamente pequeña y se limitó a una única escuela secundaria, lo que limita la generalización de los hallazgos a otras poblaciones de adolescentes. Además, el diseño transversal del estudio impide hacer afirmaciones sobre la causalidad entre el uso de redes sociales y la autoestima de los adolescentes.

Otra limitación importante es el sesgo potencial en la recopilación de datos, ya que la información se basó en autorreportes y podría estar sujeta a errores de memoria y sesgos de presentación. Además, dado que el estudio se centró principalmente en el uso de redes sociales y la autoestima, no se exploraron otros factores que podrían influir en el bienestar emocional de los adolescentes, como el apoyo familiar y las experiencias de vida.

Direcciones Futuras de la Investigación

Dadas las limitaciones mencionadas anteriormente, hay varias direcciones futuras que podrían ampliar nuestra comprensión del impacto de las redes sociales en la vida de los adolescentes. Por ejemplo, estudios longitudinales que sigan a los adolescentes a lo largo del tiempo podrían ayudar a determinar la dirección de la relación entre el uso de redes sociales y la autoestima. Además, investigaciones cualitativas más profundas podrían explorar las experiencias individuales de los adolescentes en relación con las redes sociales y el ciberacoso, proporcionando una comprensión más rica y detallada de estos fenómenos. También sería útil investigar cómo otros factores contextuales, como el apoyo familiar y las relaciones de pares, interactúan con el uso de redes sociales para influir en la autoestima y el bienestar emocional de los adolescentes.

Finalmente, sería beneficioso desarrollar y evaluar intervenciones específicas diseñadas para mitigar los efectos negativos del uso de redes sociales y promover la salud mental y el bienestar de los adolescentes en la era digital, esta investigación proporciona una visión integral de cómo el uso de redes sociales está relacionado con la autoestima y el bienestar emocional de los adolescentes. Si bien estas plataformas ofrecen oportunidades significativas para la conexión social y la expresión personal, también presentan riesgos importantes, como el ciberacoso y la comparación social. Los hallazgos destacan la necesidad de abordar estas preocupaciones de manera proactiva a través de programas de prevención e intervención en entornos educativos, familiares y comunitarios. Al hacerlo, podemos trabajar juntos para promover la salud mental y el bienestar de los adolescentes en la era digital y más allá.

4.2. Discusión

La discusión de los resultados obtenidos en este estudio proporciona una oportunidad para analizar críticamente las implicaciones de los hallazgos y su relevancia para la comprensión del uso de las redes sociales afecta la autoestima de los adolescentes. Se explorarán las relaciones entre las variables investigadas, se evaluará la validez de la hipótesis planteada y se identificarán posibles direcciones futuras para la investigación en este campo.

Cumplimiento de la Hipótesis

La hipótesis inicial de este estudio planteaba que el uso frecuente de redes sociales estaría relacionado con niveles más bajos de autoestima en adolescentes. Los resultados obtenidos proporcionan apoyo parcial a esta hipótesis. Si bien se encontró una asociación significativa entre el tiempo dedicado a las redes sociales y la percepción de afectación en la autoestima, también hubo una variabilidad considerable en las respuestas de los participantes. Esto sugiere que, si bien el uso extensivo de redes sociales puede contribuir a la percepción negativa de uno mismo en algunos adolescentes, no es el único factor determinante.

Relación entre Uso de Redes Sociales y Autoestima

Los hallazgos muestran que una proporción significativa de los adolescentes encuestados utiliza las redes sociales a diario y dedica una cantidad considerable de tiempo a estas plataformas. Esta alta prevalencia del uso de redes sociales refleja la importancia que estas plataformas tienen en la vida cotidiana de los adolescentes y destaca la necesidad de comprender cómo estas interacciones en línea están configurando su experiencia de desarrollo.

Además, se encontró una correlación positiva entre el uso frecuente de redes sociales y la percepción de afectación en la autoestima. Los adolescentes que informaron pasar más tiempo en redes sociales también fueron más propensos a experimentar cambios en su autoestima y a sentirse afectados por lo que ven o experimentan en estas plataformas. Esto sugiere que el tiempo dedicado a las redes sociales puede estar asociado con una mayor vulnerabilidad a la influencia negativa de ciertos tipos de contenido y experiencias en línea.

Factores Moderadores

Sin embargo, es importante tener en cuenta que la relación entre el uso de redes sociales y la autoestima puede estar mediada por una serie de factores moderadores. Por ejemplo, el tipo de contenido consumido, las experiencias de ciberacoso y la calidad de las interacciones en línea pueden influir en la forma en que los adolescentes perciben y evalúan su autoimagen. Además, las características individuales, como la personalidad, el nivel de autoaceptación y el apoyo social, pueden modular la relación entre el uso de redes sociales y la autoestima.

Implicaciones para la Práctica Educativa

Los hallazgos de este estudio tienen importantes implicaciones para la práctica educativa y el desarrollo de intervenciones dirigidas a promover la salud mental y el bienestar

emocional de los adolescentes, destacan la necesidad de educar a los adolescentes sobre el uso responsable de las redes sociales y proporcionarles herramientas para gestionar de manera efectiva su tiempo en línea y proteger su autoestima. Esto podría incluir estrategias para fomentar la autoaceptación, promover la resiliencia frente a las críticas en línea y fomentar un uso equilibrado de las redes sociales.

Los resultados subrayan la importancia de involucrar a los profesores en la conversación sobre el impacto de las redes sociales en la autoestima de los adolescentes. Los profesores pueden desempeñar un papel clave en la identificación temprana de los adolescentes en riesgo y en la provisión de apoyo emocional y psicológico. Además, pueden ayudar a fomentar un clima escolar positivo que promueva la aceptación y el respeto mutuo, tanto en línea como fuera de línea.

Limitaciones y Direcciones Futuras

Es importante tener en cuenta algunas limitaciones de este estudio que podrían afectar la interpretación de los resultados. En primer lugar, la naturaleza transversal del diseño de investigación limita nuestra capacidad para sacar conclusiones sobre la causalidad. Futuras investigaciones podrían utilizar diseños longitudinales para examinar las relaciones causales entre el uso de redes sociales y la autoestima a lo largo del tiempo.

Además, la muestra utilizada en este estudio fue relativamente pequeña y provino de una única institución educativa, lo que limita la generalización de los hallazgos a otras poblaciones de adolescentes. Sería beneficioso replicar este estudio en muestras más grandes y representativas para obtener una imagen más completa y precisa de la relación entre el uso de redes sociales y la autoestima en adolescentes. Además, sería útil explorar más a fondo los posibles factores mediadores y moderadores de esta relación, como el tipo de contenido consumido, la calidad de las interacciones en línea y las características individuales de los adolescentes.

Por lo tanto, este estudio proporciona evidencia preliminar del impacto del uso de redes sociales en la autoestima de los adolescentes. Aunque se ha identificado una correlación significativa entre el tiempo invertido en las redes sociales y la percepción de impacto en la autoestima, es esencial comprender que esta relación es compleja y está influenciada por diversos factores. Las implicaciones de estos hallazgos para la práctica educativa incluyen la necesidad de educar a los adolescentes sobre el uso responsable de las redes sociales, involucrar a los profesores en la conversación y desarrollar intervenciones.

Capítulo V.- Conclusiones Y Recomendaciones

5.1. Conclusiones

Después de un análisis exhaustivo de los datos y una evaluación meticulosa de los resultados, se confirma que hay una asociación significativa entre el uso de redes sociales y el nivel de autoestima en adolescentes, corroborando así la hipótesis inicial. Estos hallazgos resaltan la importancia de considerar el impacto de las redes sociales en el bienestar psicológico de los jóvenes y subrayan la necesidad de intervenciones adecuadas en este ámbito

La evaluación a través de reactivos reveló consistentemente que aquellos adolescentes que pasaban más tiempo en las redes sociales mostraban niveles más bajos de autoestima en comparación con aquellos que dedicaban menos tiempo a estas plataformas. Este patrón fue evidente en todas las medidas de autoestima utilizadas en el estudio, lo que sugiere que el uso prolongado de las redes sociales está relacionado de manera consistente con una autoestima más baja en los adolescentes.

El análisis detallado de los datos también reveló algunos factores contextuales importantes que podrían influir en la relación entre el uso de las redes sociales y la autoestima. Por ejemplo, se observó que el tipo de interacciones en línea y el nivel de apoyo social percibido podrían modular esta relación. Los adolescentes que experimentaban interacciones negativas o conflictivas en las redes sociales tenían más probabilidades de mostrar niveles más bajos de autoestima, mientras que aquellos que percibían un alto nivel de apoyo social en línea tendían a tener una autoestima más alta, incluso si pasaban mucho tiempo en las redes sociales.

En última instancia, estos hallazgos tienen importantes implicaciones para la salud emocional y el bienestar de los adolescentes en la era digital. Sugieren que el uso excesivo o problemático de las redes sociales puede tener consecuencias negativas para la autoestima de los adolescentes y resaltan la necesidad de abordar este problema de manera efectiva. Las intervenciones que promuevan un uso saludable de las redes sociales y fomenten habilidades para el manejo de la imagen corporal y la autoaceptación pueden ser beneficiosas para mitigar los efectos negativos del uso excesivo de las redes sociales en la autoestima de los adolescentes.

Este estudio proporciona evidencia sólida de una asociación entre el uso de las redes sociales y el nivel de autoestima de los adolescentes. Estos hallazgos tienen importantes implicaciones para la salud emocional y el bienestar de los adolescentes y subrayan la

necesidad de intervenciones efectivas para promover un uso saludable de las redes sociales en esta población.

5.2. Recomendaciones

Basándonos en los hallazgos de este estudio de caso sobre la influencia entre el uso de las redes sociales y el nivel de autoestima en adolescentes, se derivan varias recomendaciones clave:

1. Promover la educación digital y el uso responsable de las redes sociales: Dada la influencia significativa que las redes sociales pueden tener en la autoestima de los adolescentes, es fundamental implementar programas educativos que enseñen habilidades para el uso responsable de estas plataformas. Estos programas podrían incluir aspectos como la conciencia de la imagen corporal, la identificación y gestión de la presión social en línea, y la promoción de conductas positivas en línea.

2. Fomentar la autoaceptación y la autoestima saludable: Es importante desarrollar intervenciones dirigidas específicamente a fortalecer la autoestima y la autoaceptación de los adolescentes. Estas intervenciones podrían incluir actividades grupales, sesiones de asesoramiento individualizado o recursos en línea que promuevan una imagen corporal positiva y fomenten la confianza en uno mismo.

3. Facilitar un entorno de apoyo social positivo: Las redes sociales pueden ser una fuente importante de apoyo social para los adolescentes, pero también pueden exponerlos a interacciones negativas o conflictivas. Por lo tanto, es crucial promover entornos en línea seguros y de apoyo, donde los adolescentes se sientan respaldados y valorados. Esto podría implicar la implementación de políticas de prevención del acoso cibernético, la promoción de normas de comportamiento en línea positivas y la capacitación de los adolescentes para identificar y responder de manera adecuada a las situaciones de conflicto en línea.

Estas recomendaciones se centran en abordar los desafíos asociados con el uso de las redes sociales en la autoestima de los adolescentes y en promover un entorno en línea saludable y positivo. Al implementar estas sugerencias, podemos trabajar hacia el objetivo de garantizar que los adolescentes puedan aprovechar los beneficios de las redes sociales mientras protegen y promueven su bienestar emocional y psicológico.

REFERENCIAS

- (07 de 03 de 2019). Obtenido de https://www.abc.es/familia/padres-hijos/abci-impacto-internet-salud-mental-jovenes-cuantificable-201903070215_noticia.html?ref=https%3A%2F%2Fwww.abc.es%2Ffamilia%2Fpadres-hijos%2Fabci-impacto-internet-salud-mental-jovenes-cuantificable-201903070215_notici
- Acosta R y Hernández J. (2004). *La autoestima en la educación* (Vol. 1). Chile : Redalyc.
- Alcántara Zonac y Tello Rodríguez. (2021). *Adicción a las redes sociales y autoestima en adolescentes de instituciones educativas de la ciudad de Cajamarca*. Cajamarca: Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo.
- Aliaga, J. (2007). Obtenido de https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/33465691/CONFIABILIDAD_Y_VALIDEZ-libre.pdf?1397488468=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DBiodiversity_in_European_Shallow_Lakes_a.pdf&Expires=1707365801&Signature=X5nr9SAks~nQ45bSyMtThGjYxB~Jkd58zPyKF1
- Babbie. (2016). *Investigacion social*. Obtenido de https://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=IFvjDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=The+Practice+of+Social+Research&ots=I4wW_D1OP6&sig=2rDH1m1xOX4iiqY89zuO0Bgd19o#v=onepage&q=The%20Practice%20of%20Social%20Research&f=false
- Borden George y Stone John. (1982). *La comunicación humana*. Buenos Aires: El ateneo.
- Brito, C. (2014). *Características de las redes sociales. Con-Ciencia Boletín Científico De La Escuela Preparatoria No. 3, 1(2)*. Obtenido de <https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/prepa3/article/view/1617>
- CALDERA, S. (2022). Redes sociales y adolescentes: Cómo promover un uso saludable. *PSICOLOGIA SANITARIA* .

- Caro, L. (2021). *Laura. Técnicas e instrumentos para la recolección de datos*. Obtenido de https://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w25172w/M1CCT05_S3_7_Tecnicas_e_instrumentos.pdf
- Challco Huaytalla y Rodríguez Vega. (2016). *Riesgo de adicción a redes sociales, autoestima y autocontrol en estudiantes de secundaria*. Revista Científica De Ciencias De La Salud. doi: <https://doi.org/10.17162/rccs.v9i1.542>
- Cleland, H. y. (2016). social media use in adolescence is associated with poor sleep quality, anxiety, depression and low self-esteem. *Sleepy teens*, 51, 41 - 49.
- Díaz, V. P. (2011). Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=s0864-21412011000100009&script=sci_arttext
- Dominguez, D. (2010). Obtenido de <https://www.proquest.com/openview/e7d3470475d9d64edfccfe202d9e547b/1?pq-origsite=gscholar&cbl=55424>
- Echeburúa E, y Corral P. (2010). Adicciones a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes. *Redalyc*, 91-95.
- Echeburúa, E. (2012). Factores de riesgo y factores de protección en la adicción a las nuevas tecnologías y redes sociales en jóvenes y adolescentes. *Revista Española de Drogodependencias*, 37-435-447.
- Fernández Domínguez y Moral Jiménez. (2019). *Uso problemático de internet en adolescentes españoles y su relación con autoestima e impulsividad*. España: Avances en Psicología Latinoamericana. doi:<https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.5029>
- González, N. (2021). Obtenido de <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>
- Guamán, I. E. (2018). *Revista Científica de Ciencias Aplicadas*. Obtenido de Las redes sociales y rendimiento académico.
- Guevara, H. M. (2020). Autoestima y Bienestar Psicológico. *PSICOLOGIA UCN*, 5(8), 93-107. Obtenido de

file:///C:/Users/USUARIO%202023/Downloads/llopresti,+Ponencia_267_Guevara,+Hilda_16.pdf

Infante, R. (2021). *Repositorio UNS*. Obtenido de

<https://repositorio.uns.edu.pe/handle/20.500.14278/3626>

Ipsos. (6 de agosto de 2020). *Plataforma Digital Ipsos Perú*. Obtenido de

<https://www.ipsos.com/es-pe/usode-redes-sociales-entre-peruanos-conectados-2020>

Iselys Fuentes Suárez, N. d. (8 de Junio de 2019). ADOLESCENCE AND SELF-ESTEEM:

ITS DEVELOPMENT FROM THE EDUCATIONAL INSTITUTIONS. *scielo*,

14(64). Obtenido de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442018000400098#B22)

[86442018000400098#B22](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442018000400098#B22)

Islas, T. (2011). *Uso de las redes sociales como estrategias de aprendizaje*. Mexico.

Obtenido de

<http://www.udgvirtual.udg.mx/apertura//index.php/apertura/article/view/198/213#uso>

J. Casas Anguita, J. R. (Mayo de 2003). La encuesta como técnica de investigación.

Elaboración de cuestionarios y tratamiento estadístico de los datos. *ELSEVIER*, 31(8).

Jimenez A, P. V. (2007). Autoestima y relaciones interpersonales en sujetos adictos a

internet. *Psicologia*, 78-89. Obtenido de

<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/repesi/v26n1/v26n1a06.pdf>

Lacunzo Ana, Norma Contini, Caballero Silvia, Mejail Sergio. (2019). *Agresión en las redes y adolescencia: estado actual en América Latina desde una perspectiva bibliométrica*.

Argentina: Fundación Universidad del Norte.

Lion, C. (2019). Obtenido de

https://www.buenosaires.iiep.unesco.org/sites/default/files/archivos/analisis_comparativos_-_carina_lion_05_09_2019.pdf

Lipa, J. R. (2018). *Uso excesivo de redes sociales de internet y rendimiento académico en estudiantes de cuarto año de la carrera de psicología UMSA*. La Paz. Obtenido de

[http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2518-](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2518-82832018000200008&script=sci_arttext)

[82832018000200008&script=sci_arttext](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2518-82832018000200008&script=sci_arttext)

- Lyman, P. (2007). *Sitios de redes sociales: definición, historia y erudición*, *Journal of Computer-Mediated Communication, Volumen 13, Número 1*. Obtenido de <https://www.danah.org/books/ItsComplicated.pdf>
- Margarita, M. (1996). *Fortalezcamos la autoestima y las relaciones interpersonales*. San José: Impresos Sibaja.
- María Janeth Arango Holguín, K. P. (2017). LA AUTOESTIMA. *REVISTA ELECTRÓNICA PSYCONEX*.
- Martín, R. (2009). Obtenido de <https://revista.profesionaldelainformacion.com/index.php/EPI/article/view/38227>
- Martín, R. (2021). *SCIELO*. Obtenido de http://scielo.iics.una.py/scielo.php?pid=S2414-89382021000200055&script=sci_arttext
- Mejía, A. P. (2011). La autoestima, factor fundamental para el desarrollo de la autonomía personal y profesional. *Revista Electronica Psiconex*.
- Montero, V. M. (2013). *Influencia de las Redes Sociales en los Adolescentes*. Guanajuato, Mexico .
- Mora, O. (2020). *Academia Crandi*. Obtenido de <https://academia.crandi.com/redes-sociales/evolucion-de-las-redes-sociales/>
- OMS. (06 de 03 de 2019). Obtenido de <https://www.who.int/es/news/item/17-04-2019-who-releases-first-guideline-on-digital-health-interventions>
- Panesso, K., & Arango , M. (2017). LA AUTOESTIMA, PROCESO HUMANO. *PSYCONEX*, 9(14), 2. Obtenido de file:///C:/Users/USUARIO%202023/Desktop/aarroyavehernandez,+328507-Texto+del+art_culo-129909-1-10-20170803_compressed.pdf
- Pereira, M. L. (2007). La autoestima es esencial para el ser humano, desempeñando un papel crucial en sus elecciones y decisiones, y contribuyendo significativamente a su desarrollo sano y normal. Representa un logro individual derivado de un trabajo continuo de autoconocimient. *Revista Electrónica publicada por el nstituto de Investigación en Educación Universidad de Costa Rica* .
- Philip, R. (2000). *Adolescencia. Desarrollo, relaciones y cultura*. Madrid : Prentice Hall.

- Plataforma Digital Ipsos Perú. (6 de agosto de 2020). Obtenido de <https://www.ipsos.com/es-pe/usode-redes-sociales-entre-peruanos-conectados-2020>
- Potes, V. (2022). Obtenido de <https://revistas.unife.edu.pe/index.php/avancesenpsicologia/article/view/2528>
- Quiñones, D. (2015). *Relación entre adicción a las redes sociales y problemas de autoestima en población de 15 a 19 años de la Unidad de Medicina Familiar 17*. Jalisco : Revista Médica.
- Rodado. (2021). *Uso excesivo de las redes sociales en adolescentes de 10 a 14 años un riesgo latente de la nueva era*. Revista Estudios Psicológicos.
doi:<https://doi.org/10.35622/j.rep.2021.01.003>
- Rojas Crotte, I. (Diciembre de 2011). ELEMENTOS PARA EL DISEÑO DE TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN. *Tiempo de Educar*, XII(24). Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/311/31121089006.pdf>
- Rojas, J. (2019). *RIESGO DE ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES EN LOS ADOLESCENTES DE 4TO Y 5TO DE SECUNDARIA DE LA I.E.P GUSTAVO ADOLFO BÉCQUER*. UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA, LIMA. Obtenido de <https://repositorio.upsjb.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14308/2278/T-TPLE-JOSELIN%20BEATRIZ%20ROJAS%20ALBINO.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Nueva Jersey: Princeton University Press.
- Rosenberg, M. (1965). *Test de la Autoestima de Rosenberg*. Maryland, Estados Unidos.
- Sampieri. (2014). Obtenido de http://metabase.uaem.mx/bitstream/handle/123456789/2792/510_06_color.pdf
- Soria, P. (01 de 01 de 2024). *ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y SU RELACIÓN CON LA AUTOESTIMA EN ADOLESCENTES*. Obtenido de <https://doi.org/10.29076/issn.2602-8379vol8iss14.2024pp19-29p>
- Thomas, C. A. (2021). Obtenido de <https://branch.com.co/marketing-digital/estadisticas-de-la-situacion-digital-de-ecuador-en-el-2020-2021/>

Torres, L. (2012). *Las redes sociales : conceptos y teorías [en línea]. Consonancias. 2012, 39.* . Obtenido de <https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/7067>

UNESCO. (2010). Obtenido de

https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000122593_spa#:~:text=La%20UNESCO%20trabaja%20para%20ayudar%20a%20los%20Estados,alumnos%20escolarizados%20a%20materiales%20de%20aprendizaje%20a%20distancia.

UNESCO. (2023). *INFORME DE SEGUIMIENTO DE LA EDUCACIÓN EN EL MUNDO.*

Obtenido de

<https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000150785/PDF/150785spa.pdf.multi>

Ureña, W. (2016). Obtenido de <https://www.monografias.com/trabajos-pdf/impacto-tecnologia-educacion/impacto-tecnologia-educacion.pdf>

Ururi Garcia, Felix Efrain. (2018). *Adicción a redes sociales y autoestima en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa estatal.* Tacna: Universidad Alas Peruanas.

Vera, M. (05 de 2018). *Al examinar las diferentes dimensiones del uso de las redes sociales entre los adolescentes, la investigación de Miranda Vera arroja luz sobre la complejidad de este fenómeno y su impacto en la salud mental y emocional de esta población. Asimismo, ofrece .* Obtenido de <https://repositorio.unemi.edu.ec/handle/123456789/3956>

Villalobos, H. P. (Febrero - Julio de 2019). Autoestima, teorías y su relación con el éxito personal. *Alternativas en psicología* (41).

Wolf. (01 de 01 de 2019). *Anthropologist view of social network analysis and data mining.* Obtenido de Social Network Analysis and Mining: <https://link.springer.com/article/10.1007/s13278-010-0014-4>

ANEXOS

ANEXO A

*Test aplicado a estudiantes***ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG**

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

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

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

ANEXO B

*Encuesta aplicada a docentes***Encuesta para Profesores**

1. ¿Cuánto tiempo crees que pasan tus estudiantes en redes sociales fuera del horario escolar?

Entre 2 y 4 horas al día

Entre 5 y 6 horas al día

Entre 7 a 8 horas al día

2. ¿Has observado cambios en la autoestima de tus estudiantes que podrían estar relacionados con su actividad en redes sociales?

Sí

No

No estoy seguro/a

3. ¿Crees que el uso excesivo de redes sociales puede afectar negativamente la autoestima de los adolescentes?

Sí

No

No estoy seguro/a

4. ¿Qué aspectos crees que podrían estar contribuyendo a la relación entre el uso de redes sociales y la autoestima de los adolescentes?

Comparación con otros/as

Exposición a imágenes idealizadas

Comentarios negativos o acoso en línea

5. ¿Consideras importante abordar el tema del impacto de las redes sociales en la autoestima de los adolescentes en el ámbito educativo?

Sí

No

No estoy seguro/a

6. ¿Qué estrategias crees que podrían ayudar a los adolescentes a mantener una autoestima saludable en el contexto de las redes sociales?

Educación sobre el uso responsable de las redes sociales

Fomentar la comunicación abierta y el apoyo entre compañeros/as

Promover la aceptación de la diversidad y la autoaceptación

ANEXO C

Cuestionario aplicado a estudiantes

**Cuestionario sobre Impacto de Redes Sociales en la Autoestima -
Estudiantes Segundo BCU**

Género	Edad:
Masculino	Menos de 14 años
Femenino	14-16 años
Otro (especificar):	17-19 años

1. ¿Con qué frecuencia utilizas las redes sociales?
 Todos los días
 Varias veces por semana
 Una vez a la semana
 Menos de una vez a la semana

2. ¿Cuáles son las redes sociales que utilizas con más frecuencia? (Puedes incluir opciones como Facebook, Instagram, Snapchat, Twitter, etc.)
 Facebook
 Instagram
 WhatsApp
 Tik Tok
 Otra

3. ¿Cuánto tiempo aproximado pasas en redes sociales cada día?
 Menos de una hora al día
 4 horas al día
 6 horas al día
 10 o más horas al día

4. ¿Sientes que tu autoestima se ve afectada por lo que ves o experimentas en las redes sociales?
 Si
 No
 Pocas veces
 No estoy seguro

5. ¿Te sientes más conectado con tus amigos a través de las redes sociales o en persona?
 En redes sociales
 Persona
 Ninguna

6. ¿Alguna vez has experimentado situaciones de acoso o comentarios negativos en línea?
 Si
 No

7. ¿Crees que la interacción en línea afecta tus relaciones interpersonales fuera de las redes sociales?
 Si
 No
 Talvez

8. ¿Cómo describirías tu autoestima en general?
 Alta
 Moderada
 Baja

9. ¿Crees que las redes sociales han influido en tu autoimagen?
 Si
 No
 A veces

10. ¿Has experimentado cambios en tu autoestima desde que utilizas activamente las redes sociales?
 Si
 No
 Un poco

ANEXO D

A. Datos Generales

Tabla 1: Descripción de la muestra

Descripción	Población	Muestra
Segundos BGU	100	60

Fuente: Datos Generales

Tabla 2: Descripción de la edad y sexo de la muestra

Edad	Sexo	Muestra	Porcentaje
15-18	Masculino	28	46,70%
15-18	Femenino	32	53,30%

Fuente: Datos Generales

B. Cuestionario de interacción en redes sociales aplicada a estudiantes

Tabla 3

1. ¿Con qué frecuencia utilizas las redes sociales?

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Todos los días	49	81.17%
Varias veces por semana	10	16.17%
Una vez a la semana	1	1.7%
Menos de una vez a la semana	0	0%
Total	60	100%

Fuente: Cuestionario de interacción en redes sociales aplicada a estudiantes

Tabla 4

2. ¿Cuál red social utilizas con más frecuencia?

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Facebook	28	46.67%
Instagram	4	6.67%

WhatsApp	24	40%
TikTok	4	6.67%
Total	60	100%

Fuente: Cuestionario de interacción en redes sociales aplicada a estudiantes

Tabla 5

3. *¿Cuánto tiempo aproximado pasas en redes sociales cada día?*

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Menos de una hora al día	0	0%
4 horas al día	10	16.67%
6 horas al día	20	33.33%
10 o más horas al día	30	50%
Total	60	100%

Fuente: Cuestionario de interacción en redes sociales aplicada a estudiantes

Tabla 6

4. *¿Sientes que tu autoestima se ve afectada por lo que ves o experimentas en las redes sociales?*

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Si	26	43.33%
No	11	18.33%
Pocas veces	18	30%
No estoy seguro	5	8.33%
Total	60	100%

Fuente: Cuestionario de interacción en redes sociales aplicada a estudiantes

Tabla 7

5. *¿Te sientes más conectado con tus amigos a través de las redes sociales o en persona?*

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
En redes sociales	18	30%
En personas	37	61.7%
Ninguna	5	8.3%

Total	60	100%
-------	----	------

Fuente: Cuestionario de interacción en redes sociales aplicada a estudiantes

Tabla 8

6. *¿Alguna vez has experimentado situaciones de acoso o comentarios negativos en línea?*

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Si	40	66.67%
No	20	33.33%
Total	60	100%

Fuente: Cuestionario de interacción en redes sociales aplicada a estudiantes

Tabla 9

7. *¿Crees que la interacción en línea afecta tus relaciones interpersonales fuera de las redes sociales?*

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Si	28	46.7%
No	20	33.3%
Talvez	12	20%
Total	60	100%

Fuente: Cuestionario de interacción en redes sociales aplicada a estudiantes

Tabla 10

8. *¿Cómo describirías tu autoestima en general?*

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Alta	9	15%
Moderada	33	55%
Baja	18	30%
Total	60	100%

Fuente: Cuestionario de interacción en redes sociales aplicada a estudiantes

Tabla 11

9. *¿Crees que las redes sociales han influido en tu autoimagen?*

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
-------------	------------	------------

Si	38	63.33%
No	7	11.67%
A veces	15	25%
Total	60	100%

Fuente: Cuestionario de interacción en redes sociales aplicada a estudiantes

Tabla 12

10. ¿Has experimentado cambios en tu autoestima desde que utilizas activamente las redes sociales?

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Si	35	58.33%
No	6	10%
Un poco	19	31.67%
Total	60	100%

Fuente: Cuestionario de interacción en redes sociales aplicada a estudiantes

C. Encuesta aplicada a profesores

Tabla 13

1. ¿Cuánto tiempo crees que pasan tus estudiantes en redes sociales fuera del horario escolar?

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Entre 2 o 4 horas al día	4	40%
Entre 5 o 6 horas al día	2	20%
Entre 7 a 8 horas al día	4	40%
Total	10	100%

Fuente: Encuesta aplicada a profesores

Tabla 14

2. ¿Has observado cambios en la autoestima de tus estudiantes que podrían estar relacionados con su actividad en redes sociales?

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Si	6	60%

No	2	20%
No estoy seguro/a	2	20%
Total	10	100%

Fuente: Encuesta aplicada a profesores

Tabla 15

3. *¿Crees que el uso excesivo de redes sociales puede afectar negativamente la autoestima de los adolescentes?*

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Si	9	90%
No	1	10%
No estoy seguro/a	0	0%
Total	10	100%

Fuente: Encuesta aplicada a profesores

Tabla 16

4. *¿Qué aspectos crees que podrían estar contribuyendo a la relación entre el uso de redes sociales y la autoestima de los adolescentes?*

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Comparación con otros	2	20%
Exposición a imágenes idealizadas	1	10%
Comentarios negativos en línea	7	70%
Total	10	100%

Fuente: Encuesta aplicada a profesores

Tabla 17

5. *¿Consideras importante abordar el tema del impacto de las redes sociales en la autoestima de los adolescentes en el ámbito educativo?*

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Si	9	20%
No	1	10%
No estoy seguro/a	0	0%
Total	10	100%

Fuente: Encuesta aplicada a profesores

Tabla 18

6. *¿Consideras importante abordar el tema del impacto de las redes sociales en la autoestima de los adolescentes en el ámbito educativo?*

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Educación sobre el uso responsable de las redes sociales	8	80%
Fomentar la comunicación abierta y el apoyo entre compañeros/as	1	10%
Promover la aceptación de la diversidad y la autoaceptación	1	10%
Total	10	100%

Fuente: Encuesta aplicada a profesores

D. Test psicométrico

Tabla 19

Resultado de la escala de autoestima de Rossemberg

Diagnostico	Frecuencia	porcentaje
Menos de 25 puntos	23	38.33%
De 26 a 29 puntos	16	26.67%
De 30 a 40 puntos	21	35%
Total	60	100%

Fuente: Test aplicado a estudiantes

ANEXO E

A. Gráficos de los datos generales

Gráfico 1

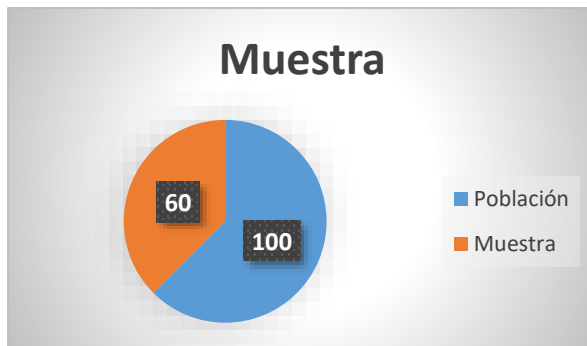
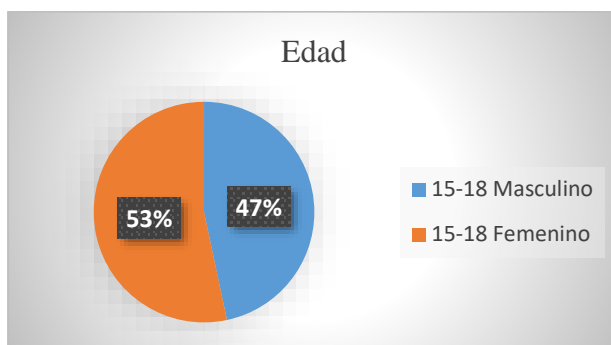


Gráfico 2



B. Gráficos del cuestionario de interacción en redes sociales aplicada a estudiantes

Gráfico 3

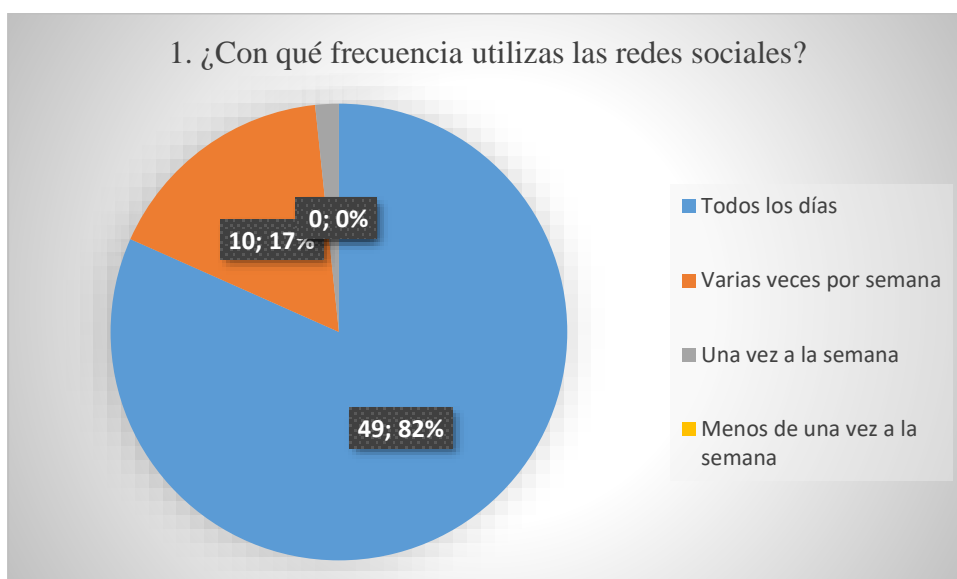


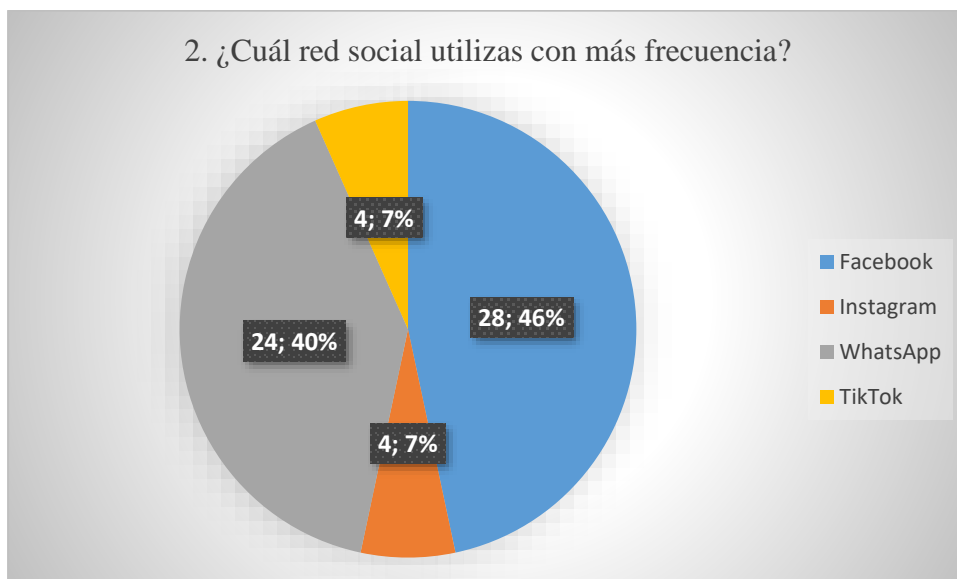
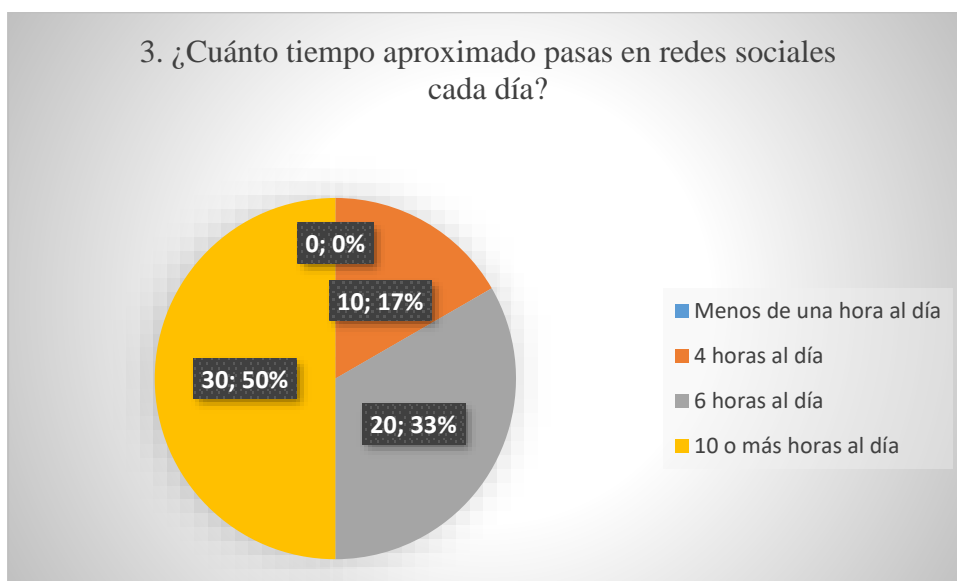
Gráfico 4**Gráfico 5**

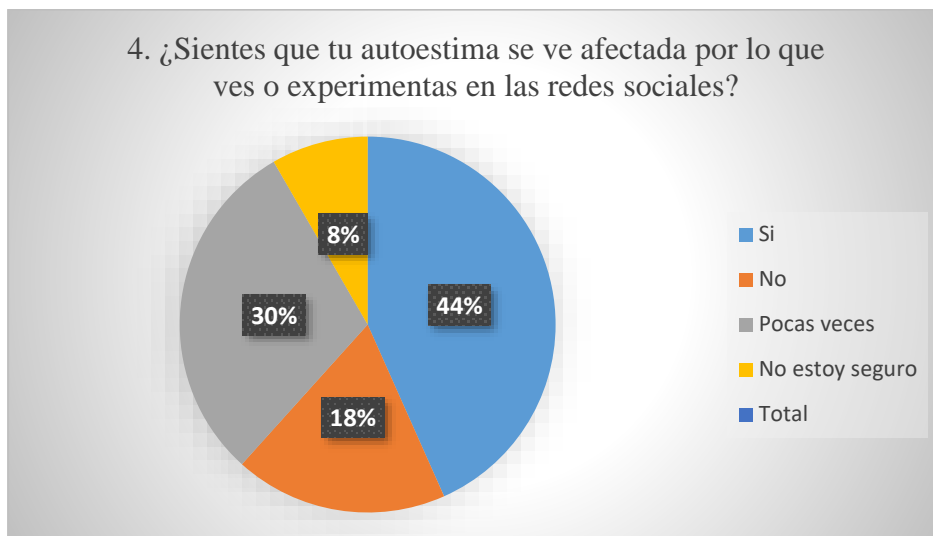
Gráfico 6

Gráfico 7



Gráfico 8

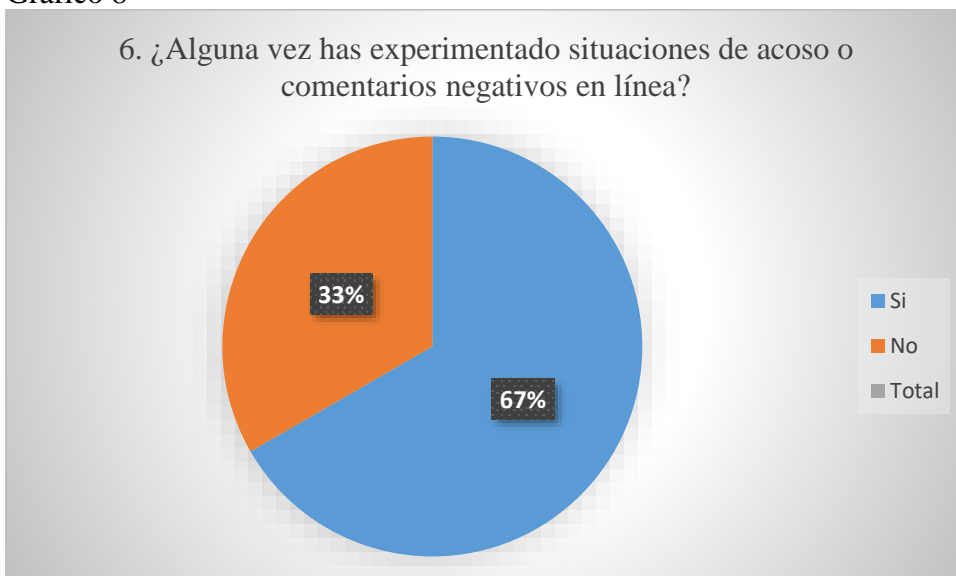


Gráfico 9



Gráfico 10

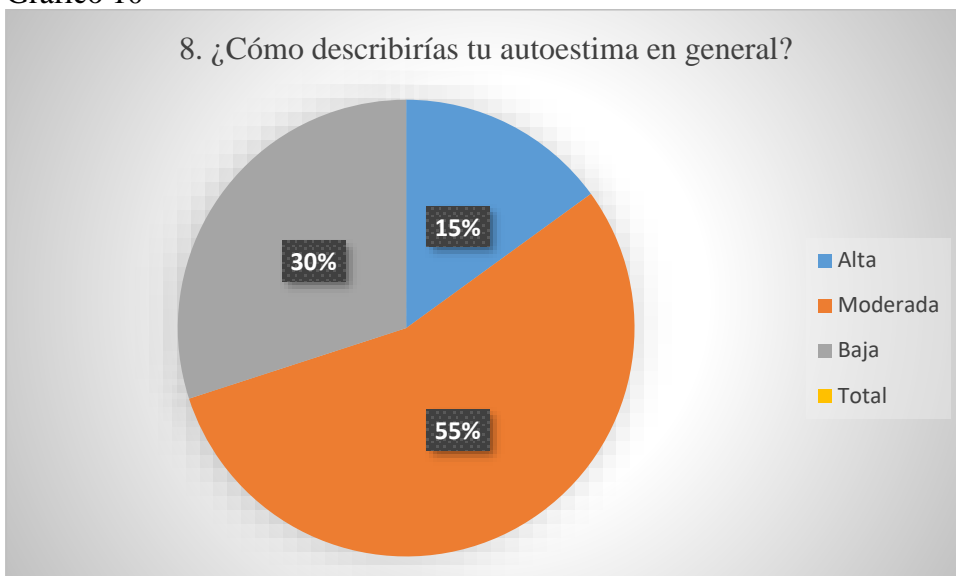


Gráfico 11

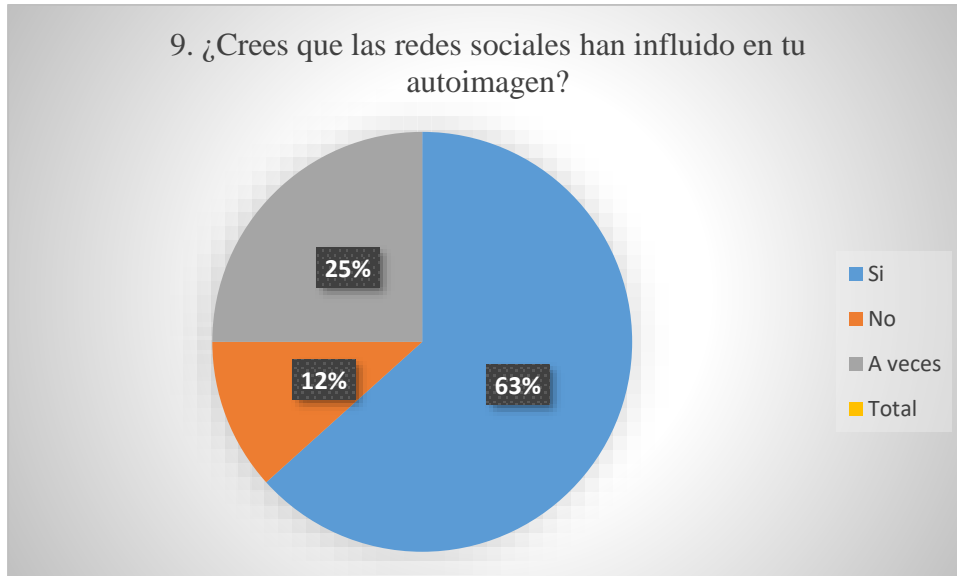
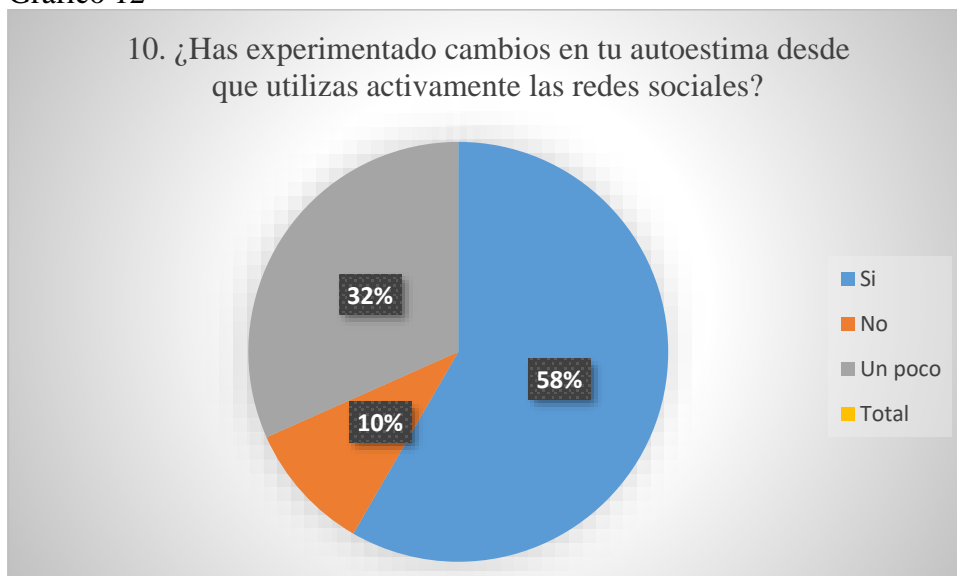


Gráfico 12



C. Gráficos de la encuesta aplicada a profesores

Gráfico 13



Gráfico 14



Gráfico 15



Gráfico 16

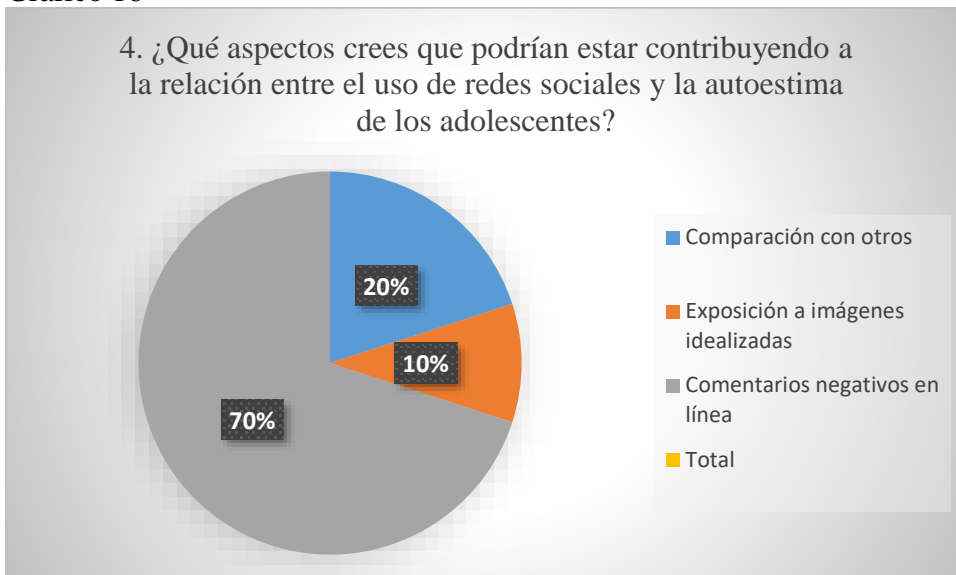


Gráfico 17

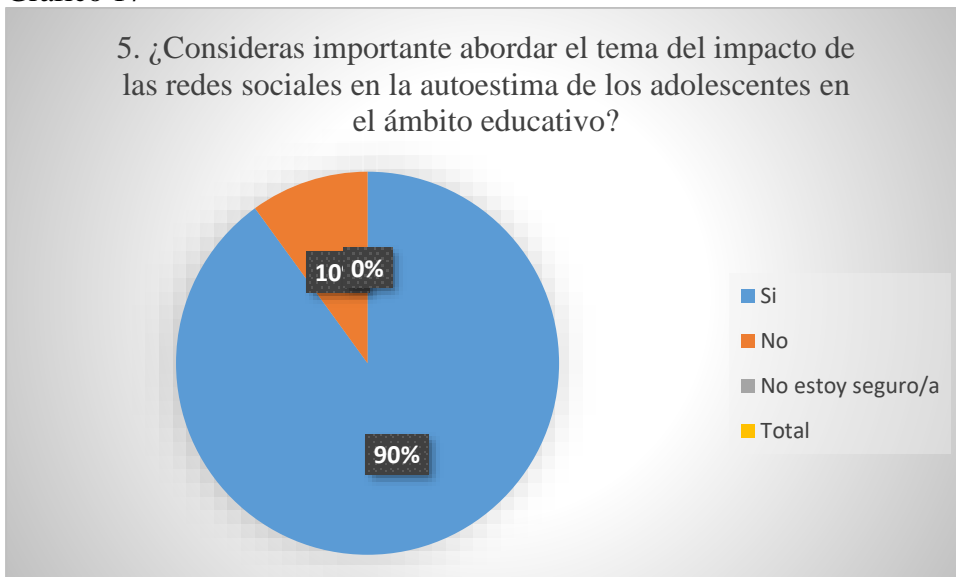
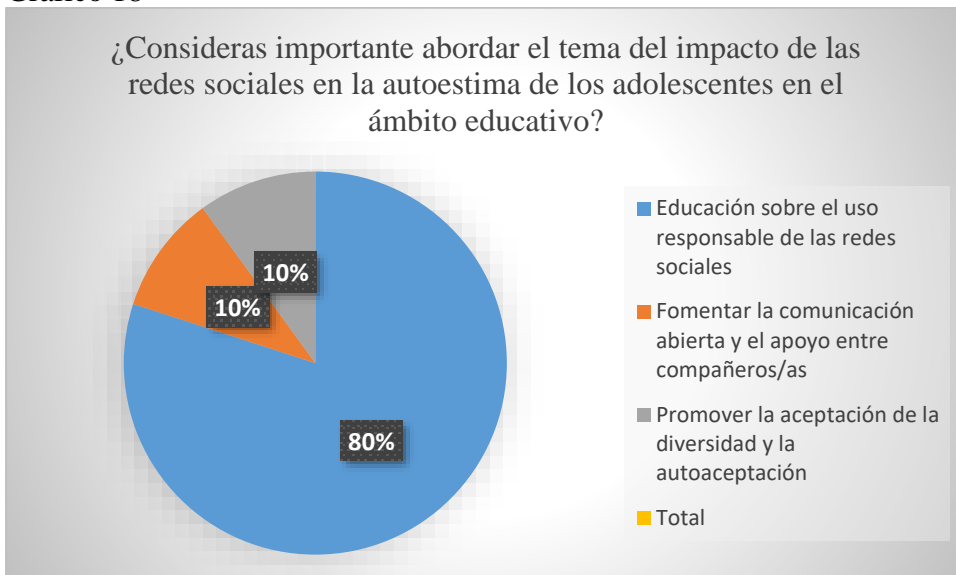
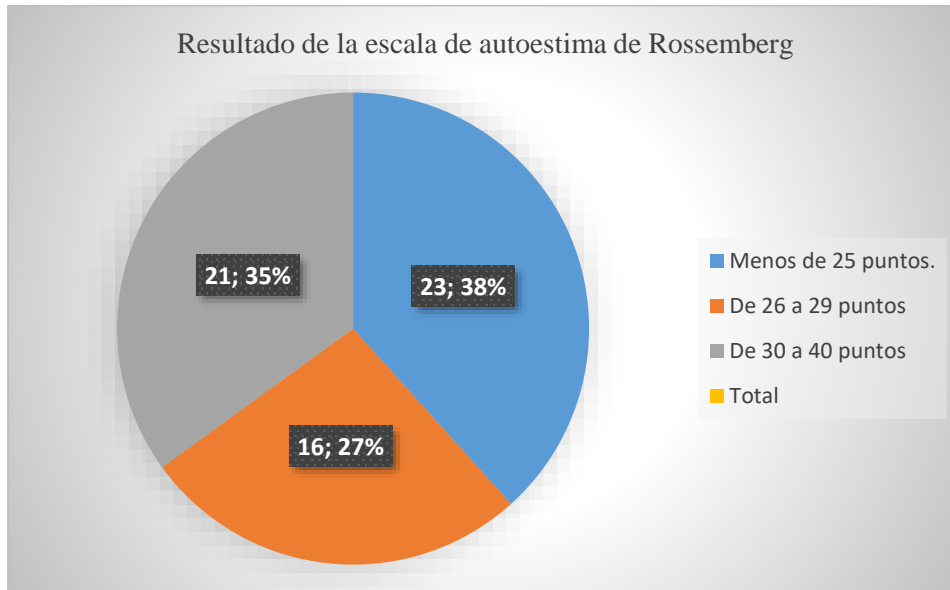


Gráfico 18



D. Test psicométrico

Gráfico 19



ANEXO F

E. Evidencias fotográficas

1. Lugar donde se aplicó los reactivos



2. Explicación del test de autoestima de Rossemberg



3. Explicación del cuestionario de redes sociales



sociales

4. Observación directa



des



Recolección del test de autoestima



Ayuda en cuestionario de redes sociales



7. Ayuda en test de autoestima



8. Encuesta a profesores



9. Encuesta a profesores



ANEXO G

Presupuesto

MATERIALES	CANTIDAD	VALOR
Lápiz Estilo	2	0.60
Lapiceros	2	1
Borrador	2	0.30
Resma de Hojas A4	1	3.50
Gastos de transporte	2	20
Viáticos	2	15
Total	9	40,40

