

**UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN**

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Escuela Profesional de Psicología



**Adicción a las redes sociales como predictor del funcionamiento familiar y  
la satisfacción con la vida en madres de familia de  
Lima-Este**

Tesis para optar el Título Profesional de Psicóloga

**Por:**

Sulmaelith Pinedo Acuña

**Asesor:**

Msc. Mérida Emma Neira Suaña

**Lima, octubre de 2025**

## DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DE TESIS

Yo, Mérida Emma Neira Suaña, docente de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Psicología, de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: **“Adicción a las redes sociales como predictor del funcionamiento familiar y la satisfacción con la vida en madres de familia de Lima-Este”** de la autora: Sulmaelith Pinedo Acuña, tiene un índice de similitud de 11% verificable en el informe del programa Turnitin, y fue realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponde ante cualquier falsedad u omisión de los documentos como de la información aportada, firmo la presente declaración en la ciudad de Lima, a los 10 días del mes de noviembre del año 2025.



---

Msc. Mérida Emma Neira Suaña



ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En Lima, Ñaña, Villa Unión, a 31 día(s) del mes de Octubre del año 2015, siendo las 11:00 horas, se reunieron los miembros del jurado en la Universidad Peruana Unión Campus Lima, bajo la dirección del (de la) presidente(a):

Mtro Cristian Edwin Adriano Rengifo, el (la) secretario(a): Psic. Rosita Montoya Quintana, y los demás miembros: Mto Josias trinidad Tiese y el (la) asesor(a) MSc. Mérida Emma Neira Suana

con el propósito de administrar el acto académico de sustentación de la tesis titulado: Adicción a las redes sociales como predictor del funcionamiento familiar y la satisfacción con la vida en madres de familia de Lima Este

de los (las) bachilleres: a) Sulmaelith Pinedo Acuña

b) .....

c) .....

conducente a la obtención del título profesional de: Psicólogo

(Denominación del Título Profesional)

El Presidente inició el acto académico de sustentación invitando al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s hacer uso del tiempo determinado para su exposición. Concluida la exposición, el Presidente invitó a los demás miembros del jurado a efectuar las preguntas, y aclaraciones pertinentes, las cuales fueron absueltas por al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s. Luego, se produjo un receso para las deliberaciones y la emisión del dictamen del jurado.

Posteriormente, el jurado procedió a dejar constancia escrita sobre la evaluación en la presente acta, con el dictamen siguiente:

Bachiller (a): Sulmaelith Pinedo Acuña

Table with columns: CALIFICACIÓN, ESCALAS (Vigesimal, Literal, Cualitativa), Mérito. Row 1: Aprobado, 17, B+, Muy bueno, Sobresaliente

Bachiller (b): .....

Table with columns: CALIFICACIÓN, ESCALAS (Vigesimal, Literal, Cualitativa), Mérito. Row 1: Empty

Bachiller (c): .....

Table with columns: CALIFICACIÓN, ESCALAS (Vigesimal, Literal, Cualitativa), Mérito. Row 1: Empty

(\* Ver parte posterior

Finalmente, el Presidente del jurado invitó al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s a ponerse de pie, para recibir la evaluación final y concluir el acto académico de sustentación procediéndose a registrar las firmas respectivas.

Signature of Presidente/a

Presidente/a

Signature of Asesor/a

Asesor/a

Signature of Bachiller (a)

Bachiller (a)

Signature of Miembro

Miembro

Bachiller (b)

Signature of Secretario/a

Secretario/a

Miembro

Bachiller (c)

## **Dedicatoria**

A Dios, por ser mi guía a lo largo de este camino de formación académica, por acompañarme con amor, darme fuerza en las dificultades y la sabiduría para alcanzar este logro.

A mis padres, por su amor sin límites, por su esfuerzo inagotable y por creer en mí incluso cuando yo no lo hacía. Todo lo que soy y he logrado se lo debo a ustedes. No hay palabras que alcancen para expresar mi gratitud; solo espero que se sientan tan orgullosos de mí como yo lo estoy de ser su hija.

A mi querido hermano menor, por su cariño incondicional, su alegría contagiosa y por estar siempre a mi lado. Tu apoyo ha sido un regalo invaluable que guardaré siempre en mi corazón.

Con todo mi amor y gratitud, les dedico este logro que también es suyo.

## **Agradecimientos**

En primer lugar, agradezco a Dios por ser mi refugio, por iluminar mi camino y darme la fuerza y la paciencia necesarias para alcanzar esta meta.

A mis padres por sus consejos, sus oraciones, por cada palabra de aliento y por enseñarme con el ejemplo que los sueños se alcanzan con dedicación. Este triunfo es el resultado de todo lo que me han enseñado y del amor que siempre me han brindado.

A mi hermano por sus palabras de aliento, su alegría contagiosa y su apoyo incondicional en cada paso que doy.

A mi asesora, por su orientación, paciencia y compromiso que hicieron posible la culminación de este trabajo.

También extiendo mi agradecimiento a las participantes de esta investigación, por su valiosa colaboración y confianza, que fueron fundamentales para la realización de los objetivos planteados.

Finalmente, agradezco a todas las personas que de alguna u otra manera contribuyeron y me brindaron su apoyo durante este proceso.

## Índice de Contenido

Dedicatoria .....	iv
Agradecimientos .....	v
Índice de Contenido .....	vi
Resumen .....	1
Abstract .....	2
Introducción .....	3
Objetivo .....	5
Metodología .....	5
3.1.    Diseño .....	5
3.2.    Participantes .....	5
Tabla 1 .....	6
3.3.    Instrumentos .....	7
3.4.    Procedimiento .....	8
3.5.    Análisis de datos .....	8
Resultados .....	9
Análisis de normalidad de las variables .....	9
Tabla 2 .....	9
Análisis de correlación entre las variables .....	9
Tabla 3 .....	10
Análisis de regresión entre las variables .....	10
Tabla 4 .....	10
Tabla 5A .....	11
Tabla 5B .....	11
Discusión .....	11
Referencias bibliográficas .....	16

## **Adicción a las redes sociales como predictor del funcionamiento familiar y la satisfacción con la vida en madres de familia de Lima-Este**

*Pinedo Acuña, Sulmaelith<sup>1</sup>, Universidad Peruana Unión, Lima, Perú*

### **Resumen**

La presente investigación tuvo como objetivo analizar cómo la adicción a las redes sociales influye en el funcionamiento familiar y en la satisfacción con la vida de las madres en Lima-Este. Es de diseño no experimental, de corte transversal y de tipo predictivo. La muestra estuvo conformada por 305 participantes de entre 18 a 45 años. Los instrumentos utilizados incluyen la escala breve de adicción a redes sociales (CARS-R), SCORE-15 y la escala de Satisfacción con la Vida (SWLS). Los resultados muestran que la adicción a las redes sociales tiene un efecto negativo significativo en la satisfacción con la vida ( $B = -.132, p = .001$ ), de manera que la satisfacción disminuye a medida que aumenta el nivel de adicción. Por otro lado, se evidencia que la adicción a redes sociales se asocia significativamente tanto con un aumento en las fortalezas ( $B = .153, p = .000$ ) como en las dificultades ( $B = .415, p = .000$ ) del funcionamiento familiar, lo que indica una relación más compleja con la dinámica familiar.

**Palabras clave:** Adicción a redes sociales, funcionamiento familiar, satisfacción con la vida, dinámica familiar, madres.

**Abstract**

The present study aimed to analyze how social media addiction influences family functioning and life satisfaction among mothers in East Lima. It employed a non-experimental, cross-sectional, and predictive design. The sample consisted of 305 participants aged 18 to 45 years. The instruments used included the Brief Social Media Addiction Scale (CARS-R), SCORE-15, and the Satisfaction with Life Scale (SWLS). The results show that social media addiction has a significant negative effect on life satisfaction ( $B = -.132, p = .001$ ), such that life satisfaction decreases as the level of addiction increases. On the other hand, it was found that social media addiction is significantly associated with both an increase in strengths ( $B = .153, p = .000$ ) and in difficulties ( $B = .415, p = .000$ ) of family functioning, indicating a more complex relationship with family dynamics.

**Keywords:** Social media addiction, family functioning, life satisfaction, family dynamics, mothers.

## **Introducción**

En la actualidad, las madres de familia enfrentan una serie de desafíos relacionados con la adicción a las redes sociales, el funcionamiento familiar y la satisfacción con la vida, los cuales se han intensificado con el ritmo acelerado de la vida moderna (Martín & Medina, 2021). El impacto de esta problemática se ha asociado con efectos negativos en su bienestar emocional, en su capacidad para equilibrar las responsabilidades domésticas y laborales, así como en su percepción general de felicidad y realización personal (Troya et al., 2023).

Esta situación resulta aún más preocupante si se considera que, a nivel mundial el 75,7% de las madres de familia experimentan un uso excesivo de las redes sociales, lo que impacta negativamente en las diferentes áreas de su vida (Isidro & Moreno, 2018). A nivel de Latinoamérica se estima que el 64% de las madres dedica una cantidad significativa de tiempo diario al uso de redes sociales, lo que no solo impacta en su tiempo disponible para otras actividades, sino que también afecta la calidad de las interacciones familiares, incrementa la exposición a contenido idealizado y refuerza la búsqueda de validación social (Arosemena, 2024). En ese sentido, la adicción a las redes sociales se entiende como la disminución en la capacidad de autocontrol, un incremento en la tolerancia y la aparición de síntomas de abstinencia ante la falta de acceso a estas plataformas, aspectos que repercuten negativamente en el bienestar personal, disminuyen el interés por ciertas actividades y generan conflictos en el ámbito social (Picado et al., 2024).

El impacto de esta problemática en las familias se manifiesta en el deterioro de la convivencia y en la dificultad para mantener relaciones saludables a largo plazo, en el contexto peruano, se muestra que el 38% de las madres señala que la convivencia diaria se ve afectada por la falta de comunicación efectiva y la escasez de tiempo

compartido, lo que evidencia una disminución en la calidad de las relaciones familiares (Chiza et al., 2021). Esta cifra no solo evidencia dificultades en la interacción cotidiana, sino que también nos permite ver la necesidad de analizar dichos aspectos desde la variable funcionamiento familiar. Al respecto, Bassante & Campodónico (2024) refieren que el funcionamiento familiar se define como la capacidad de sus miembros para mantener lazos afectivos sólidos, conservar su independencia, al mismo tiempo que logran ajustarse y corregirse ante los desafíos que enfrentan.

Asimismo, esta problemática de la adicción a redes sociales en las madres afecta la satisfacción con la vida, ya que las expectativas poco realistas y las comparaciones constantes con otros usuarios pueden llevar a sentimientos de insuficiencia y frustración (Chnaider et al., 2022). Las estadísticas señalan que, en Latinoamérica el 65% de las madres que experimentan adicción a las redes sociales reportan bajos niveles de satisfacción con la vida (Tejada et al., 2023). Esta situación se agrava en Perú, donde muchas madres expresan que la presión social y las expectativas incumplidas, reforzadas por las plataformas digitales, afectan negativamente su bienestar personal debido a las constantes comparaciones con imágenes idealizadas de la maternidad y el estilo de vida que se presentan en las redes sociales (Valencia et al., 2021 y Vallejos et al., 2023). Dichos factores no solo generan malestar emocional, sino que también repercuten en la percepción global que las madres construyen sobre su propia vida, disminuyendo su nivel de satisfacción personal. En ese sentido, la satisfacción con la vida es la evaluación global y subjetiva que una persona realiza sobre la calidad de su vida en función de sus propios estándares y expectativas (Ávila et al., 2024).

Estudios recientes, como los de Pellegrino et al. (2022), Yamini & Pujar (2022), Edquen et al. (2023), Hernández & Moral (2024) y Sandoval & Buelot (2024) indican que la adicción a las redes sociales se asocia con un menor bienestar emocional y con la presencia de conflictos en el funcionamiento familiar. Sin embargo, la mayoría de estas investigaciones se han enfocado en poblaciones generales o en contextos diferentes, lo que evidencia la escasez de investigaciones centradas en madres de familia. Teniendo en cuenta la información presentada anteriormente, la presente investigación tuvo como objetivo analizar cómo la adicción a las redes sociales predice el funcionamiento familiar y la satisfacción con la vida en madres de familia de Lima-Este. De este modo, buscó aportar conocimientos que sirvan de base para futuras investigaciones orientadas al diseño de intervenciones eficaces que contribuyan a mejorar el bienestar integral de esta población.

### **Objetivo**

Analizar cómo la adicción a las redes sociales predice el funcionamiento familiar y la satisfacción con la vida en madres de familia de Lima-Este.

### **Metodología**

#### **3.1. Diseño**

Se llevó a cabo un estudio de diseño no experimental de corte transversal, dado que no se manipularon las variables y el análisis se realizó en un momento específico (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018). Además, el estudio es de tipo predictivo, ya que se buscó analizar si la variable independiente podía explicar los cambios en las variables dependientes (Ato et al., 2013).

#### **3.2. Participantes**

La muestra estuvo conformada por 305 madres de familia de entre 18 y 45 años. Se utilizó un muestreo no probabilístico por conveniencia (Otzen & Manterola, 2017).

Los criterios de inclusión fueron: tener entre 18 y 45 años, ser madre de al menos un hijo menor de 18 años y haber residido en Lima Este durante los últimos cinco años.

En la Tabla 1 se muestra que todas las participantes fueron mujeres (100%). El 74.4% tenía entre 26 y 45 años. En cuanto al estado civil, el 46.6% se identificó como conviviente y el 45.3% como casada. Respecto al nivel educativo, el 43.6% contaba con estudios secundarios y el 30.5% con formación técnica. En relación con el lugar de residencia, la mayoría vivía en Lurigancho-Chosica (53.8%), seguido de Chaclacayo (21.6%).

**Tabla 1**  
*Datos sociodemográficos de los participantes*

	n	%
Sexo		
Femenino	305	100%
Edad		
De 18 a 25 años	78	25.6%
De 26 a 45 años	227	74.4%
Estado civil		
Soltera	19	6.2%
Conviviente	142	46.6%
Casada	138	45.3%
Divorciada	5	1.6%
Viuda	1	0.3%
Grado instrucción		
Primaria	11	3.6%
Secundaria	133	43.6%
Técnico	93	30.5%
Superior	68	22.3%
Residencia		
Chaclacayo	66	21.6%
Lurigancho Chosica	164	53.8%
Ate	52	17.1%
Santa Anita	18	5.9%
El Agustino	5	1.6%

### 3.3. Instrumentos

#### *Escala breve de adicción a redes sociales (CARS-R)*

Se utilizó la Escala breve de adicción a las redes sociales (CARS-R) desarrollada originalmente en el Perú por Vilca & Vallejos (2015) y posteriormente abreviada por Vilca et al. (2023), su objetivo es evaluar la adicción a las redes sociales en adultos. Está compuesta por nueve ítems con cinco opciones de respuesta que varían de (1) “Nunca” hasta (5) “Siempre”. En cuanto a las propiedades psicométricas, el modelo unidimensional muestra alta validez estructural ( $\chi^2 = 216.29$ ,  $gl = 27$ ,  $RMSEA = 0.064$ ,  $CFI = 0.99$ ,  $TLI = 0.99$ ) y coeficientes de confiabilidad adecuados ( $\alpha = 0.91$ ,  $\omega = 0.92$ ).

#### *SCORE-15*

El instrumento SCORE-15 fue creado en el Reino Unido por Stratton et al. (2010) y posteriormente adaptado en diversos países de Europa y Latinoamérica, siendo validado en el contexto peruano por Sánchez et al. (2023). Tiene como objetivo evaluar el funcionamiento familiar mediante quince ítems, cada uno con cinco opciones de respuesta que varían desde (1) "No nos describe en absoluto" hasta (5) "Nos describe muy bien". Su estructura es bidimensional, compuesta por las dimensiones de fortalezas/adaptabilidad y dificultades familiares; ha demostrado una alta confiabilidad ( $\omega = .83$ ) así como una excelente adecuación de ajuste ( $CFI = .98$ ,  $RMSEA = .06$ ).

#### *Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS)*

La Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS) fue creada en Estados Unidos por Diener et al. (1985), traducida al español por Atienza et al. (2003) y posteriormente adaptada en diversos países de Latinoamérica. En el presente estudio se empleó la

versión validada al contexto peruano por Calderón et al. (2018). La escala tiene como finalidad evaluar la satisfacción de vida; cuenta con cinco ítems y cinco opciones de respuesta que van de (1) “Muy en desacuerdo” hasta (5) “Muy de acuerdo”. La versión unidimensional ha demostrado una validez adecuada (AVE de .670), y altos índices de confiabilidad ( $\omega = .90$  y el  $H = .92$ ).

### **3.4. Procedimiento**

Para el estudio se siguieron los estándares establecidos en la Declaración de Helsinki (Asociación Médica Mundial, 2013) y se obtuvo la aprobación del Comité de Ética de la Universidad Peruana Unión (2024-CEB-FCS - UPeU- 221/2024). La recopilación de datos se llevó a cabo de forma mixta, es decir, combinando métodos presenciales y virtuales. Se utilizó un formulario digital creado en Google Forms, accesible mediante un código QR, así como fichas impresas. A través del cuestionario se brindó información detallada sobre el objetivo del estudio, el acuerdo de confidencialidad y el uso que se dará a los datos recopilados. La participación fue voluntaria y únicamente se consideró a quienes dieron su consentimiento informado.

### **3.5. Análisis de datos**

En esta investigación se emplearon herramientas de software, utilizando Excel para la tabulación y limpieza de datos, seguido de R-Studio para el análisis estadístico. Este análisis incluyó medidas de dispersión, como la desviación estándar, y parámetros de distribución, como la asimetría y la curtosis, las cuales deben estar dentro del rango  $\pm 2.0$  (Hattem et al., 2022). Finalmente, se desarrolló un modelo de regresión lineal múltiple (Nathans et al., 2012) para evaluar si la variable adicción a las redes sociales predice el funcionamiento familiar y la satisfacción con la vida.

## Resultados

### Análisis de normalidad de las variables

La tabla 2 muestra los estadísticos descriptivos de las variables de estudio, incluyendo la media, la desviación estándar, la asimetría y la curtosis. Se observa que todas las puntuaciones de asimetría y curtosis de las variables están dentro del rango de  $\pm 2.0$  (Hattem et al., 2022), lo que indica que la distribución de los datos es normal. Por lo tanto, se utilizaron pruebas paramétricas para los análisis estadísticos pertinentes.

**Tabla 2**

*Análisis descriptivos de las variables*

Variables	Min.	Max.	M	D.E	$g^1$	$g^2$
Adicción a las redes sociales	12	42	31	5.48	- 0.71	0.23
Satisfacción con la vida	5	24	18	4.10	- 0.66	-0.48
Funcionamiento familiar						
Fortalezas/adaptabilidad	8	24	18	2.66	- 0.72	0.52
Dificultades	16	46	37	4.94	-0.85	1.30

Nota: Min=Mínimo; Max=Máximo; M=Media; D.E.=Desviación Estándar;  $g^1$ =Asimetría;  $g^2$ =Curtosis.

### Análisis de correlación entre las variables

En la Tabla 3 se observa que el coeficiente de correlación  $r$  de Pearson muestra una relación negativa y altamente significativa entre la adicción a las redes sociales y la satisfacción con la vida ( $r = -.177$ ;  $p < .01$ ), indicando que, a medida que aumenta la adicción a las redes sociales, disminuye la satisfacción con la vida. Asimismo, se identificó una relación positiva y altamente significativa entre la adicción a las redes sociales y las fortalezas/adaptabilidad del funcionamiento familiar ( $r = .316$ ;  $p < .01$ ), así como con las dificultades familiares ( $r = .461$ ;  $p < .01$ ). Esto sugiere que un mayor

nivel de adicción a las redes sociales se asocia tanto con una mayor percepción de fortalezas y adaptabilidad familiar como con un incremento en las dificultades dentro del funcionamiento familiar.

**Tabla 3**

*Análisis de correlación entre las variables de estudio*

	Satisfacción con la Vida		Funcionamiento Familiar			
	r	p	Fortalezas		Dificultades	
	r	p	r	p	r	p
Adicción a Redes Sociales	-.177**	.001	.316**	.000	.461**	.000

\*La correlación no es significativa en el nivel 0.05 (bilateral).

\*\*La correlación es significativa en el nivel 0.01 (bilateral).

### **Análisis de regresión entre las variables**

La tabla 4 presenta los resultados de un análisis de regresión lineal múltiple, mostrando que la adicción a redes sociales tiene un efecto negativo significativo sobre la satisfacción con la vida ( $B = -.132$ ,  $p = .001$ ), disminuyéndola a medida que aumenta la adicción. Por su parte, las tablas 5A y 5B revelan los resultados de otro análisis de regresión lineal múltiple, evidenciando que la adicción a redes sociales se asocia significativamente tanto con un aumento en las fortalezas ( $B = .153$ ,  $p = .000$ ) como en las dificultades ( $B = .415$ ,  $p = .000$ ) en el funcionamiento familiar, lo que indica una relación más compleja con la dinámica familiar.

**Tabla 4**

*Coefficientes de regresión de la adicción a las redes sociales sobre la satisfacción con la vida*

	Coefficiente no estandarizado <i>B</i>	Error Estándar	<i>t</i>	<i>P</i>
(Interceptos)	21.007	1.312	16.000	.000
A. adicción a redes Sociales	-.132	.042	-3.136	.001

*Nota:* Variable dependiente = Satisfacción con la Vida

**Tabla 5A**

*Coefficientes de regresión de la adicción a las redes sociales sobre las fortalezas/adaptabilidad del funcionamiento familiar*

Fortalezas/adaptabilidad				
	Coefficiente no estandarizado $\beta$	Error Estándar	$t$	$p$
(Interceptos)	13.022	.822	15.827	.000
A. adicción a redes sociales	.153	.026	5.817	.000

*Nota:* Variable dependiente = Fortalezas/adaptabilidad del Funcionamiento Familiar

**Tabla 5B**

*Coefficientes de regresión de la adicción a las redes sociales sobre las dificultades del funcionamiento familiar*

Dificultades				
	Coefficiente no estandarizado $\beta$	Error Estándar	$t$	$p$
(Interceptos)	23.273	1.427	16.307	.000
A. adicción a redes sociales	.415	.045	9.057	.000

*Nota:* Variable dependiente = Dificultades del Funcionamiento Familiar

## DISCUSIÓN

El creciente uso de las redes sociales ha generado desafíos significativos en las dinámicas familiares, afectando particularmente a las madres quienes enfrentan el impacto de este fenómeno tanto en el funcionamiento del hogar como en su bienestar personal (Astorga & Schmidt, 2019). La adicción a estas plataformas se asocia con dificultades para gestionar el tiempo, una disminución en la calidad de las relaciones familiares y un descenso en la satisfacción con la vida, lo que agrava la complejidad de sus roles dentro de la familia y en su desarrollo personal (Lochner et al., 2024; Vossen et al., 2024). En este contexto, el objetivo de este estudio fue analizar cómo la adicción a las redes sociales predice el funcionamiento familiar y la satisfacción con la vida en madres de familia de Lima-Este.

Los resultados revelan que la adicción a las redes sociales tiene un efecto negativo y significativo en la satisfacción con la vida, evidenciando que un mayor nivel de adicción se asocia con una menor satisfacción vital. Este efecto se explica porque el uso compulsivo de estas plataformas expone de manera constante a las personas a comparaciones con estilos de vida idealizados, lo que genera frustración, sentimientos de insuficiencia y desgaste emocional (Aguilera et al., 2025). Asimismo, la adicción a las redes sociales conlleva una pérdida progresiva de autocontrol, una necesidad creciente de uso y la aparición de malestar cuando su acceso se ve restringido, lo que reduce la realización de actividades importantes y limita las experiencias gratificantes fuera del entorno digital (Shahid et al., 2024). Todo ello contribuye a una percepción más negativa de la vida y, en consecuencia, a niveles más bajos de satisfacción (Tecimer & Balci, 2023) .

Estos hallazgos coinciden con los de Jesus et al. (2022), quienes encontraron que la adicción a las redes sociales se asocia con un menor bienestar psicológico. Asimismo, investigaciones recientes como las de Bajaña & García (2023); Collantes & Tobar (2023); Condori et al. (2023) y Vera et al. (2024) refuerzan la idea de que la sobreexposición a estándares sociales y estéticos en redes sociales no solo puede afectar negativamente la autoestima, un componente clave de la satisfacción con la vida, sino que también puede desencadenar ansiedad y depresión, impactando de manera significativa la salud emocional y psicológica, especialmente en mujeres que atraviesan etapas de vulnerabilidad. Desde esta perspectiva, se interpreta que el impacto de la adicción a las redes sociales en las madres no solo es funcional en términos del tiempo y atención que demandan estas plataformas, sino también cognitivo y emocional, al influir en su autoconcepto, autoestima y bienestar general.

Respecto al funcionamiento familiar, los resultados muestran una relación positiva y significativa tanto con fortalezas/adaptabilidad como con dificultades, lo que sugiere una relación más compleja con la dinámica familiar. Por un lado, la adicción a estas plataformas facilita la comunicación cotidiana, la coordinación de actividades y el apoyo mutuo entre los miembros; estas interacciones virtuales refuerzan la cohesión y la capacidad de adaptación frente a las demandas externas, especialmente en contextos donde las rutinas laborales o la distancia limitan la convivencia presencial (Sumba et al., 2024). Por otro lado, interfiere en las interacciones presenciales, disminuye la calidad del tiempo compartido y genera conflictos relacionados con las prioridades familiares, la exposición de asuntos del hogar en entornos digitales y malentendidos derivados de publicaciones o mensajes en línea (Topino et al., 2023).

En esta misma línea, Gul et al. (2024) señalan que la adicción a las redes sociales deteriora la comunicación y reduce el tiempo compartido, afectando la dinámica cotidiana del hogar. No obstante, Procentese et al. (2019) sostienen que los efectos de esta adicción dependen en mayor medida de la percepción y la gestión familiar que de su presencia en sí misma. En contraste, Echeburúa Odriozola & de Corral Gargallo (2010) plantean que el uso excesivo de las redes sociales puede convertirse en un canal significativo de conexión emocional al favorecer una comunicación frecuente y permitir compartir experiencias y emociones cotidianas, fortaleciendo así los vínculos afectivos y la participación en la vida familiar. De manera complementaria, Tadpatrikar et al. (2021) y Qi et al. (2024) indican que un funcionamiento familiar adecuado puede contribuir a reducir los niveles de adicción, evidenciando una relación bidireccional entre ambos fenómenos. En conjunto, estos hallazgos reflejan que la influencia de la adicción a las redes sociales en la vida familiar es compleja, ya que puede fortalecer la conexión y el apoyo mutuo, pero también generar conflictos y tensiones.

Entre las principales limitaciones de esta investigación, se encuentra la escasa disponibilidad de estudios previos, tanto a nivel nacional como internacional, que analicen específicamente las variables estudiadas en madres de familia. Asimismo, al tratarse de un estudio transversal, no se pueden establecer relaciones de causalidad entre las variables; para ello serían necesarias investigaciones longitudinales que analicen su evolución en el tiempo. Finalmente, dado que los datos se recopilaban mediante encuestas autoinformadas, los resultados podrían verse influenciados por sesgos de respuesta, ya que los participantes podrían no ofrecer respuestas completamente verídicas o exactas.

Los resultados del estudio permiten concluir que la adicción a las redes sociales influye significativamente en la satisfacción con la vida y en el funcionamiento familiar de las madres de familia de Lima-Este. Se encontró un efecto negativo sobre la satisfacción con la vida, respaldando la evidencia previa que indica que, a mayor adicción a las redes sociales menor bienestar personal (Frías & Serrano, 2024). Por otro lado, se identificaron relaciones significativas tanto con fortalezas como con dificultades del funcionamiento familiar, lo que sugiere que la adicción a las redes sociales, aunque generalmente tiene efectos negativos, favorece ciertos aspectos de la dinámica familiar, como la comunicación y la coordinación de actividades (Durand, 2024; Ramírez et al., 2024). En conjunto, estos resultados confirman que la influencia de la adicción a las redes sociales es compleja y multidimensional, actuando como un factor que puede deteriorar el bienestar personal y generar conflictos familiares, pero también como un elemento que favorece la cohesión y el apoyo mutuo dentro del hogar. A la luz de estos hallazgos, se sugiere desarrollar intervenciones que ayuden a promover un uso saludable de las redes sociales, a través de talleres psicoeducativos sobre el manejo adecuado de las redes sociales, así como programas dirigidos a fortalecer la comunicación y los vínculos familiares.

Finalmente, se sugiere realizar nuevas investigaciones que profundicen en esta problemática, incluyendo diseños longitudinales que permitan analizar sus efectos a lo largo del tiempo y en diferentes contextos.

## Referencias bibliográficas

- Aguilera, R., Gusqui, L., Buñay, P., Olivo, G., & Guamán, J. (2025). Adicción a redes sociales y autoestima en jóvenes universitarios. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*, 24, 1-9. <https://revhabanera.sld.cu/index.php/rhab/article/view/5969>
- Arosemena, M. (2024). Adicción a las redes sociales y su relación con la autoestima en adultos. *Revista Científica de la Universidad Especializada de las Américas*, 1(16), 41-53. <https://doi.org/10.57819/yyz6-q172>
- Asociación Médica Mundial. (2013). *Declaración de Helsinki: Principios éticos para la investigación médica en seres humanos*. <https://www.wma.net/what-we-do/medical-ethics/declaration-of-helsinki/>
- Astorga, C., & Schmidt, I. (2019). Peligros de las redes sociales: Cómo educar a nuestros hijos e hijas en ciberseguridad. *Revista Electrónica Educare*, 23(3), 1-22. <https://doi.org/10.15359/ree.23-3.17>
- Atienza, F., Balaguer, I., & García, M. (2003). Satisfaction with Life Scale: Analysis of factorial invariance across sexes. *Personality and Individual Differences*, 35(6), 1255-1260. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(02\)00332-X](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(02)00332-X)
- Ato, M., López, J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038-1059. <http://dx.doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- Ávila, J., Gonzáles, A., Escobar, A., & Rambal, L. (2024). Satisfacción con la vida y atribuciones causales frente a la desocupación en jóvenes. *Revista de Ciencias Sociales*, 30(1), 140-153. <https://doi.org/10.31876/rcs.v30i1.41643>
- Bajaña, S., & García, A. (2023). Uso de redes sociales y factores de riesgo para el desarrollo de trastornos relacionados con la alimentación en España: Una revisión sistemática. *Atención Primaria*, 55(11), 1-10. <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2023.102708>
- Bassante, A., & Campodónico, N. (2024). Funcionamiento Familiar en el desarrollo psicológico de la infancia: Una revisión sistemática. *Revista ULEAM Bahía Magazine (UBM)*, 5(8), 72-87. [https://revistas.uleam.edu.ec/index.php/uleam\\_bahia\\_magazine](https://revistas.uleam.edu.ec/index.php/uleam_bahia_magazine)
- Calderón, G., Lozano, F., Cantuarias, A., & Ibarra, L. (2018). Validación de la Escala de Satisfacción con la Vida en trabajadores peruanos. *Revista Peruana de Psicología Liberabit*, 24(2), 249–264. <https://doi.org/10.24265/liberabit.2018.v24n2.06>
- Chiza, D., Vásquez, D., & Ramírez, C. (2021). Adicción a redes sociales y ciberbullying en los adolescentes. *Revista Muro de la Investigación*, 6(1), 34-44. <https://doi.org/10.17162/rmi.v6i1.1437>

- Chnaider, J., Santos, L., & Nakano, T. (2022). Efectos del uso de las redes sociales en la satisfacción con la vida, el optimismo y el afecto. *Revista de Psicología*, 31(2), 1-11. <http://dx.doi.org/10.5354/0719-0581.2022.57702>
- Collantes, D., & Tobar, A. (2023). Adicción a redes sociales y su relación con la autoestima en estudiantes universitarios. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(1), 848-860. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.300>
- Condori, T., Quispe, A., & Quiro, Y. (2023). Adicción a redes sociales y cansancio emocional en estudiantes Universitarios de la carrera de Psicología de una universidad privada en la ciudad de Juliaca, 2022. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*, 16(2), 18-32. <https://doi.org/10.17162/rccs.v16i2.1959>
- Diener, E., Emmons, R., Larsen, R., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75. [http://dx.doi.org/10.1207/s15327752jpa4901\\_13](http://dx.doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13)
- Durand, M. (2024). Adicción de las redes sociales y su impacto en habilidades comunicativas para estudiantes de una universidad privada. *Revista Aula Virtual*, 5(12), 656-672. <https://doi.org/10.5281/zenodo.12679840>
- Echeburúa Odriozola, E., & de Corral Gargallo, P. (2010). *Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: Un nuevo reto*. Adicciones: Revista de Sociodrogalcohol, 22(2), 91-96. <https://doi.org/10.20882/adicciones.196>
- Edquen, L., Salas, S., López, G., Cjuno, J., & Aranda, J. (2023). Conducta infiel y adicción a redes sociales en adultos de la selva peruana. *Revista Eugenio Espejo*, 17(1), 19-30. <https://doi.org/10.37135/ee.04.16.04>
- Frías, A., & Serrano, I. (2024). Nivel de dependencia hacia las redes sociales, autoestima y hábitos de vida saludable en jóvenes en formación. *Journal of Sport and Health Research*, 16(3), 357-372. <https://doi.org/10.58727/jshr.108389>
- Gul, B., Qargha, R., & Quraishi, T. (2024). The Influence of Social Media Networks on Families Dynamics: Opportunities and Challenges. *Journal of Research Trends in Social Sciences and Humanities*, 3(1), 1-11. <https://doi.org/10.59110/aplikatif.v3i1.334>
- Hatem, G., Zeidan, J., Goossens, M., & Moreira, C. (2022). Normality Testing Methods and the Importance of Skewness and Kurtosis in Statistical Analysis. *BAU Journal – Science and Technology*, 3(2), Article 7. <https://doi.org/10.54729/KTPE9512>
- Hernández, C., & Moral, M. (2024). Uso de las redes sociales virtuales, percepción de soledad y habilidades sociales en jóvenes adultos españoles de la generación Z y la generación Y.

- Acta Colombiana de Psicología*, 27(1), 229-245.  
<https://doi.org/10.14718/ACP.2024.27.1.13>
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta* (5.ª ed.). McGraw-Hill Education.
- Isidro, A., & Moreno, T. (2018). Redes sociales y aplicaciones de móvil: Uso, abuso y adicción. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 4(1), 203-212.  
<https://doi.org/10.17060/ijodaep.2018.n1.v4.1295>
- Jesus, O., Vivar, J., Fernández, Y., Matta, C., Mera, G., Vasquez, O., & Quiza, C. (2022). Bienestar psicológico y uso de redes sociales en estudiantes del Instituto ICT, Huancayo. *Horizontes: Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 6(22), 147-162.  
<https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v6i22.323>
- Lochner, C., Van Den Berg, G., Chamberlain, S., Marincowitz, C., & Coetzee, B. (2024). Family functioning and problematic usage of the internet in youth: A cross-sectional investigation. *Journal of Psychiatric Research*, 173, 239-244.  
<https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2024.03.038>
- Martín, D., & Medina, M. (2021). Redes sociales y la adicción al like de la generación Z. *Revista de Comunicación y Salud*, 11, 55-76. <https://doi.org/10.35669/rcys.2021.11.e281>
- Nathans, L., Oswald, F., & Nimon, K. (2012). Interpreting Multiple Linear Regression: A Guidebook of Variable Importance. *Practical Assessment, Research, and Evaluation*, 17(9), 1-19. <https://doi.org/10.7275/5fex-b874>
- Otzen, T., & Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *International Journal of Morphology*, 35(1), 227-232. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>
- Pellegrino, A., Abe, M., & Shannon, R. (2022). The Dark Side of Social Media: Content Effects on the Relationship Between Materialism and Consumption Behaviors. *Frontiers in Psychology*, 13, 1-15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.870614>
- Picado, M., Sibón, T., Koffermann, M., & Marques, B. (2024). Conceptualización de “el yo” en las redes sociales. Afectos y relato entre lo verbal y no verbal. *Revista Innovaciones Educativas*, 26(Especial), 100-121. <http://dx.doi.org/10.22458/ie.v26iespecial.5391>
- Procentese, F., Gatti, F., & Falanga, A. (2019). Sense of responsible togetherness, sense of community and participation: Looking at the relationships in a university campus. *Human Affairs*, 29(2), 247-263. <https://doi.org/10.1515/humaff-2019-0020>

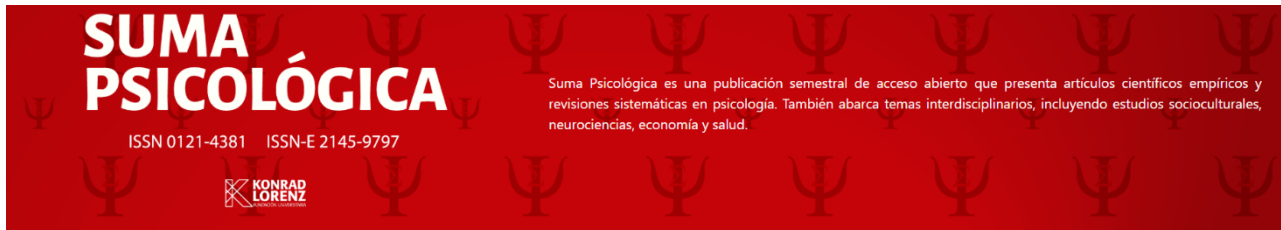
- Qi, Y., Zhao, M., Geng, T., Tu, Z., Lu, Q., Li, R., Niu, L., Qu, W., Zhong, Y., & Gao, Y. (2024). The relationship between family functioning and social media addiction among university students: A moderated mediation model of depressive symptoms and peer support. *BMC Psychology*, *12*(1), 1-11. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-01818-2>
- Ramírez, J., Vargas, A., & Ramírez, J. (2024). Influencia de las redes sociales en la salud mental de estudiantes universitarios. *Revista Científica Hacedor - AIAPAEC*, *8*(2), 246-255. <https://doi.org/10.26495/r373tx19>
- Sánchez, A., Castañeda, E., & Farfán, E. (2023). Adaptation and psychometric properties of SCORE-15 to measure family functioning in the Peruvian population. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, *15*(2), 99–109. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9408151>
- Sandoval, D., & Buelot, K. (2024). Estilos de crianza y adicción a las redes sociales en adolescentes de la selva, Perú. *Revista Científica de Ciencias Sociales y Humanidades*, *15*(1), 23-30. <https://doi.org/10.37711/desafios.2023.15.1.407>
- Shahid, M., Yousaf, R., & Munir, H. (2024). Social Media Addiction, Depression and Aggression in Young Adults. *Journal of Professional & Applied Psychology*, *5*(2), 276-285. <https://doi.org/10.52053/jpap.v5i2.297>
- Stratton, P., Bland, J., Janes, E., & Lask, J. (2010). Developing an indicator of family function and a practicable outcome measure for systemic family and couple therapy: The SCORE. *Journal of Family Therapy*, *32*(3), 232-258. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6427.2010.00507.x>
- Sumba, N., Sánchez, A., Cueva, J., & Valencia, A. (2024). Social networks as a strategy to improve the visibility of scientific journals. *Cogent Social Sciences*, *10*(1), 1-12. <https://doi.org/10.1080/23311886.2024.2306715>
- Tadpatrikar, A., Kumar, M., & Viswanath, S. (2021). Influence of technology usage on family communication patterns and functioning: A systematic review. *Asian Journal of Psychiatry*, *58*, 1-7. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2021.102595>
- Tecimer, B., & Balci, S. (2023). Self-Esteem, Social Media and Internet Addiction Regarding Adult Individuals. *International Journal of Educational Research Review*, *8*(4), 697-715. <https://doi.org/10.24331/ijere.1254681>
- Tejada, E., Arce, A., Bilbao, N., & López, A. (2023). Internet, smartphone y redes sociales: Entre el uso y abuso, previo a la adicción. *Alteridad: Revista de Educación*, *18*(1), 14-22. <https://doi.org/10.17163/alt.v18n1.2023.01>

- Topino, E., Gori, A., Jimeno, M., Ortega, B., & Cacioppo, M. (2023). The relationship between social media addiction, fear of missing out and family functioning: A structural equation mediation model. *BMC Psychology*, *11*(1), 1-10. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01409-7>
- Troya, J., Periñan, N., & Sánchez, P. (2023). El impacto de las redes sociales en la salud mental. Revisión bibliográfica. *SANUM Revista científico-sanitaria*, *7*(1), 18-28. <https://revistacientificasanum.com/vol-7-num-1-el-impacto/>
- Valencia, R., Cabero, J., Garay, U., & Fernández, B. (2021). Problemática de estudio e investigación de la adicción a las redes sociales online en jóvenes y adolescentes. *Revista Tecnología, Ciencia y Educación*, *18*, 99-125. <https://doi.org/10.51302/tce.2021.573>
- Vallejos, M., Talledo, K., Carlos, D., Sullcahuaman, J., Caycho, A., & Vigo, A. (2023). Adicción a teléfonos inteligentes y satisfacción con la vida: Efecto mediador de las emociones negativas. *Revista Interacciones*, *9*, 1-9. [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2413-44652023000100014&lng=es](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2413-44652023000100014&lng=es)
- Vera, A., Vigo, D., Pajares, E., Bazualdo, E., & Urquiaga, T. (2024). Adicción a las redes sociales y salud mental en estudiantes de medicina en Perú. *Revista de Investigación en Salud*, *7*(20), 475-486. <https://doi.org/10.33996/revistavive.v7i20.315>
- Vilca, L., Aranda, J., Dávila, C., Lupaca, E., Travezaño, A., & Caycho, T. (2023). Short Version of the Social Networks Addiction Risk Questionnaire (CARS-R): Theoretical and Psychometric Review of the Questionnaire. *International Journal of Mental Health and Addiction*, *23*(1), 474-495. <https://doi.org/10.1007/s11469-023-01123-w>
- Vilca, L., & Vallejos, M. (2015). Construction of the Risk of Addiction to Social Networks Scale (Cr.A.R.S.). *Computers in Human Behavior*, *48*, 190-198. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.01.049>
- Vossen, H., Van Den Eijnden, R., Visser, I., & Koning, I. (2024). Parenting and Problematic Social Media Use: A Systematic Review. *Current Addiction Reports*, *11*(3), 511-527. <https://doi.org/10.1007/s40429-024-00559-x>
- Yamini, P., & Pujar, L. (2022). Effect of Social Media Addiction on Mental Health of Emerging Adults. *Indian Journal of Extension Education*, *58*(4), 76-80. <https://doi.org/10.48165/IJEE.2022.58416>

## Anexo 1

Evidencia de sumisión de Artículo en una revista de prestigio

### Página de la revista:



Número actual | Números anteriores

Número actual



### Tabla de contenidos

**Relationships between social support, self-perceived health, and life satisfaction: A comparison between heterosexual and LGB+ university students in Chile**

Autor(es): Tatiana Alarcón-Jouanet ; Ligia Orellana ; Berta Schnettler ; Leonor Riquelme-Segura ; José Sepúlveda ; Karol Reutter

Suma Psicológica, (2024), 31(2), pp. 1-10.

### Evidencia de envío:



**Author Dashboard**

- 1 Submitted Manuscripts >
- Start New Submission >
- 5 Most Recent E-mails >
- English Language Editing Service >

### Submitted Manuscripts

STATUS	ID	TITLE	CREATED	SUBMITTED
<a href="#">Contact Journal</a> ADM: Caviedes Castro, Andrés Mauricio • Awaiting EIC Processing	SUMAP-2025-0078	Adicción a las redes sociales como predictor del funcionamiento familiar y la satisfacción con la vida en madres de familia de Lima-Este <a href="#">View Submission</a>  <a href="#">Cover Letter</a>	09-Sep-2025	15-Sep-2025

## Anexo 2

### Resolución de Inscripción del Perfil de Proyecto de Tesis en formato artículo



**“Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia,  
y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho”**

#### RESOLUCIÓN N° 0203-P-2024/UPEU-FCS-CF

Lima, Ñaña, 03 de septiembre de 2024

#### VISTO:

El expediente de **Sulmaelith Pinedo Acuña**, identificado(a) con Código Universitario N° **202010083**, de la Escuela Profesional de Psicología de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Peruana Unión;

#### CONSIDERANDO:

Que la Universidad Peruana Unión tiene autonomía académica, administrativa y normativa, dentro del ámbito establecido por la Ley Universitaria N° 30220 y el Estatuto de la Universidad;

Que la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Peruana Unión, mediante sus reglamentos académicos y administrativos, ha establecido las formas y procedimientos para la aprobación e inscripción del perfil de proyecto de tesis en formato artículo y la designación o nombramiento del asesor para la obtención del título profesional;

Que **Sulmaelith Pinedo Acuña**, ha solicitado: la inscripción del perfil de proyecto de tesis titulado: "Adicción a las redes sociales como predictor del funcionamiento familiar y la satisfacción con la vida en madres de familia de Lima Este"; y la designación del Asesor, encargado de orientar y asesorar la ejecución del perfil de proyecto de tesis en formato artículo;

Estando a lo acordado en la sesión del Consejo de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Peruana Unión, celebrada el 03 de septiembre de 2024 y en aplicación del Estatuto y el Reglamento General de Investigación de la Universidad;

#### SE RESUELVE:

Aprobar el perfil de proyecto de tesis en formato artículo titulado: "Adicción a las redes sociales como predictor del funcionamiento familiar y la satisfacción con la vida en madres de familia de Lima Este"; y disponer su inscripción en el registro correspondiente, designar al (a la) Msc. Mérida Emma Neira Suaña, para que oriente y asesore la ejecución del perfil de proyecto de tesis en formato artículo el cual fue dictaminado por el(la) Mtro. Josías Trinidad Ticse, y el(la) Psic. Rosita Montoya Quintana, otorgándoles un plazo máximo de doce (12) meses para la ejecución.

Regístrese, comuníquese y archívese



**Dra. Lili A. Fernández Molocho**  
DECANA



**Mg. Maria Esther Valencia Orrillo**  
SECRETARIA ACADÉMICA

CC.

- Interesado
- Asesor
- Archivo

### Anexo 3

## Carta de Aprobación de Comité de Ética



Lima, Ñaña, 17 de septiembre de 2024

### EL COMITÉ DE ÉTICA Y BIOÉTICA DE INVESTIGACIÓN DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LASALUD

#### CONSTA

Que el proyecto de investigación de **Pinedo Acuña Sulmaelith** identificado (a) con DNI No. **73006194** y su asesor (a) la Mtra. **Quiroz Becerra Julisa Margot** identificado (a) con DNI No. **75254292** con el título: **Adicción a las redes sociales como predictor del funcionamiento familiar y la satisfacción con la vida en madres de familia de Lima-Este**, fue evaluado y aprobado por el Comité de Ética y Bioética de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud; considerandosu calidad científica, bienestar de los participantes, y en conformidad con los estándares éticos establecidas en el Código de ética para la Investigación de la Universidad Peruana Unión (CoEIn - UPeU).

Para mantener la aprobación del Comité de Ética y Bioética, se tiene que cumplir con los siguientes requisitos:

1. Cada participante debe dar su consentimiento informado. Los menores de edad deben registrar su asentimiento informado bajo el consentimiento de uno de sus padres o tutores legales, en caso de trabajos prospectivos. En caso de trabajos retrospectivos, se debe contar con la carta de autorización de la institución para el uso de los datos, si no es de acceso público.

Los resultados de este proyecto puedan ser publicados con referencia a aprobación Número **2024-CEB-FCS - UPeU-221/2024**

Fecha de aprobación: 2024-09-17

Fecha de expiración: 2025-09-17



  
**Blgo. José Luis Yareta Yareta**  
 Presidente  
 Comité de Ética y Bioética - FCS



  
**Lic. Daysi Brañez Hermitaño**  
 Secretaria  
 Comité de Ética y Bioética - FCS

## Anexo 4

### Consentimiento informado

Estimada participante, reciba un cordial saludo. Mi nombre es Sulmaelith Pinedo Acuña, estudiante de pregrado de la Escuela Profesional de Psicología de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Peruana Unión. Este estudio tiene como finalidad analizar cómo la adicción a las redes sociales influye en el funcionamiento familiar y en la satisfacción con la vida de madres de familia de Lima-Este. Por ello, solicitamos su participación de manera voluntaria y anónima. Toda la información proporcionada será manejada con estricta confidencialidad y no será utilizada para fines distintos a los de esta investigación. Si tiene alguna duda respecto al estudio, puede formularla en cualquier momento durante su participación. Además, puede retirar su consentimiento cuando lo considere necesario, sin que esto genere algún perjuicio.

Si está de acuerdo con los términos mencionados, le pedimos firmar este documento, declarando lo siguiente:

"Manifiesto mi participación voluntaria en esta investigación. He sido informada sobre los objetivos del estudio y comprendo que la información que proporcione será tratada de manera confidencial y no se empleará para otros fines sin mi autorización. Entiendo que puedo realizar preguntas en cualquier momento y que puedo retirarme del estudio cuando así lo decida, sin que esto afecte de manera negativa mi persona. He leído y comprendido el contenido de este documento y acepto sus términos y condiciones."

Si tuviera alguna duda o consulta posteriormente, puede comunicarse conmigo al siguiente correo electrónico: [sulmaelithpinedo@upeu.edu.pe](mailto:sulmaelithpinedo@upeu.edu.pe).

En Lima, el ..... de ..... de 2024

---

Firma de la participante

## Anexo 5

### Instrumentos de recolección de datos

#### 1. Escala Breve de Adicción a Redes Sociales (CARS-R)

##### Instrucciones:

Si usted es una persona que emplea las redes sociales (Facebook, Instagram, entre otros) quisiéramos saber que siente, como piensa y cuál es su comportamiento actual con respecto a esta actividad. **Para ello se le presentará una serie de preguntas y usted tendrá que evaluar con qué frecuencia cada pregunta se da en su caso.**

Recuerde no hay respuestas correctas ni incorrectas, lo importante es que usted responda con la máxima sinceridad posible. No emplee mucho tiempo en cada pregunta.

Para responder utilice la siguiente clave:

N	CN	AV	MV	S
Nunca	Casi nunca	A veces	Muchas veces	Siempre

Nº	Ítems	N	CN	AV	MV	S
1	¿Decidiste usar las redes sociales con menor frecuencia, pero no lo has logrado?					
2	¿Te has sentido inquieto, malhumorado, triste o experimentado alguna emoción parecida cuando has intentado reducir o detener el uso de las redes sociales?					
3	¿Has reducido el tiempo que le dedicas a otras actividades para estar más tiempo en las redes sociales?					
4	¿Has desaprobado o puesto en peligro algún curso debido al uso de las redes sociales?					
5	¿Utilizas las redes sociales para reducir tus sentimientos de culpa, ansiedad, tristeza o alguna emoción parecida?					
6	¿Has perdido o puesto en peligro alguna relación significativa debido al uso que haces de las redes sociales?					
7	¿Cuándo te "desconectas" de las redes sociales, sientes que aún quieres estar en las redes sociales?					

8	¿Mientes a tus familiares o amigos sobre el tiempo que pasas en las redes sociales?					
9	¿A pesar de que te has metido en problemas por estar mucho tiempo en las redes sociales continúas conectado a las redes sociales?					

Fuente: Vilca et al. (2023)

## 2. SCORE-15

### Instrucciones:

Para cada apartado haga su elección marcando con un (✓) el interior de las casillas numeradas del 1 al 5. Por ejemplo, si la frase dijese “Siempre estamos peleando unos contra otros” y usted considerase que eso no es así en su familia, marcaría el interior de la casilla 1, correspondiente a “No nos describe en lo absoluto”.

No piense en exceso ninguna de las preguntas, pero trate de marcar una casilla en cada caso.

N.º	Ítem	1. No nos describe en absoluto	2. Nos describe parcialmente	3. No nos describe ni bien ni mal	4. Nos describe ligeramente bien	5. Nos describe muy bien
1	En mi familia hablamos de las cosas que son importantes para nosotros.					
2	En mi familia, muchas veces, no nos decimos la verdad.					
3	En nuestra familia todos somos escuchados.					
4	Siento que, en nuestra familia, estar en desacuerdo es arriesgado.					
5	Como familia, es difícil lidiar con problemas cotidianos.					
6	En mi familia nos tenemos confianza.					
7	En nuestra familia, uno se siente desanimado.					
8	Cuando alguien de mi familia se enoja con otro, se ignoran mutuamente.					
9	Parece que, en mi familia, salimos de un problema para entrar en otro.					
10	Cuando algún miembro de la familia está preocupado, lo apoyamos.					

11	Las cosas siempre parecen ir mal para mi familia.					
12	Los miembros de mi familia no se toleran entre ellos.					
13	Los miembros de mi familia interfieren demasiado en la vida del otro.					
14	En mi familia, nos echamos la culpa los unos a los otros cuando las cosas van mal.					
15	Somos buenos encontrando nuevas formas de enfrentar situaciones difíciles.					

Fuente: Sánchez et al. (2023)

### 3. Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS)

**Instrucciones:** A continuación, hay cinco afirmaciones con las que usted puede estar de acuerdo o en desacuerdo. Lea cada una de ellas y marque con el número que corresponde la respuesta que mejor describa qué tan de acuerdo o en desacuerdo está:

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	Ligeramente en desacuerdo	Ni en acuerdo ni en desacuerdo	Ligeramente de acuerdo	Muy de acuerdo

N.º	Ítem	Muy en desacuerdo	Ligeramente en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Ligeramente de acuerdo	Muy de acuerdo
1	En la mayoría de los aspectos, mi vida se acerca a mi ideal.					
2	Las condiciones de mi vida son excelentes.					
3	Estoy completamente satisfecho con mi vida					
4	Hasta ahora he conseguido las cosas más importantes que quiero en la vida.					
5	Si pudiera vivir mi vida de nuevo, no cambiaría casi nada.					

Fuente: Calderón et al. (2018)