



Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión

Facultad de Educación

Escuela Profesional de Educación Secundaria

Especialidad: Ciencias Sociales y Turismo

**Interacciones en línea y salud mental en estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro
E. Paulet Mostajo-Huacho**

Tesis

**Para optar el Título Profesional Licenciada en Educación Nivel Secundaria
Especialidad: Ciencias Sociales y Turismo**

Autora

Fanny Margarita Huertas Romero

Asesora

Lic. Ysmelda Farro Lucas


UNIVERSIDAD NACIONAL
JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN - HUACHO
YSMElda FARRO LUCAS
DOCENTE

Huacho – Perú

2024



Reconocimiento - No Comercial – Sin Derivadas - Sin restricciones adicionales

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

Reconocimiento: Debe otorgar el crédito correspondiente, proporcionar un enlace a la licencia e indicar si se realizaron cambios. Puede hacerlo de cualquier manera razonable, pero no de ninguna manera que sugiera que el licenciante lo respalda a usted o su uso. **No Comercial:** No puede utilizar el material con fines comerciales. **Sin Derivadas:** Si remezcla, transforma o construye sobre el material, no puede distribuir el material modificado. **Sin restricciones adicionales:** No puede aplicar términos legales o medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otros de hacer cualquier cosa que permita la licencia.



UNIVERSIDAD NACIONAL JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN

LICENCIADA

(Resolución de Consejo Directivo N° 012-2020-SUNEDU/CD de fecha 27/01/2020)

Facultad de Educación
Escuela Profesional de Educación Secundaria
Especialidad: Ciencias Sociales y Turismo

METADATOS

DATOS DEL AUTOR (ES):		
APELLIDOS Y NOMBRES	DNI	FECHA DE SUSTENTACIÓN
Fanny Margarita Huertas Romero	60202868	22/08/24
DATOS DEL ASESOR:		
APELLIDOS Y NOMBRES	DNI	CÓDIGO ORCID
Ysmelda Farro Lucas	15593761	0000-0002-4185-1261
DATOS DE LOS MIEMBROS DE JURADOS – PREGRADO/POSGRADO-MAESTRÍA-DOCTORADO:		
APELLIDOS Y NOMBRES	DNI	CODIGO ORCID
Gladys Margot Gavedia Garcia	15855951	0000-0003-2514-4572
Wilder David Huerta Falcon	41938161	0009-0001-8016-3111
Kelvin Lucio Jara Zamudio	44081226	0000-0002-7877-2110

INTERACCIONES EN LINEA Y SALUD MENTAL EN ESTUDIANTES DE QUINTO AÑO DE LA I.E. PEDRO E. PAULET MOSTAJO-HUACHO

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	Submitted to Universidad Nacional Jose Faustino Sanchez Carrion	3%
	Trabajo del estudiante	
2	www.slideshare.net	2%
	Fuente de Internet	
3	repositorio.tec.mx	1%
	Fuente de Internet	
4	1library.co	1%
	Fuente de Internet	
5	repositorio.ucc.edu.co	1%
	Fuente de Internet	
6	repositorio.ucv.edu.pe	1%
	Fuente de Internet	
7	repositorio.unicordoba.edu.co	1%
	Fuente de Internet	
8	repositorioacademico.upc.edu.pe	1%
	Fuente de Internet	

DEDICATORIA

Dedicado a mi madre, por ser mi mayor inspiración a superarme día a día, por brindarme su apoyo incondicional y no dejarme sola en cada paso que doy.

Gracias a ella hoy estoy cumpliendo una de mis metas, y sé que todo será posible si ella va de la mano conmigo.

.

Fanny Margarita

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios por permitirme cumplir una de mis metas, a mi madre por brindarme su apoyo, por guiarme y alentarme a seguir creciendo, por no soltar mi mano y acompañarme en este proyecto.

Gracias a mi asesora de tesis por brindarme su confianza y su apoyo, por atender cada una de mis dudas en este proyecto.

Fanny Margarita

RESUMEN

Se llevó a cabo un estudio titulado "Interacciones en línea y salud mental en estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo-Huacho" como parte de los requisitos para obtener la licenciatura en Educación en Ciencias Sociales y Turismo de la UNJFSC, Huacho. La investigación se basó en una metodología básica de nivel descriptivo y correlacional, no experimental. La hipótesis planteada fue que "las interacciones en línea se relacionan con la salud mental en estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo-Huacho". La población estudiada consistió en 1260 estudiantes, de los cuales se seleccionó una muestra de 237. Se utilizó un cuestionario como instrumento principal para evaluar las dos variables mencionadas. Los resultados indican una relación significativa y positiva entre las interacciones en línea y la salud mental de los estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo-Huacho.

El autor

Palabras claves: interacciones, línea, salud, mental.

ABSTRACT

Kafukufuku wotchedwa "Online interactions and mental health in the five year students of I.E. Pedro E. Paulet Mostajo-Huacho" inachitidwa monga gawo la zofunikira kuti apeze digiri ya Education in Social Sciences and Tourism ku UNJFSC, Huacho. Kafukufukuyu adatengera njira yoyambira yofotokozero komanso yolumikizana, osati kuyesa. Lingaliro lomwe lidakwezedwa linali lakuti "kuyanjana kwa intaneti kumakhudzana ndi thanzi la maganizo m'zaka zachisanu za ophunzira a I.E. Pedro E. Paulet Mostajo-Huacho." Chiwerengero cha anthu omwe anaphunzira chinali ndi ophunzira a 1260, omwe chitsanzo cha 237 chinasankhidwa ngati chida chachikulu chowunika mitundu iwiri yotchulidwa. Zotsatira zikuwonetsa ubale wofunikira komanso wabwino pakati pa kuyanjana kwapaintaneti ndi thanzi lamalingaliro la ophunzira azaka zachisanu za I.E. Pedro E. Paulet Mostajo-Huacho.

The author

Keywords: interactions, line, health, mental.

INDICE

DEDICATORIA	i
AGRADECIMIENTO	ii
RESUMEN	iii
ABSTRACT.....	iv
INDICE DE TABLAS	vii
INDICE DE FIGURAS	viii
CAPITULO I PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	9
1.1. Descripción de la realidad problemática	11
1.2. Formulación de problema	12
1.2.1. Problema general	12
1.2.2. Problemas específicos.....	12
1.3. Objetivos	13
1.3.1. Objetivo general.....	13
1.4. Justificación.....	13
1.4.1. Teórica.....	13
1.3.2. Social	14
1.5. Delimitaciones.....	14
1.6. Viabilidad del estudio	15
CAPITULO II MARCO TEÓRICO	16
2.1. Antecedentes de la Investigación	16
2.1.1. Internacionales	16
2.1.2. Nacionales	19
2.2. Bases teóricas	22
2.2.1. Interacciones en línea de estudiantes.....	22
2.2.2. Salud mental en estudiantes.....	30
2.3. Bases filosóficas	37
2.4. Definición de términos básicos	38
2.4. Hipótesis.....	39

2.4.1. Hipótesis general.....	39
2.5. Operacionalización de variables.....	39
CAPITULO III METODOLOGIA	41
3.1. Tipo de estudio	41
3.2. Población y muestra	41
3.2.1. Población	41
3.2.2. Muestra	41
3.3. Método de investigación	42
3.4. Técnicas de recolección de datos	42
3.5. Método de análisis de datos	44
CAPITULO IV ANALISIS DE LOS RESULTADOS	45
4.1. Resultados descriptivos de las variables	45
4.2. Generalización entorno la hipótesis central	50
CAPITULO V DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	58
CONCLUSIONES	60
RECOMENDACIONES	61
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS.....	62
5.1. Fuentes documentales	62
5.2. Fuentes Bibliográficas.....	63
5.3. Fuentes Electrónicas	63
MATRIZ DE CONSISTENCIA	66
INSTRUMENTO 01.....	73
INSTRUMENTO 02.....	74

INDICE DE TABLAS

Tabla 1. Operacionalización de la variable X.....	39
Tabla 2. Operacionalización de la variable.....	40
Tabla 3. Población del estudio	41
Tabla 4. Muestra del estudio.....	41
Tabla 5. Validez del cuestionario.....	43
Tabla 6. Interacciones en línea	45
Tabla 7. Dimensión académica.....	46
Tabla 8. Dimensión social	47
Tabla 9. Dimensión emocional	48
Tabla 10. Salud mental	49
Tabla 11. Las interacciones en línea y la salud mental.....	50
Tabla 12. La dimensión académica y la salud mental	52
Tabla 13. La dimensión social y la salud mental.....	54
Tabla 14. La dimensión emocional y la salud mental.....	56

INDICE DE FIGURAS

Figura 1. Interacciones en línea	45
Figura 2. Dimensión académica.....	46
Figura 3. Dimensión social	47
Figura 4. Dimensión emocional.....	48
Figura 5. Salud mental.....	49
Figura 6. <i>Las interacciones en línea y la salud mental</i>	51
Figura 7. La dimensión académica y la salud mental	53
Figura 8. La dimensión social y la salud mental.....	55
Figura 9. La dimensión emocional y la salud mental	57

INTRODUCCIÓN

En la época digital actual, las interacciones en línea han cambiado de manera profunda la manera en que nos comunicamos., socializamos y aprendemos. Especialmente para los estudiantes de quinto año, estas interacciones en plataformas virtuales no solo constituyen una parte integral de su vida cotidiana, sino que también plantean importantes interrogantes sobre su influencia en la salud mental y el equilibrio emocional.

Huacho, como ciudad costera en el corazón de la región Lima-Provincias del Perú, refleja no solo la diversidad cultural y social de la zona, sino también las complejidades contemporáneas que enfrentan los jóvenes en su desarrollo personal y académico. En este contexto, la Institución Educativa emerge como un espacio clave donde las dinámicas digitales y presenciales se entrelazan, proporcionando un escenario propicio para explorar cómo las interacciones en línea afectan el equilibrio emocional de los estudiantes de quinto año.

Este estudio se propone examinar detalladamente cómo las actividades en redes sociales, plataformas de mensajería instantánea y otros espacios virtuales tienen consecuencias en la salud mental de los aprendices. A través de métodos mixtos que incluyen encuestas cuantitativas y entrevistas cualitativas, se buscará identificar tanto los aspectos positivos como los desafíos que enfrentan los estudiantes en su uso de tecnologías digitales.

Además de analizar el impacto psicológico de las interacciones en línea, esta investigación también se centrará en las estrategias de afrontamiento que los estudiantes emplean para manejar el estrés, la ansiedad y otros efectos adversos derivados de su participación en el mundo digital. Se explorará cómo las políticas educativas y las prácticas de intervención pueden ser mejoradas para promover un balance saludable entre el tiempo en línea y el bienestar emocional de los jóvenes.

Este estudio se adentra en una investigación exhaustiva que combina métodos cuantitativos y cualitativos, se explorarán los aspectos positivos como los negativos que enfrentan los estudiantes al participar en redes sociales, plataformas de mensajería instantánea y otros medios digitales. Se buscará comprender cómo estas interacciones digitales afectan su bienestar emocional, incluyendo el manejo del estrés, la autoestima y la percepción de sí mismos en relación con sus pares y su entorno.

Este estudio no solo aspira a contribuir al conocimiento académico sobre la relación entre tecnología y salud mental en el contexto educativo de Huacho, sino que también busca proporcionar recomendaciones prácticas para educadores, padres y responsables de políticas públicas. Estas recomendaciones estarán dirigidas a fomentar un entorno digital seguro y saludable que apoye el desarrollo integral de los estudiantes, equilibrando el uso de la tecnología con estrategias efectivas para promover el bienestar emocional.

Al final, este estudio no solo contribuirá al entendimiento académico sobre las complejas interacciones entre tecnología y salud mental en estudiantes de secundaria, sino que también ofrecerá recomendaciones prácticas para promover un uso responsable y saludable de las plataformas digitales dentro del entorno educativo de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo - Huacho.

CAPITULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción de la realidad problemática

Las interacciones en línea a nivel global se fundamentan en diversas teorías provenientes de disciplinas como la sociología, la psicología, la comunicación, la informática y la economía.

Teoría de la comunicación mediada por computadora se sostiene como explora cómo las comunicaciones realizadas a través de dispositivos computacionales afectan la interacción en el proceso de comunicación y relación entre sí. Examina cómo los factores tecnológicos influyen en la calidad y la naturaleza de la comunicación, así como en la formación de comunidades en línea.

En el contexto peruano, las bases teóricas que subyacen a las interacciones en línea pueden estar influenciadas por factores culturales, sociales y económicos específicos del país. Aunque muchas de las teorías mencionadas anteriormente siguen siendo relevantes, aquí hay algunas que podrían ser especialmente pertinentes para comprender las interacciones en línea en el Perú. En el contexto peruano, donde aún existen retos en términos de acceso a internet y tecnología en áreas rurales y entre poblaciones de bajos recursos, esta teoría puede ser crucial para comprender las diferencias en las interacciones en línea.

Por otro lado, el bienestar emocional de los estudiantes a nivel mundial es un tema de creciente preocupación debido a los desafíos únicos que enfrentan los jóvenes en entornos académicos y sociales. Los estudiantes de la educación básica y de otros niveles educativos enfrentan retos que pueden afectar su salud mental. La ansiedad, la depresión, el estrés, los trastornos alimenticios y el abuso de sustancias son problemas comunes entre los estudiantes.

Numerosas instituciones educativas están introduciendo iniciativas y recursos para atender las necesidades de salud mental de los estudiantes. Estas medidas pueden comprender servicios de asesoramiento y apoyo emocional, grupos de apoyo estudiantil, recursos en línea, talleres sobre manejo del estrés y actividades de promoción de la salud mental.

La investigación se realizó en el colegio Pedro E. Paulet Mostajo donde se describirán y correlacionarán las variables en estudio, ya que las investigaciones han demostrado que las interacciones en línea pueden tener tanto impactos positivos como negativos en el bienestar emocional de los estudiantes. Las interacciones en línea pueden proporcionar a los estudiantes una sensación de conexión social, especialmente importante durante períodos de aislamiento físico o cuando están lejos de sus amigos y familiares.

1.2. Formulación de problema

1.2.1. Problema general

¿Cómo se da la relación entre las interacciones en línea y la salud mental en estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo- Huacho?

1.2.2. Problemas específicos

¿Cómo se da la relación entre la dimensión académica de las interacciones en línea y la salud mental en estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo- Huacho?

¿Cómo se da la relación entre la dimensión social de las interacciones en línea y la salud mental en estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo- Huacho?

¿Cómo se da la relación entre la dimensión emocional de las interacciones en línea y la salud mental en estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo- Huacho?

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo general

Determinar la relación entre las interacciones en línea y la salud mental en estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo-Huacho.

1.3.2. Objetivos específicos

Determinar la relación entre la dimensión académica de las interacciones en línea y la salud mental en estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo- Huacho.

Establecer la relación entre la dimensión social de las interacciones en línea y la salud mental en estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo- Huacho.

Determinar la relación entre la dimensión emocional de las interacciones en línea y la salud mental en estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo- Huacho.

1.4. Justificación

1.4.1. Teórica

La investigación está fundamentada teóricamente ya que se apoya en varios marcos conceptuales que explican cómo estas interacciones pueden influir en su desarrollo, aprendizaje y bienestar. Esta teoría plantea que el aprendizaje se produce mediante la observación y la imitación de los comportamientos de otras personas. En el contexto de las interacciones en línea, los estudiantes pueden aprender de sus pares y de los modelos a los que están expuestos en línea, ya sea de manera positiva (adquiriendo nuevas habilidades, conocimientos o

comportamientos saludables) o negativa (imitando comportamientos perjudiciales o improductivos).

1.4.2. Metodológico

La justificación metodológica de estudiar las interacciones en línea en los estudiantes se basa en varios enfoques metodológicos que permiten comprender y analizar estas interacciones de manera efectiva. Las interacciones en línea ofrecen la oportunidad de recopilar datos de manera conveniente y accesible. Los investigadores pueden utilizar métodos como encuestas en línea, análisis de contenido de medios sociales y analizar la interacción de los estudiantes en plataformas educativas en línea para recabar información.

1.3.2. Social

La justificación social de las interacciones en línea en los estudiantes se basa en cómo estas interacciones pueden influir en su desarrollo social, su participación en la comunidad y su capacidad para conectarse con otros

1.5. Delimitaciones

a. Disponibilidad de tiempo

La investigación exhaustiva requirió de tiempo suficiente para recolectar y analizar datos, así como para revisar literatura existente y entender las diversas dimensiones del tema. Un enfoque riguroso que aseguro los resultados precisos y relevantes.

c. Limitados medios económicos

Los recursos económicos destinados al desarrollo de la tesis sobre interacciones en línea se justifican por varias razones esenciales. En primer lugar, permitieron la adquisición de herramientas y tecnologías necesarias para recopilar datos de manera efectiva y analizar grandes volúmenes de información digital. También facilitaron la colaboración

con expertos y la realización de estudios comparativos, enriqueciendo la perspectiva de la investigación. Finalmente, la asignación adecuada de recursos económicos garantiza que la investigación sobre interacciones en línea tenga un impacto significativo y pueda ofrecer recomendaciones prácticas y relevantes para mejorar el entendimiento y la gestión de estas interacciones en diversos contextos.

1.6. Viabilidad del estudio

La viabilidad del estudio sobre interacciones en línea para el desarrollo de la tesis se fundamenta en varios aspectos clave. En primer lugar, el tema es de gran relevancia en la sociedad contemporánea, donde las interacciones digitales se encuentran presentes en la vida cotidiana, especialmente entre los adolescentes y en entornos educativos. Investigar este fenómeno proporciona una oportunidad para entender mejor cómo afecta la salud mental, el aprendizaje y las relaciones sociales de los estudiantes.

Finalmente, el estudio sobre interacciones en línea no solo contribuye al conocimiento académico, sino que también puede tener aplicaciones prácticas significativas, como el diseño de políticas educativas, la mejora de programas de bienestar estudiantil y la promoción de un uso saludable y ético de la tecnología.

En resumen, la viabilidad de este estudio radica en su relevancia social, la disponibilidad de herramientas tecnológicas para la investigación, el apoyo teórico existente y las posibles implicaciones prácticas que pueden beneficiar a la comunidad educativa y más allá.

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la Investigación

2.1.1. Internacionales

Morales (2023) en su tesis *“Uso de redes sociales en internet y salud mental de estudiantes de la facultad de ciencias de la salud de una Universidad en Montería (Córdoba, Colombia) 2022”*. Objetivo: Examinar cómo el uso de redes sociales en internet impacta la salud mental de los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud en una universidad de Montería (Córdoba, Colombia) durante el año 2022.

Materiales y métodos: Esta investigación es descriptiva, transversal y correlacional. La población consistió en 1121 estudiantes universitarios. Se llevó a cabo un muestreo aleatorio estratificado en dos etapas, resultando en una muestra de 286 estudiantes. Se utilizaron encuestas y el Cuestionario de Salud General de 12 ítems (GHQ-12) como instrumento. Se calcularon frecuencias absolutas y relativas, y se aplicaron pruebas chi cuadrado (con un valor de p de 0,05).

Resultados: Las redes sociales más usadas fueron Instagram y Facebook. La mayoría de los participantes eran mujeres (64,3%), con edades entre 22 y 24 años (30,4%). Un 58% vivía en el estrato socioeconómico 1 y el 56,6% tenía ingresos familiares entre 1 y 3 salarios mínimos.

Conclusión: El uso frecuente de redes sociales en internet está relacionado con la salud mental de los estudiantes. Utilizar tres o menos redes sociales disminuye el riesgo de tener una salud mental deficiente (OR: 0,49), mientras que usar cuatro redes lo aumenta (OR: 1,74).

Becerra, González, Osorio, y Suárez (2022) en su tesis *“Impacto de la educación virtual en la salud física y mental en los estudiantes del curso de Investigación Institucional I”*. El objetivo de este proyecto de investigación es identificar los problemas de salud física y mental que surgieron debido a

la enseñanza virtual en los estudiantes del programa de Licenciatura en Lengua Castellana e inglés durante el segundo semestre de 2021 en la Universidad Cooperativa de Colombia, seccional Bucaramanga. La investigación se basó en la salud física y mental en relación con los medios digitales, dividida en tres áreas principales: salud física, salud mental y su relación con los medios digitales.

La metodología utilizada incluyó dos instrumentos: un Grupo de Enfoque que empleó un enfoque cuantitativo y una Encuesta cualitativa aplicada a los estudiantes. Estos instrumentos permitieron recopilar información relevante sobre las alteraciones y el grado de impacto de la educación remota. A partir de estos hallazgos, se diseñó la secuencia didáctica "Cuerpo y mente, unidos por mi bienestar", que se desarrolló en cinco sesiones de una hora cada una. Las dos primeras sesiones abordaron aspectos teóricos de la salud física y mental, mientras que las dos siguientes se centraron en estrategias para evitar o mitigar problemas en estos ámbitos, incluyendo la explicación de un producto final. Los estudiantes aplicaron estas estrategias durante una semana y presentaron sus resultados en un video expositivo. La quinta sesión se dedicó a discutir el producto final y su relación con la educación remota.

Los resultados indicaron que, durante la implementación de la secuencia didáctica, los estudiantes mostraron una menor atención a la creatividad y al manejo del tiempo, pero reportaron cambios positivos en la salud física y mental, siendo la salud física la más afectada, especialmente en aspectos como la postura y la fatiga ocular.

Manzanero (2022) en su trabajo *"Influencia de las redes sociales en la salud mental de los adolescentes y su repercusión en diversas variables psicológicas"*. Este proyecto de investigación tiene como objetivo identificar los problemas relacionados con la salud física y mental, experimentaron debido a la enseñanza virtual durante el segundo semestre de 2021. La

investigación se fundamenta en la relación entre la salud física y mental y el uso de medios digitales, dividiendo el análisis en tres áreas: salud física, salud mental y su conexión con los medios digitales.

Para la metodología, se utilizaron dos instrumentos: un Grupo de Enfoque con un enfoque cuantitativo y una Encuesta cualitativa aplicada a los estudiantes. Estos métodos proporcionaron información relevante sobre las alteraciones y el grado de afectación provocados por la enseñanza remota. A partir de estos datos, se desarrolló la secuencia didáctica "Cuerpo y mente, unidos por mi bienestar", que se llevó a cabo en cinco sesiones de una hora cada una. Las dos primeras sesiones abordaron aspectos teóricos sobre la salud física y mental, mientras que las dos siguientes se centraron en estrategias para prevenir o mitigar problemas en estas áreas, incluyendo la explicación del producto final. Los estudiantes aplicaron estas estrategias durante una semana y presentaron sus resultados en un video expositivo. La quinta sesión se dedicó a discutir el producto final en el contexto de la enseñanza remota.

Los resultados mostraron que, durante la implementación de la secuencia didáctica, los estudiantes prestaron menos atención a la creatividad y la gestión del tiempo, pero reportaron mejoras en la salud física y mental. La salud física fue la más afectada, especialmente en términos de postura y fatiga ocular.

Menchaca (2023) en su trabajo *“Fortalecimiento de la salud mental en las instituciones educativas públicas y privadas de nivel medio superior y superior: Un enfoque integral para la prevención del suicidio en las juventudes”*. Este estudio resalta la importancia de la colaboración intersectorial, involucrando tanto a instituciones educativas como a gobiernos locales, estatales y federales, para desarrollar una estrategia integral y coordinada que aborde los desafíos de la salud mental en los jóvenes desde

múltiples ángulos. La investigación propone una serie de instrumentos de política pública que establecen las bases para una política robusta en esta área.

En este contexto, la presente tesis se centra en proponer un sistema integral de detección y atención de factores psicológicos en las instituciones educativas públicas y privadas de nivel medio superior y superior en Monclova, Coahuila. El objetivo principal es establecer este sistema como una política pública efectiva para fortalecer la salud mental y prevenir el suicidio entre la juventud.

La investigación empleará un enfoque mixto que combinará métodos cuantitativos y cualitativos. El propósito fundamental es comprender y abordar el fortalecimiento de la salud mental en las instituciones educativas de Monclova para prevenir el suicidio, dado que estos centros concentran la mayoría de la población juvenil. Para ello, se recopilarán datos estadísticos relevantes, especialmente de la Fiscalía General del Estado de Coahuila, que serán analizados rigurosamente. Además, se realizarán entrevistas con expertos en salud mental y estudiantes jóvenes, siguiendo la metodología cualitativa propuesta por Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., y Baptista Lucio, P. (2010), para obtener percepciones y experiencias en profundidad.

La combinación de estos enfoques permitirá un análisis exhaustivo del problema y respaldará el desarrollo de estrategias efectivas para la prevención del suicidio y el fortalecimiento de la salud mental en las instituciones educativas.

2.1.2. Nacionales

Pizarro (2022) en su tesis *“La educación virtual y ansiedad en tiempos de COVID-19 en estudiantes de secundaria, Ica-Perú”*. Esta investigación examina la relación entre la educación virtual y los niveles de ansiedad

rasgo y ansiedad estado en estudiantes de quinto de secundaria durante la pandemia de COVID-19. El objetivo fue determinar si existe una conexión entre la educación virtual y los niveles de ansiedad rasgo y ansiedad estado en estos estudiantes en Ica, Perú.

La metodología adoptó un enfoque cuantitativo y se caracterizó por ser un estudio aplicado con un diseño no experimental, transversal y correlacional simple. La muestra fue no probabilística, compuesta por 133 estudiantes. Se utilizaron tres cuestionarios para la recolección de datos: el cuestionario de educación virtual, el cuestionario de ansiedad estado (STAI) y el cuestionario de ansiedad rasgo (STAI).

Los resultados indicaron una correlación directa y significativa entre la educación virtual y los niveles de ansiedad estado y ansiedad rasgo, confirmando todas las hipótesis planteadas, excepto en la dimensión de acompañamiento y ansiedad rasgo, donde no se encontró una correlación directa.

En conclusión, la educación virtual está relacionada con los niveles de ansiedad rasgo y ansiedad estado en estudiantes de quinto de secundaria en Ica, Perú, durante la pandemia de COVID-19.

Flores y Quevedo (2023) en su trabajo *“Autopercepción a la adaptación académica y la salud mental de los estudiantes universitarios durante la pandemia del covid-19: Revisión Sistemática Cualitativa”*. El objetivo de este proyecto fue sintetizar cualitativamente la evidencia presente en la literatura sobre las autopercepciones de los estudiantes universitarios en cuanto a su salud mental y adaptación a la vida universitaria durante la pandemia. Para ello, se realizó una revisión sistemática cualitativa de la literatura publicada entre 2020 y 2022. La búsqueda electrónica se llevó a cabo en las bases de datos EBSCO, MEDLINE, OVID, ProQuest,

SCOPUS, LILACS, PubMed, SciELO y Virtual Health Library, identificándose 12 estudios que evaluaban las autopercepciones de los estudiantes respecto a su salud mental y adaptación académica. Los datos fueron extraídos y sintetizados utilizando la síntesis temática como metodología cualitativa. La confianza en los hallazgos se evaluó mediante el enfoque GRADE – CERQual.

Resultados: Se analizaron 12 estudios, de los cuales 7 provenían de países de ingresos altos, 2 de ingresos medios y 3 de ingresos bajos. Estos estudios exploraron las opiniones y percepciones de los estudiantes universitarios sobre sus experiencias en adaptación académica y salud mental durante la pandemia de COVID-19. La revisión identificó los principales problemas enfrentados por los estudiantes, clasificándolos en salud mental, adaptación académica y resiliencia.

Conclusiones: Las narrativas de los participantes en los estudios revisados indican que la salud mental de los estudiantes universitarios se vio afectada durante la pandemia debido a las restricciones impuestas por los gobiernos, lo que llevó a una rápida transición hacia la enseñanza virtual. Esta revisión muestra cómo los estudiantes universitarios enfrentaron la adaptación académica y demostraron resiliencia durante este período.

De la Cruz (2022) en su trabajo *“Salud mental y adicción al internet en adolescentes de una Institución Educativa estatal en Sullana”*. El estudio reciente analizó la relación entre la salud mental y la adicción al internet en adolescentes de una institución educativa estatal en Sullana. La muestra incluyó a 157 estudiantes de 1° a 5° de secundaria, a quienes se les aplicaron la Escala Breve de Salud Mental (Mental Health Inventory-5 [MHI-5]) y la Escala de Adicción a Internet de Lima (EAIL). Se encontró una relación significativa, inversa y de grado medio entre la salud mental y la adicción al internet en las estudiantes ($\rho = -0.398$; $p <$

0.01). En conclusión, se determinó que una mejor salud mental se asocia con una menor adicción al internet.

Saldaña (2022) en su tesis “*Salud mental y retorno a clases en estudiantes del VI ciclo de una institución educativa de Carabayllo Pospandemia - 2022*”. El propósito principal de esta investigación fue identificar la relación entre la salud mental y el retorno a clases presenciales en estudiantes del VI ciclo de una institución educativa en Carabayllo, durante el período de pospandemia de COVID-19 en 2022. Para ello, se consideraron diversos antecedentes y teorías que respaldan esta investigación. Se empleó un diseño no experimental, de nivel correlacional, de tipo aplicado, con un enfoque cuantitativo, transversal y de método hipotético-deductivo. De una población de 484 estudiantes, se seleccionó una muestra de 94 estudiantes de la IE. La Flor de Carabayllo. Se utilizó un cuestionario como instrumento de recolección de datos para la primera variable, y los datos obtenidos fueron procesados con el software SPSS v.25.0. Los análisis descriptivos e inferenciales mostraron valores no paramétricos, y la prueba de Rho de Spearman arrojó un resultado de 0.167 con $p=0.187 < 0.05$ para la hipótesis general. Estos resultados permiten concluir que existe una relación entre las variables de salud mental y el retorno a clases presenciales.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Interacciones en línea de estudiantes

2.2.1.1. Definición

Interacción: Se refiere a la acción recíproca que se realiza entre dos o más objetos, personas, energías o entidades. La noción de un efecto bidireccional es fundamental en el concepto de interacción, a diferencia de un efecto causal unidireccional. Un término afín es interconectividad, que se centra en las interacciones dentro de los

sistemas: la suma de muchas interacciones simples puede generar fenómenos emergentes complejos. La interacción tiene diversos significados en distintas disciplinas científicas y puede implicar transformaciones.

Ejemplos de interacción fuera del ámbito científico incluyen:

Cualquier tipo de comunicación, como la conversación entre dos o más personas, así como la comunicación entre grupos, organizaciones, naciones o estados.

La retroalimentación que ocurre durante el funcionamiento de dispositivos, como una computadora o una herramienta. Por ejemplo, la interacción entre un conductor y la ubicación de su vehículo en la carretera. Wikipedia (2024)

En Línea: El término "en línea" (o "online" en inglés), en su sentido más general, se refiere a cuando un dispositivo electrónico está encendido y conectado a otros dispositivos, como otro ordenador, una red o una impresora. Recientemente, el término ha evolucionado para significar estar conectado a Internet. En este contexto, se dice que una persona está en línea cuando está utilizando Internet, o que un ordenador está en línea cuando ha establecido una conexión a Internet. Rouse (2024)

Las interacciones en línea de estudiantes se refieren a cualquier tipo de comunicación o actividad social que ocurre a través de plataformas digitales y tecnologías de Internet entre estudiantes. Estas interacciones pueden tomar diversas formas y pueden incluir:

- Comunicación directa: Conversaciones en tiempo real a través de herramientas de mensajería instantánea, como

chats o videollamadas, donde los estudiantes pueden interactuar directamente entre sí para discutir temas académicos, colaborar en proyectos o simplemente socializar.

- Foros y discusiones: Participación en foros en línea, grupos de discusión o plataformas de aprendizaje virtual donde los estudiantes pueden publicar mensajes, hacer preguntas, responder a preguntas de otros estudiantes y compartir recursos relacionados con el contenido del curso.
- Trabajo colaborativo: Colaboración en proyectos o tareas grupales utilizando herramientas en línea, como documentos compartidos, hojas de cálculo colaborativas o plataformas de gestión de proyectos, que permiten a los estudiantes trabajar juntos de manera sincronizada sin importar su ubicación geográfica.
- Redes sociales: Interacciones a través de redes sociales donde los estudiantes pueden conectarse, seguirse mutuamente, compartir contenido relevante, participar en debates y formar comunidades en línea basadas en intereses comunes o aficiones.
- Juegos educativos: Participación en juegos o actividades interactivas en línea diseñadas para fomentar el aprendizaje y la colaboración entre estudiantes, donde pueden competir, resolver problemas y aprender de manera divertida y dinámica.

Las interacciones en línea de estudiantes ofrecen numerosos beneficios, como facilitar la comunicación y la colaboración, promover la participación activa y el intercambio de ideas, y ampliar las oportunidades de aprendizaje más allá del aula física. Sin embargo, también plantean desafíos, como la necesidad de establecer normas de comportamiento en línea y garantizar la seguridad y la privacidad de los estudiantes en entornos digitales.

2.2.1.2. Importancia

La importancia de las interacciones en línea entre estudiantes radica en varios aspectos clave que benefician su experiencia educativa y su desarrollo personal. Aquí se destacan algunos puntos clave:

- **Fomento de la colaboración:** Las interacciones en línea permiten a los estudiantes colaborar en proyectos, discutir ideas y compartir recursos de manera fácil y eficiente, independientemente de su ubicación geográfica. Esto promueve el trabajo en equipo y la construcción de habilidades de colaboración que son fundamentales en el mundo laboral actual.
- **Ampliación del aprendizaje más allá del aula:** Las interacciones en línea brindan a los estudiantes la oportunidad de acceder a una variedad de recursos educativos y puntos de vista que pueden enriquecer su aprendizaje más allá de lo que se ofrece en el aula tradicional. Esto les permite explorar nuevos temas, perspectivas y métodos de aprendizaje.
- **Facilitación del acceso a la información:** A través de herramientas en línea como foros de discusión y

plataformas de aprendizaje, los estudiantes pueden acceder rápidamente a información relevante, hacer preguntas y recibir retroalimentación de sus compañeros y profesores. Esto promueve un aprendizaje activo y autodirigido.

- **Desarrollo de habilidades digitales:** Las interacciones en línea ayudan a los estudiantes a desarrollar habilidades digitales valiosas, como la comunicación efectiva en entornos virtuales, la gestión de la información en línea y la participación responsable en comunidades en línea. Estas habilidades son cada vez más importantes en la sociedad digital actual.
- **Creación de comunidades de aprendizaje:** Las interacciones en línea pueden ayudar a los estudiantes a conectarse con compañeros de ideas afines, formar redes profesionales y encontrar apoyo social y emocional. Esto crea un sentido de pertenencia y comunidad que contribuye al bienestar general de los estudiantes.

En resumen, las interacciones en línea entre estudiantes son fundamentales para promover la colaboración, el aprendizaje activo y la construcción de comunidades de aprendizaje en entornos educativos modernos. Al aprovechar las tecnologías digitales de manera efectiva, las instituciones educativas tienen la capacidad de enriquecer significativamente el proceso de aprendizaje y fomentar el desarrollo integral de los estudiantes. Al ofrecer un entorno estructurado y recursos adecuados, estas instituciones pueden optimizar las oportunidades educativas, promoviendo el conocimiento académico y las habilidades sociales, emocionales y cognitivas. Este enfoque integral ayuda a

los estudiantes a alcanzar su máximo potencial, preparándolos para enfrentar desafíos futuros de manera más efectiva y adaptativa.

Pérez (2009) En los entornos virtuales de aprendizaje, la comunicación y la interacción desempeñan un papel crucial en el fomento de relaciones interpersonales que fortalecen tanto el aprendizaje como la cohesión del grupo. Estas dinámicas se logran mediante el establecimiento de objetivos compartidos y la creación de redes de aprendizaje colaborativo. Según Suárez (2004), reconocer una estructura de redes de aprendizaje cooperativo, en lugar de simplemente considerar a los individuos conectados en una red, redefine la manera de comprender la interacción, el aprendizaje y la educación. Este enfoque asegura que la dimensión formativa, que a menudo puede diluirse cuando la tecnología se convierte en el enfoque principal de la oferta educativa, se mantenga y se refuerce.

2.2.1.3. Dimensiones

Las dimensiones de las interacciones en línea entre estudiantes abarcan varios aspectos que influyen en la naturaleza y la calidad de estas interacciones. Aquí se detallan algunas de estas dimensiones:

- **Interacción social:** Se refiere a la capacidad de los estudiantes para conectarse y relacionarse entre sí a través de plataformas en línea. Incluye aspectos como la comunicación informal, el establecimiento de amistades y el apoyo social entre compañeros.
- **Colaboración académica:** Capacidad de los estudiantes para trabajar juntos en proyectos académicos y tareas

colaborativas a través de herramientas en línea. Esto implica la coordinación de actividades, la división de tareas y la producción conjunta de resultados.

- Participación en comunidades de aprendizaje: Esta dimensión se refiere a la participación de los estudiantes en comunidades en línea donde comparten intereses comunes, discuten temas relacionados con su área de estudio y colaboran en actividades de aprendizaje.
- Apoyo emocional: Se refiere al apoyo mutuo y la solidaridad entre estudiantes en entornos en línea, donde pueden brindarse apoyo emocional, compartir experiencias y proporcionar consuelo en momentos de dificultad.
- Feedback y retroalimentación: Esta dimensión implica la capacidad de los estudiantes para proporcionar y recibir comentarios constructivos sobre su trabajo académico a través de plataformas en línea, lo que contribuye al desarrollo y la mejora continua.
- Desarrollo de habilidades digitales: Se refiere a la adquisición y mejora de habilidades para utilizar eficazmente herramientas y tecnologías en línea para comunicarse, colaborar y aprender.
- Inclusión y diversidad: Esta dimensión se refiere a la promoción de la inclusión y la diversidad en las interacciones en línea, garantizando que todos los estudiantes tengan la oportunidad de participar y contribuir independientemente de su origen, género, orientación sexual o capacidades.

Estas dimensiones son fundamentales para comprender la naturaleza y el impacto de las interacciones en línea entre estudiantes, y proporcionan un marco útil para diseñar y evaluar experiencias educativas en entornos digitales.

Características de la interacción en Línea

Geralt (s.f.) La forma en que las personas se relacionan está en constante evolución. Al añadir un nuevo contexto a los elementos tradicionales de la comunicación—emisor, receptor, código y canal—surge una realidad nueva que se desarrolla continuamente. La introducción de Internet en el ámbito educativo ha transformado profundamente la manera de impartir clases y las interacciones dentro de la comunidad educativa. La identidad de cada persona se ha fragmentado en el entorno digital, y se comienza a reconocer la importancia de la huella que se deja en línea. Al evaluar el impacto de cada interacción en Internet, se observa que crea un mundo virtual que difiere considerablemente del mundo real, ya que cada acción deja una marca duradera. Mientras que la comunicación oral se caracteriza por su rapidez y menor necesidad de preparación en comparación con la escrita, en el entorno digital las diferencias entre ambos tipos de comunicación tienden a difuminarse debido a las siguientes características:

- La inmediatez vertebrada todas las interacciones. El acceso rápido a todo tipo de recursos y comunicaciones ha convertido la comunicación en instantánea y debes plantearte estrategias que te permitan la desconexión.
- Las interacciones quedan registradas en Internet. Aunque haya aplicaciones y servicios de mensajería que permitan

su borrado, si ya se ha recibido el mensaje puede haber sido registrado.

- Relacionado con este último punto, debe reconocerse la autoría de los recursos creados. Es recomendable un trabajo sobre acreditación y respeto a los creadores del contenido utilizado, conociendo las licencias de uso existentes.
- Las normas para relacionarnos en Internet han ido construyéndose con su uso. Al igual que en la vida real, dependen del contexto de comunicación y el alumnado debe saber distinguirlas y adecuarse a ellas.
- La privacidad de los datos queda en entredicho con el uso de ciertas páginas o aplicaciones. La regulación está en desarrollo y el alumnado puede quedar expuesto si no se tienen en cuenta ciertas precauciones.
- No siempre se controla la audiencia a la que van dirigidas las interacciones. Las redes permiten ampliarla, pero esto también puede suponer un peligro en función del contenido difundido. La posibilidad de que desconocidos contacten a los estudiantes es real, por lo que es crucial protegerlos y asegurar que sus comunicaciones sean seguras.

Estas características facilitan la creación de un nuevo enfoque de aprendizaje auténtico, pero también implican la necesidad de enseñar nuevas formas de actuar en el entorno virtual. Algunas de estas habilidades se desarrollarán en este módulo formativo, y se propondrán diversas estrategias para implementarlas en el aula.

2.2.2. Salud mental en estudiantes

2.2.2.1. Definición

Salud: U.Navarra (s.f.) En su forma más elemental, se define como un estado de total bienestar físico, mental y social, y no meramente

como la ausencia de enfermedades o problemas físicos. Concepto propuesto por la (OMS) en su constitución de 1948, destacando la salud como un recurso vital para la vida en lugar de un mero objetivo. Desde una perspectiva física, la salud implica un funcionamiento óptimo del cuerpo, que incluye la capacidad para llevar a cabo actividades diarias sin restricciones, resistir enfermedades y recuperarse de lesiones físicas, entre otros aspectos.

Mental: La salud mental se refiere a nuestro bienestar emocional, psicológico y social. Afecta la forma en que procesamos nuestros pensamientos, emociones y comportamientos ante los retos de la vida. También es esencial en la forma en que manejamos el estrés, nos relacionamos con los demás y tomamos decisiones. La salud mental es vital a lo largo de todas las etapas de la vida, desde la infancia y la adolescencia hasta la adultez y la vejez. MedLine (2024)

Para U. Navarra (s.f.), La salud mental engloba nuestro bienestar emocional y psicológico, así como la capacidad de manejar el estrés, cultivar habilidades sociales y establecer relaciones interpersonales sanas. También es importante para la capacidad de aprender, laborar y tomar decisiones. Es esencial para el bienestar integral, ya que dificultades en la salud mental, como la depresión o la ansiedad, pueden tener un impacto considerable en la salud física.

La salud mental en estudiantes no solo se relaciona con la ausencia de trastornos mentales o problemas de salud mental, sino también con el desarrollo de habilidades de afrontamiento adecuadas, la resiliencia emocional y la capacidad para buscar apoyo cuando sea

necesario. Es importante que las instituciones educativas promuevan un entorno que fomente la salud mental de los estudiantes, proporcionando recursos y apoyo adecuados, creando espacios seguros y de apoyo, y promoviendo prácticas de autocuidado y bienestar emocional. Además, es fundamental que los estudiantes reciban educación sobre la salud mental y aprendan a reconocer y gestionar sus propias emociones y estrés de manera efectiva.

PsiConecta (2023) La OMS define como "un estado de bienestar en el que una persona es consciente de sus propias habilidades, puede enfrentar las tensiones cotidianas, trabaja de manera productiva y satisfactoria, y es capaz de aportar a su comunidad". A partir de esta definición, en PsiConecta concebimos la salud mental como un estado de bienestar emocional, psicológico y social que abarca todas las etapas de la vida, desde la infancia hasta la vejez. Su relevancia radica en que impacta nuestros pensamientos, comportamientos, emociones y relaciones, así como nuestra habilidad para afrontar situaciones estresantes y tomar decisiones. Es importante reconocer que la salud mental no se limita a la ausencia de enfermedades o molestias, sino que representa un estado general de bienestar que facilita llevar una vida plena y enfrentar las adversidades.

2.2.2.2. Importancia

La salud mental es importante porque está estrechamente vinculada al bienestar general de una persona. Un estado mental saludable permite disfrutar de la vida, mantener una buena calidad de vida y experimentar satisfacción en diversas áreas, facilitando interacciones sociales saludables y la construcción de relaciones significativas. Las personas que gozan de salud mental suelen ser

más empáticas, comunicativas y capaces de resolver conflictos, son más capaces de manejar el estrés y adaptarse a los cambios y desafíos que surgen en la vida. Esto les permite enfrentar situaciones difíciles con mayor resiliencia y poder ser más productivas, creativas y motivadas, lo que contribuye al éxito profesional y académico. Anónimo (s.f.)

La importancia de la salud mental en estudiantes radica en su influencia directa en el bienestar general, el rendimiento académico y el desarrollo personal de los jóvenes. Aquí se destacan algunas razones clave por las que la salud mental en estudiantes es fundamental:

- **Rendimiento académico:** La salud mental positiva está asociada con un mejor rendimiento académico. Los estudiantes que tienen una buena salud mental suelen estar más motivados, concentrados y comprometidos con sus estudios, lo que se traduce en un mejor desempeño en el aula y en las evaluaciones.
- **Bienestar general:** La salud mental influye en todos los aspectos de la vida de un estudiante, incluidas sus relaciones interpersonales, su calidad de vida y su satisfacción general. Promover la salud mental positiva ayuda a los estudiantes a sentirse más felices, seguros y satisfechos con sus vidas.
- **Desarrollo social y emocional:** La salud mental es crucial para el desarrollo de habilidades sociales y emocionales. Los estudiantes con una buena salud mental suelen tener relaciones más saludables, manejar mejor el estrés y las

dificultades, y ser más capaces de regular sus emociones y comportamientos.

- **Prevención de problemas futuros:** Fomentar la salud mental en la juventud puede ayudar a prevenir problemas de salud mental más graves en el futuro. Proporcionar a los estudiantes estrategias de afrontamiento saludables y apoyo emocional puede ayudarles a desarrollar la resiliencia necesaria para hacer frente a los desafíos futuros.
- **Prevención de Trastornos Mentales:** Promover la salud mental y el bienestar puede ayudar a prevenir la aparición de trastornos mentales graves. La prevención es clave para reducir la carga económica y social asociada a estos problemas.

En resumen, la salud mental es esencial para vivir una vida equilibrada y satisfactoria. Fomentar y cuidar de nuestra salud mental no solo beneficia a los individuos, sino que también tiene un impacto positivo en la sociedad en su conjunto.

2.2.2.3. Dimensiones

Las dimensiones de la salud mental en estudiantes abarcan varios aspectos que influyen en su bienestar emocional y psicológico. Aquí se detallan algunas de estas dimensiones:

- **Bienestar emocional:** El bienestar emocional se refiere a un estado en el que una persona experimenta sentimientos positivos y es capaz de manejar de manera efectiva las emociones y las situaciones cotidianas. Esto implica no solo expresar emociones de manera adecuada, sino también saber calmarse en momentos de estrés o angustia.

- **Resiliencia:** Es la capacidad de los estudiantes para recuperarse de la adversidad, afrontar los retos y mantener un sentido de bienestar a pesar de las dificultades. Incluye la capacidad para adaptarse a situaciones cambiantes, aprender de las experiencias difíciles y mantener una actitud positiva frente a los desafíos.
- **Autoestima:** Se refiere a la percepción y evaluación que los estudiantes tienen de sí mismos. Incluye la confianza en las propias habilidades, la aceptación de uno mismo y el sentido de valía personal. Una autoestima saludable es fundamental para el bienestar emocional y el desarrollo personal.
- **Relaciones interpersonales:** Las relaciones interpersonales son una dimensión importante de la salud mental en estudiantes. Las relaciones sociales positivas son fundamentales para el bienestar emocional y el apoyo social.
- **Afrontamiento:** El afrontamiento se refiere a las estrategias que los estudiantes utilizan para hacer frente al estrés y las dificultades. Incluye la capacidad para buscar apoyo social, resolver problemas de manera efectiva, regular las emociones y mantener una actitud positiva frente a los desafíos.
- **Equilibrio vida-estudio:** Esta dimensión se refiere al equilibrio entre las demandas académicas y el desarrollo de actividades de la vida diaria, incluido el tiempo para el ocio, el descanso y el autocuidado. Un adecuado equilibrio vida-

estudio es importante para prevenir el agotamiento y promover el bienestar general.

Estas dimensiones son fundamentales para comprender la salud mental en estudiantes y proporcionan un marco útil para identificar áreas de fortaleza y áreas de preocupación en su bienestar emocional y psicológico. Promover el desarrollo integral de estas dimensiones es crucial para apoyar el bienestar general de los estudiantes.

Cuatro dimensiones de la salud

1. **Equilibrio Emocional:** Se refiere a la habilidad para gestionar nuestras emociones de manera efectiva. Esto no implica reprimir las emociones, sino más bien reconocerlas y aceptarlas, incluso aquellas que son desagradables. La verdadera capacidad de equilibrio emocional radica en sentirse a gusto con la presencia de estas emociones y manejarlas de forma saludable.
2. **Hábitos de Alimentación:** No lo asocies con perder o ganar peso. Es mucho más. Las propiedades de los alimentos y una dieta equilibrada pueden optimizar los demás vértices.
3. **Rutina de Ejercicio:** Es fundamental considerar esta actividad como el tiempo específicamente destinado a mejorar nuestra condición física y a evaluar los resultados obtenidos.
4. **Calidad del Descanso:** ¿Hasta qué punto nos puede afectar la falta de horas de descanso productivas? No solo en cantidad si no en calidad. (Admin, 2018)

2.3. Bases filosóficas

Las bases filosóficas de las interacciones en línea se derivan de diversas corrientes de pensamiento que abordan cuestiones relacionadas con la tecnología, la comunicación y la sociedad.

Fenomenología: Esta corriente filosófica, desarrollada por filósofos como Edmund Husserl y Martin Heidegger, se centra en el estudio de la experiencia humana y la conciencia. En el contexto de las interacciones en línea, la fenomenología puede ayudarnos a explorar cómo los individuos experimentan y dan sentido a sus interacciones en entornos digitales, así como cómo estas interacciones afectan su experiencia de la realidad y de sí mismos.

Ética digital: La ética digital es un campo emergente que aborda cuestiones éticas relacionadas con el uso de la tecnología y las interacciones en línea. Esta área se basa en principios éticos tradicionales, como la justicia, la autonomía y el respeto por la dignidad humana, pero los aplica al contexto digital, considerando cuestiones como la privacidad, la seguridad, la equidad y la responsabilidad en línea.

Constructivismo social: Esta perspectiva filosófica, influenciada por pensadores como Lev Vygotsky y Jean Piaget, sostiene que el conocimiento y la realidad son construidos socialmente a través de la interacción humana. En el contexto de las interacciones en línea, el constructivismo social nos invita a considerar cómo las plataformas digitales y las redes sociales influyen en la construcción de significados, identidades y comunidades en línea.

Humanismo digital: Esta corriente filosófica aboga por centrar la tecnología en el bienestar humano y en el fortalecimiento de la humanidad en lugar de en su detrimento. El humanismo digital enfatiza la importancia de diseñar tecnologías y plataformas en línea que fomenten la participación democrática y la independencia y desarrollo del ser humano.

2.4. Definición de términos básicos

Ansiedad: Una respuesta emocional normal a situaciones estresantes o peligrosas, pero cuando es excesiva o persistente, puede manifestarse como un trastorno de ansiedad que incluye síntomas como preocupación excesiva, nerviosismo, tensión muscular y ataques de pánico.

Chat: Una función que permite a los usuarios comunicarse en tiempo real a través de mensajes de texto en línea. Puede ser tanto público (en salas de chat) como privado (mensajería directa entre usuarios).

Foro: Un sitio web o plataforma en línea donde los usuarios pueden publicar mensajes y participar en discusiones sobre diversos temas. Los foros pueden ser moderados o no moderados, y generalmente están organizados en categorías o temas específicos.

Redes sociales: Plataformas digitales que facilitan a los usuarios la creación de perfiles personales, la conexión con otros, el intercambio de contenido y la participación en interacciones sociales, como comentar, compartir y expresar su aprobación a publicaciones a través de "me gusta".

Videoconferencia: Una tecnología que permite a dos o más personas comunicarse en tiempo real a través de video y audio a través de Internet. Es utilizada para reuniones virtuales, clases en línea, y otras actividades de colaboración.

Salud mental: Es un estado de bienestar emocional, psicológico y social en el que una persona es capaz de enfrentar y manejar el estrés normal de la vida, trabajar de manera productiva y contribuir a su comunidad.

Depresión: Un trastorno del estado de ánimo se caracteriza por emociones persistentes de tristeza, falta de interés o placer en actividades, cambios en el apetito o el sueño, fatiga y dificultades para concentrarse.

Trastorno mental: Una afección que impacta el pensamiento, las emociones o el comportamiento de una persona, provocando malestar o afectando su vida diaria.

2.4. Hipótesis

2.4.1. Hipótesis general

Las interacciones en línea se relacionan con la salud mental en estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo- Huacho.

2.4.2. Hipótesis específicas

La dimensión académica de las interacciones en línea se relaciona con la salud mental en estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo- Huacho.

La dimensión social de las interacciones en línea se relaciona con la salud mental en estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo- Huacho.

La dimensión emocional de las interacciones en línea se relaciona con la salud mental en estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo- Huacho.

2.5. Operacionalización de variables

Tabla 1. Operacionalización de la variable X

Dimensiones	Indicadores	N ítems	Categorías	Intervalos
Dimensión académica	<ul style="list-style-type: none">• Trabajo colaborativo• Foros en línea	5	Bajo Medio Alto	
Dimensión social	<ul style="list-style-type: none">• Uso de redes sociales• Relaciones interpersonales	5	Bajo Medio Alto	5 -9 10 -14 15 -20
Dimensión emocional	<ul style="list-style-type: none">• Expresas tus emociones• Apoyo de compañeros	5	Bajo Medio Alto	
Interacciones en línea		15	Bajo Medio Alto	15 -29 30 -44 45 -60

Tabla 2. Operacionalización de la variable

Dimensiones	Indicadores	N ítems	Categorías	Intervalos
Salud social	<ul style="list-style-type: none"> • Comodidad en actividades sociales • Confianza en los amigos 	5	Bajo Medio Alto	
Salud académica	<ul style="list-style-type: none"> • Responsabilidad académica • Seguridad en la capacidad 	5	Bajo Medio Alto	5 -9 10 -14 15 -20
Resiliencia	<ul style="list-style-type: none"> • Manejo de desafíos y contratiempos • Adaptación a los cambios 	5	Bajo Medio Alto	
	Salud mental	12	Bajo Medio Alto	15 -29 30 -44 45 -60

CAPITULO III METODOLOGIA

3.1. Tipo de estudio

Según la clasificación de Sánchez y Reyes (2002), esta investigación se considera de tipo sustantiva porque busca abordar problemas teóricos. Además, es correlacional, ya que pretende establecer, mediante una muestra de sujetos, el grado de relación entre las variables identificadas.

3.2. Población y muestra

3.2.1. Población

La población estuvo constituida por 1260 estudiantes de la I.E Pedro E. Paulet Mostajo - Huacho

Tabla 3. Población del estudio

N	Año	Subpoblación
1	Primero	256
2	Segundo	242
3	Tercero	251
4	Cuarto	274
5	Quinto	237
	Total	1260

3.2.2. Muestra

La muestra fue por conveniencia, es decir se consideraron a los estudiantes del quinto año de secundaria

Tabla 4. Muestra del estudio

N	Año	Subpoblacion
1	Quinto	237
	Total	237

3.3. Método de investigación

El enfoque utilizado en este estudio fue el deductivo, ya que se llevó a cabo una construcción teórica del tema de investigación. Del mismo modo, el diseño descriptivo-correlacional, la operacionalización de las variables y el análisis de los resultados se definieron a partir de la elaboración efectuada con los datos obtenidos mediante los instrumentos. (Hernández et al, 2010).

3.4. Técnicas de recolección de datos

Instrumentos utilizados

La técnica empleada en el desarrollo del presente estudio fue la encuesta y el instrumento aplicado fue el Cuestionario.

Para medir la variable Interacciones en línea, se consideró la siguiente escala de Likert: Siempre (4), Casi siempre (3), Algunas veces(2), Nunca(1)

Ficha Técnica 01:

Nombre Original :	Cuestionario para la variable Interacciones en línea
Autores:	Huertas Romero, Fanny Margarita
Procedencia:	Huacho- Perú
Objetivo:	Determinar la relación entre las interacciones en línea y la salud mental en estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo- Huacho.
Administración:	Individual y colectiva

Duración: Aproximadamente de 25 a 30 minutos
 Edad: Estudiantes de quinto año de la I.E Pedro E. Paulet Mostajo- Huacho

Para medir la variable Salud mental, se consideró la siguiente escala de Likert: Siempre (4), Casi siempre (3), Algunas veces(2), Nunca(1)

Ficha Técnica 02:

Nombre Original : Cuestionario para la variable Salud mental
 Autor: Huertas Romero, Fanny Margarita
 Procedencia: Huacho- Perú
 Objetivo: Determinar la relación entre las interacciones en línea y la salud mental en estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo- Huacho.
 Administración: Individual y colectiva
 Duración: Aproximadamente de 25 a 30 minutos
 Edad: Estudiantes de quinto año de la I.E Pedro E. Paulet Mostajo- Huacho

a) Validez del instrumento

Validez del cuestionario sobre la variable interacciones en línea, será sometidas a criterio de un grupo de Jueces Expertos, integrado por profesores entre Magíster y Doctores en Educación que laboran en la UNJFSC.

Tabla 5. Validez del cuestionario

Expertos	Suficiencia del instrumento	Aplicabilidad del instrumento
Experto 1	Hay Suficiencia	Es aplicable

Experto 2	Hay Suficiencia	Es aplicable
Experto 3	Hay Suficiencia	Es aplicable

Fuente: Elaboración propia.

3.5. Método de análisis de datos

a. Descriptiva

Después de recopilar los datos, se llevó a cabo el procesamiento de la información mediante la creación de cuadros y gráficos estadísticos, utilizando el software SPSS para este propósito.

b. Inferencial

Se sometió a prueba:

- Las Hipótesis formuladas
- El Análisis de los cuadros de doble entrada
- El Coeficiente de correlación de Spearman,

CAPITULO IV ANALISIS DE LOS RESULTADOS

4.1. Resultados descriptivos de las variables

Tabla 6. Interacciones en línea

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Alto	33	13,9	13,9	13,9
	Bajo	1	,4	,4	14,3
	Medio	203	85,7	85,7	100,0
	Total	237	100,0	100,0	

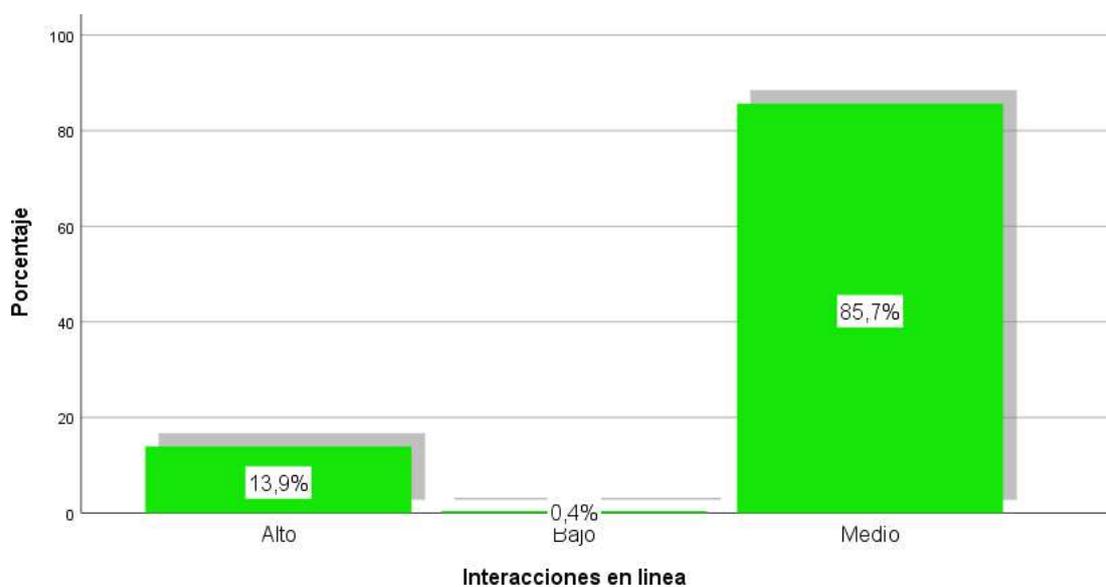


Figura 1. Interacciones en línea

De la fig. 1, un 85,7% de estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo-Huacho muestran un nivel medio en la variable interacciones en línea, un 13,9% consiguieron un nivel alto y un 0,4% obtuvieron un nivel bajo.

Tabla 7. Dimensión académica

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Alto	101	42,6	42,6	42,6
	Bajo	7	3,0	3,0	45,6
	Medio	129	54,4	54,4	100,0
	Total	237	100,0	100,0	

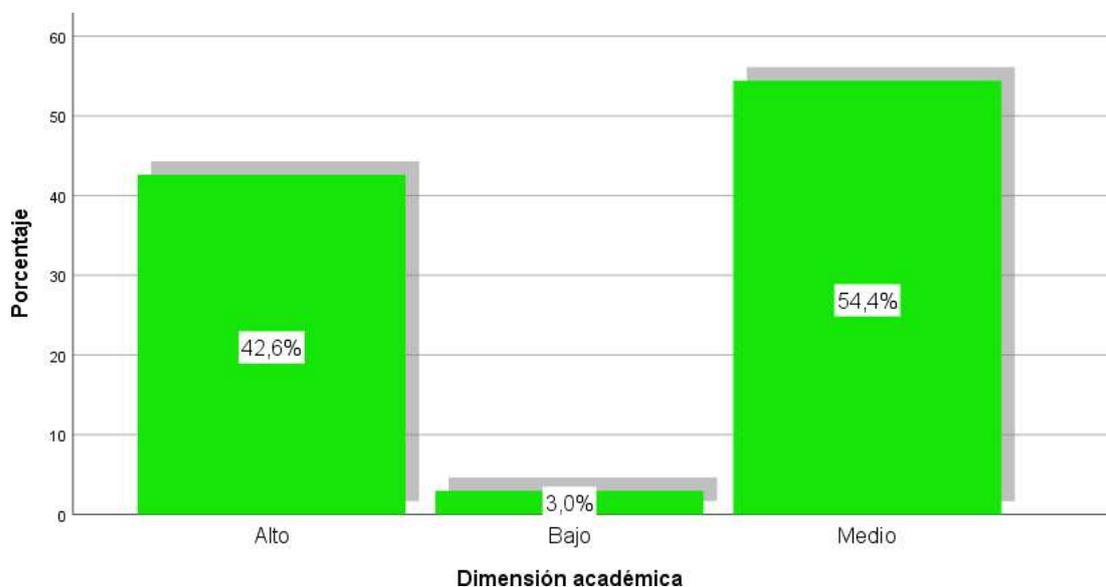


Figura 2. Dimensión académica

De la fig. 2, un 54,4% de estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo-Huacho muestran un nivel medio en la dimensión académica dentro de interacciones en línea, un 42,6% lograron un nivel alto y un 3,0% alcanzaron un nivel bajo.

Tabla 8. Dimensión social

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Alto	39	16,5	16,5	16,5
	Bajo	1	,4	,4	16,9
	Medio	197	83,1	83,1	100,0
	Total	237	100,0	100,0	

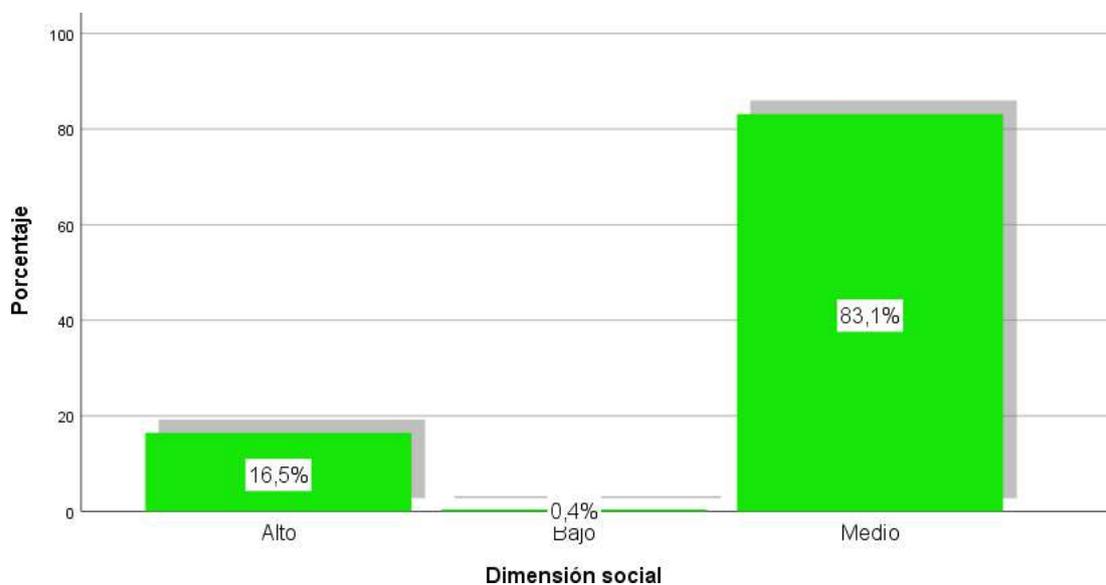


Figura 3. Dimensión social

De la fig. 3, un 83,1% de estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo-Huacho muestran un nivel medio en la dimensión social dentro de interacciones en línea, un 16,5% lograron un nivel alto y un 0,4% alcanzaron un nivel bajo.

Tabla 9. Dimensión emocional

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Alto	39	16,5	16,5	16,5
	Bajo	3	1,3	1,3	17,7
	Medio	195	82,3	82,3	100,0
	Total	237	100,0	100,0	

Fuente: Cuestionario aplicado a estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo- Huacho.

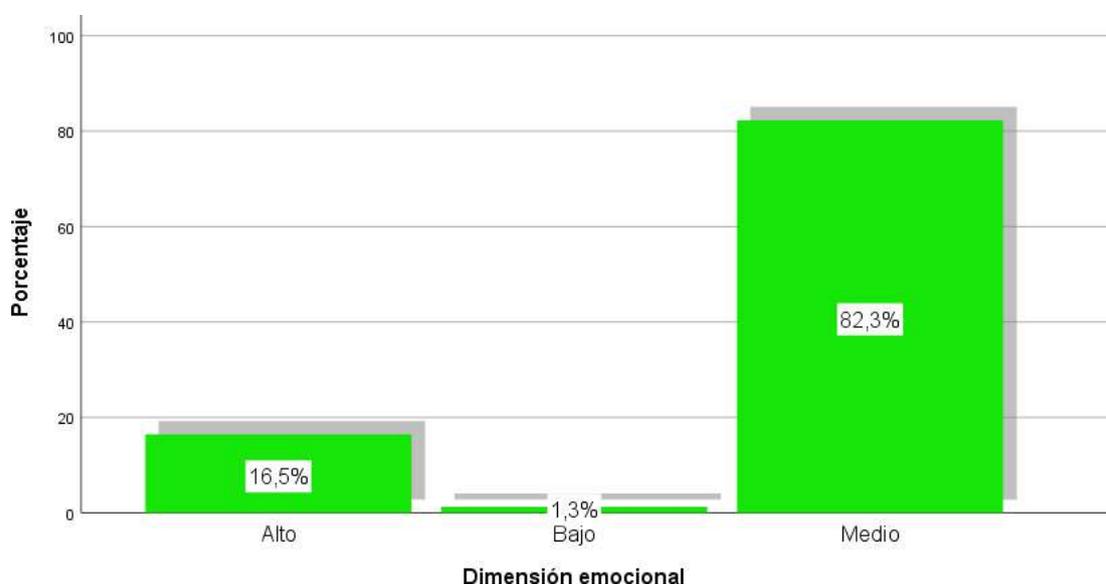


Figura 4. Dimensión emocional

De la fig. 4, un 82,3% de estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo- Huacho muestran un nivel medio en la dimensión emocional dentro de interacciones en línea, un 16,5% obtuvieron un nivel alto y un 1,3% lograron un nivel bajo.

Tabla 10. Salud mental

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Alto	19	8,0	8,0	8,0
	Bajo	42	17,7	17,7	25,7
	Medio	176	74,3	74,3	100,0
	Total	237	100,0	100,0	

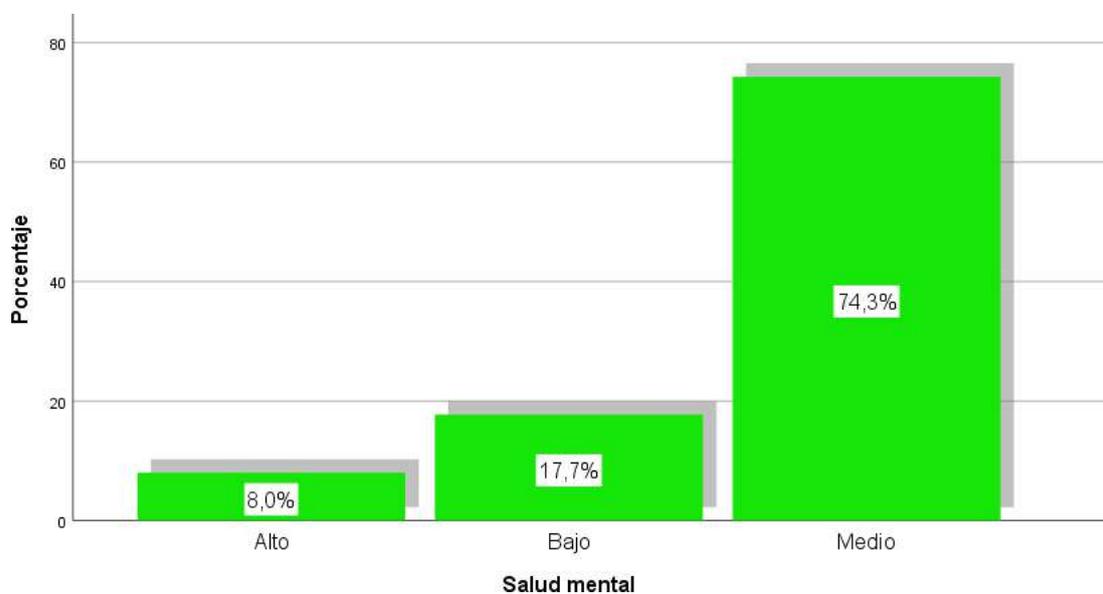


Figura 5. Salud mental

De la fig. 5, un 74,3% de estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo-Huacho muestran un nivel medio en la variable salud mental, un 17,7% consiguieron un nivel bajo y un 8,0% obtuvieron un nivel alto.

4.2. Generalización entorno la hipótesis central

Hipótesis general

H_a: Las interacciones en línea se relacionan con la salud mental en estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo- Huacho.

H₀: Las interacciones en línea NO se relacionan con la salud mental en estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo- Huacho.

Tabla 11. Las interacciones en línea y la salud mental

			Correlaciones	
			Interacciones en línea	Salud mental
Rho de Spearman	Interacciones en línea	Coeficiente de correlación	1,000	,713**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	237	237
	Salud mental	Coeficiente de correlación	,713**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	237	237

La tabla presenta una correlación de $r = 0,713$ y un valor de significancia (Sig) menor a 0,05, lo que lleva a aceptar la hipótesis alternativa y a rechazar la hipótesis nula. Esto indica que, estadísticamente, hay una relación significativa y de buena intensidad entre las variables analizadas de interacciones en línea y la salud mental en estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo- Huacho.

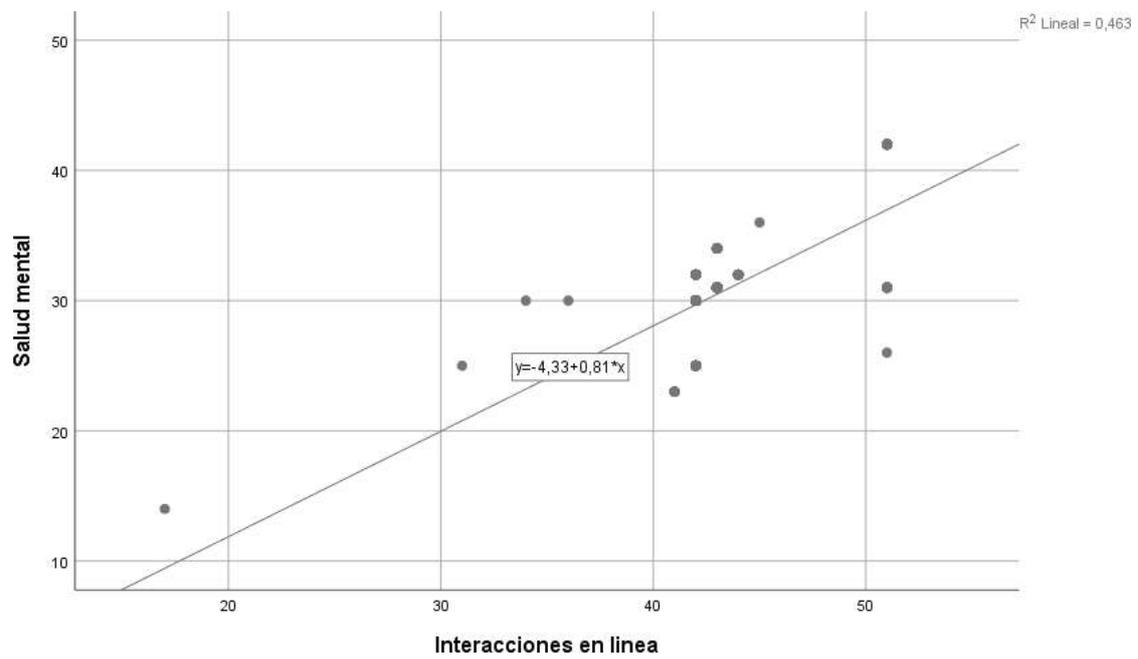


Figura 6. *Las interacciones en línea y la salud mental*

Hipótesis específica 1

H_a: La dimensión académica de las interacciones en línea se relacionan con la salud mental en estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo- Huacho.

H₀: La dimensión académica de las interacciones en línea no se relacionan con la salud mental en estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo- Huacho.

Tabla 12. La dimensión académica y la salud mental

			Correlaciones	
			Dimensión académica	Salud mental
Rho de Spearman	Dimensión académica	Coeficiente de correlación	1,000	,614**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	237	237
	Salud mental	Coeficiente de correlación	,614**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	237	237

La tabla presenta una correlación de $r = 0,614$ y un valor de significancia (Sig) inferior a 0,05. Esto implica que se acepta la hipótesis alternativa y se rechaza la hipótesis nula, lo que significa que hay evidencia estadística de una relación significativa y de buena intensidad entre la dimensión académica de las interacciones en línea y la salud mental de los estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo en Huacho. En otras palabras, a medida que mejoran las interacciones académicas en línea, también se puede observar una correlación positiva con la salud mental de los estudiantes.

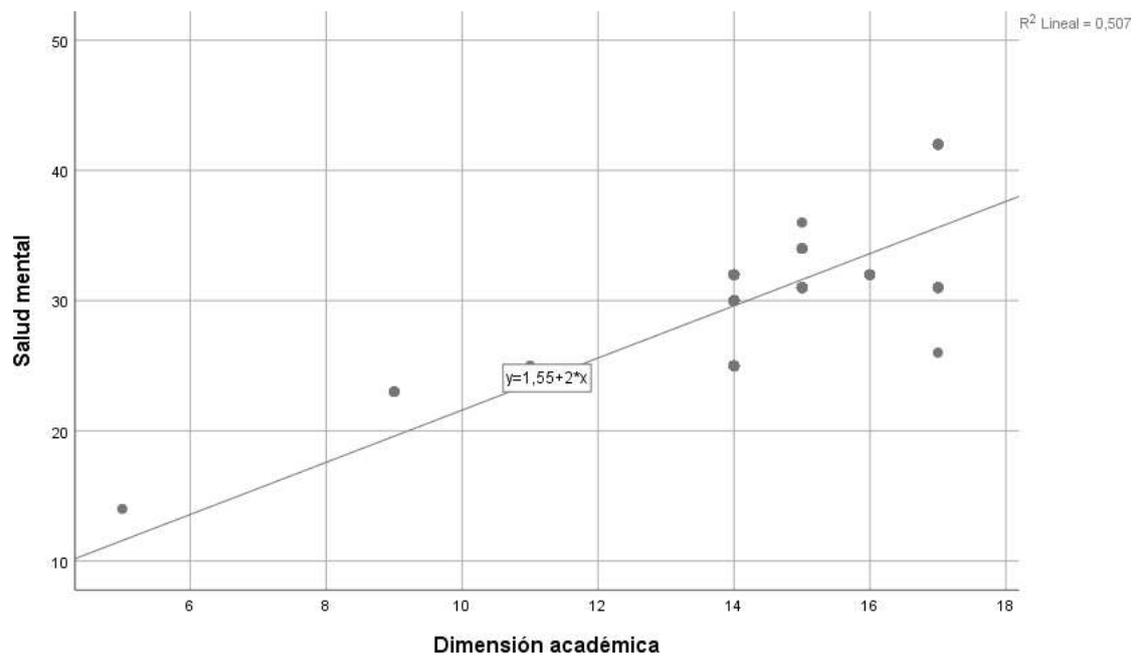


Figura 7. La dimensión académica y la salud mental

Hipótesis específica 2

H_a: La dimensión social de las interacciones en línea se relacionan con la salud mental en estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo- Huacho.

H₀: La dimensión social de las interacciones en línea no se relacionan con la salud mental en estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo- Huacho.

Tabla 13. La dimensión social y la salud mental

			Correlaciones	
			Dimensión social	Salud mental
Rho de Spearman	Dimensión social	Coefficiente de correlación	1,000	,424**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	237	237
	Salud mental	Coefficiente de correlación	,424**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	237	237

La tabla indica una correlación de $r = 0,424$ y un valor de significancia (Sig) menor a 0,05. Esto conduce a aceptar la hipótesis alternativa y a rechazar la hipótesis nula, lo que sugiere que existe evidencia estadística de una relación significativa entre las variables analizadas. En este caso, se evidencia que hay una relación de intensidad moderada entre la dimensión social de las interacciones en línea y la salud mental de los estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo en Huacho. Esto implica que, aunque la relación no es muy fuerte, hay un vínculo claro que indica que las interacciones sociales en línea pueden influir de manera moderada en la salud mental de los estudiantes.

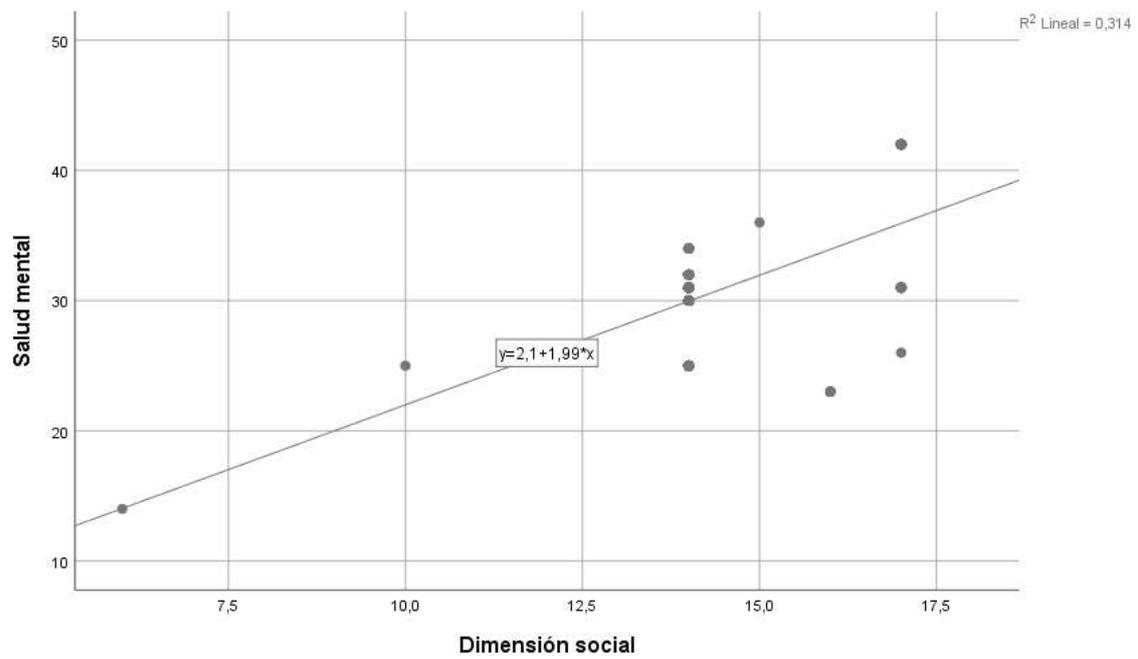


Figura 8. La dimensión social y la salud mental

Hipótesis específica 3

H_a: La dimensión emocional de las interacciones en línea se relacionan con la salud mental en estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo- Huacho.

H₀: La dimensión emocional de las interacciones en línea no se relacionan con la salud mental en estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo- Huacho.

Tabla 14. La dimensión emocional y la salud mental

			Correlaciones	
			Dimensión emocional	Salud mental
Rho de Spearman	Dimensión emocional	Coeficiente de correlación	1,000	,427**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	237	237
	Salud mental	Coeficiente de correlación	,427**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	237	237

La tabla indica que hay una correlación de $r = 0,427$ y un valor de significancia (Sig) menor a 0,05. Esto significa que se acepta la hipótesis alternativa y se rechaza la hipótesis nula, lo que sugiere que hay una relación estadísticamente significativa entre las variables estudiadas. En este caso, se evidencia que existe una relación de intensidad moderada entre la dimensión emocional de las interacciones en línea y la salud mental de los estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo en Huacho.

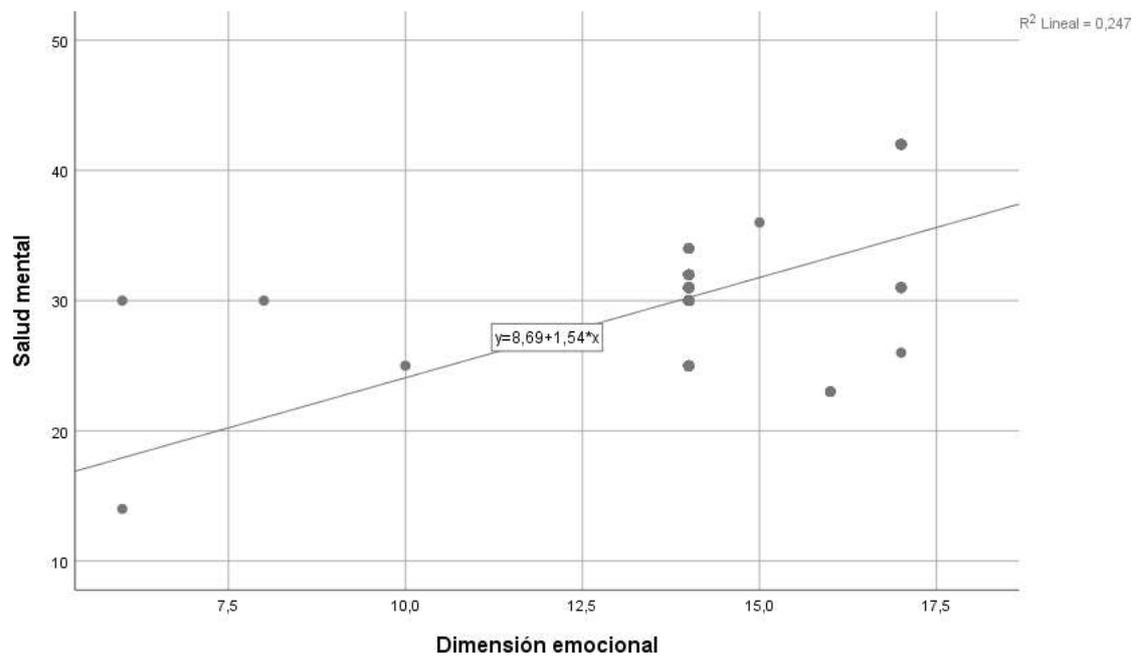


Figura 9. La dimensión emocional y la salud mental

CAPITULO V

DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

DISCUSIÓN

Las interacciones en línea afectan la salud mental y emocional de los estudiantes de quinto año de diversas maneras. Esta etapa es crucial en su desarrollo, y el uso frecuente de tecnología y redes sociales puede desencadenar en consecuencias positivas como negativos.

Tras realizar los análisis, se observa una relación significativa entre las interacciones en línea y la salud mental de estudiantes de quinto año en la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo de Huacho. Resultados similares fueron encontrados por Becerra, González, Osorio y Suárez (2022) en su tesis titulada “Impacto de la educación virtual en la salud física y mental en los estudiantes del curso de Investigación Institucional I”.

Este proyecto de investigación busca identificar los problemas asociados al deterioro de la salud tanto física como mental de los estudiantes del programa de Licenciatura en Lengua Castellana e inglés, derivados de la enseñanza virtual. En el desarrollo y ejecución de la secuencia didáctica, se observó que los estudiantes prestaron menos atención a aspectos como la creatividad y la gestión del tiempo. No obstante, se evidenciaron mejoras positivas tanto en su salud física como mental. Sin embargo, el impacto más notable se registró en el estado de salud física, particularmente en aspectos como la postura, desgano, desenvolvimiento y cansancio ocular.

Y en la de Pizarro (2022) en su tesis La investigación titulada “La educación virtual y la ansiedad en tiempos de COVID-19 en estudiantes de secundaria, Ica-Perú” se enfoca en analizar la relación entre la educación virtual y los niveles de ansiedad rasgo y estado en alumnos de quinto de secundaria durante la pandemia. Para la recopilación de datos, se utilizaron el cuestionario sobre educación virtual, así como los cuestionarios de ansiedad estado (STAI) y ansiedad rasgo (STAI). Los hallazgos revelaron una correlación directa y significativa entre la educación virtual y ambas modalidades de ansiedad (rasgo y estado), en línea con la mayoría de las hipótesis planteadas, excepto en el caso de la

dimensión de acompañamiento, donde no se encontró una relación directa con la ansiedad rasgo. En conclusión, se establece que la educación virtual está vinculada a los niveles de ansiedad rasgo y estado en los estudiantes de quinto de secundaria en Ica, Perú, durante la crisis provocada por el COVID-19.

Por ello, las interacciones en línea tienen una influencia considerable en el estado emocional de los estudiantes de quinto año, un grupo en una etapa crítica de desarrollo tanto académico como emocional. Entender y manejar esta influencia es esencial para su bienestar integral.

CONCLUSIONES

- **Primera:** Existe relación de intensidad buena entre las interacciones en línea y la salud mental en estudiantes de quinto año de la I.E. Paulet Mostajo- Huacho.
- **Segunda:** Existe relación de intensidad buena entre la dimensión académica dentro de las interacciones en línea y la salud mental en estudiantes de quinto año de la I.E. Paulet Mostajo- Huacho.
- **Tercera:** Existe relación de intensidad moderada entre la dimensión social dentro de las interacciones en línea y la salud mental en estudiantes de quinto año de la I.E. Paulet Mostajo- Huacho.
- **Cuarta:** Existe relación de intensidad moderada entre la dimensión emocional dentro de las interacciones en línea y la salud mental en estudiantes de quinto año de la I.E. Paulet Mostajo- Huacho.

RECOMENDACIONES

- **Primera:** Los docentes deben enseñar a los estudiantes sobre el uso adecuado de las redes sociales, incluyendo la privacidad, el respeto y la autenticidad.
- **Segunda:** Se debe promover contenidos positivos, animando a los estudiantes a seguir cuentas que promuevan bienestar, motivación y educación.
- **Tercero:** Crear contenido constructivo: Impulsar la creación de contenido positivo y constructivo, como proyectos escolares, logros personales y actividades de interés.
- **Cuarto:** Fomentar la comunicación abierta entre estudiantes, padres y educadores sobre las experiencias en línea y sus impactos. Proveer acceso a consejeros escolares y servicios de salud mental para aquellos que lo necesiten.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

5.1. Fuentes documentales

- Becerra, L., González, V., Osorio, R., & Suárez, M. (2022). *Tesis: Impacto de la educación virtual en la salud física y mental en los estudiantes del curso de Investigación Institucional I*. Bucaramanga. : Universidad Cooperativa de Colombia.
- De la Cruz, G. (2022). *Tesis: Salud mental y adicción al internet en adolescentes de una Institución Educativa estatal en Sullana*. Piura. Perú: Universidad Privada Antenor Orrego.
- Flores, M., & Quevedo, M. (2023). *Tesis: Autopercepción a la adaptación académica y la salud mental de los estudiantes universitarios durante la pandemia del covid-19: Revisión Sistemática Cualitativa*. Lima: Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas.
- Manzanero, S. (2022). *Tesis: Impacto de las redes sociales en la salud mental de los adolescentes y como ello afecta a diferentes variables psicológicas*. España: Universidad de Europa.
- Menchaca, C. (2023). *Tesis: Fortalecimiento de la salud mental en las instituciones educativas públicas y privadas de nivel medio superior y superior: Un enfoque integral para la prevención del suicidio en las juventudes*. Monterrey: Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Monterrey.
- Morales, L. (2023). *Tesis: Uso de redes sociales en internet y salud mental de estudiantes de la facultad de ciencias de la salud de una Universidad en Montería (Córdoba, Colombia) 2022*. Córdoba. Colombia: Universidad de Córdoba.
- Pérez, M. (2009). *La comunicación y la interacción en contextos virtuales de aprendizaje*. Guadalajara: Universidad de Guadalajara.

Pizarro, B. (2022). *Tesis: La educación virtual y ansiedad en tiempos de COVID-19 en estudiantes de secundaria, Ica-Perú*. Lima. Perú: Universidad César Vallejo.

Saldaña, R. (2022). *Tesis: Salud mental y retorno a clases en estudiantes del VI ciclo de una institución educativa de Carabayllo Pospandemia - 2022*. Lima: UCV.

Viera, I., & Zapata, G. (2018). *Tesis: El Síndrome de Burnout en el desempeño laboral de los docentes de la Universidad Pública Ecuatoriana*. Sangolquí. Ecuador: ESPE -Universidad de las Fuerzas Armadas.

5.2. Fuentes Bibliográficas

Muchinsky, M. (2002). *Psicología aplicada al trabajo*. México: Editorial Thompson Learning.

5.3. Fuentes Electrónicas

Admin. (13 de Julio de 2018). LOS CUATRO DIMENSIONES DE TU SALUD Y CÓMO GESTIONARLAS PARA TU RECUPERACIÓN. Obtenido de LOS CUATRO DIMENSIONES DE TU SALUD Y CÓMO GESTIONARLAS PARA TU RECUPERACIÓN.: <https://www.analiticamuscular.com/2018/07/13/las-dimensiones-de-salud/>

Anónimo. (s.f.). Salud mental en la adolescencia y juventud.- Preguntas frecuentes. Obtenido de Salud mental en la adolescencia y juventud.- Preguntas frecuentes: <https://sanidad.castillalamancha.es/profesionales/salud-mental-pro/adolescencia-y-juventud-preguntas-frecuentes>

Geralt. (s.f.). Plataformas de comunicación y colaboración para el alumnado. Obtenido de Plataformas de comunicación y colaboración para el alumnado: https://www.educa.jcyl.es/educacyl/cm/gallery/CCD/Area_6/B1.6_Plataformas_comunicacion/1_interaccin_en_linea.html

MedLine. (10 de Abril de 2024). Salud mental. Obtenido de Salud mental: <https://medlineplus.gov/spanish/mentalhealth.html>

Menchaca, C. (2023). Tesis: Fortalecimiento de la salud mental en las instituciones educativas públicas y privadas de nivel medio superior y superior: Un enfoque integral para la prevención del suicidio en las juventudes. Monterrey: Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Monterrey.

Mentinno. (21 de Enero de 2021). Obtenido de Mentinno: <https://blog.formaciongerencial.com/trabajoremototeletrabajo/>

PsiConecta. (9 de Octubre de 2023). ¿Qué entendemos por salud mental? Obtenido de ¿Qué entendemos por salud mental?: https://psiconecta.org/blog/que-entendemos-por-salud-mental?gad_source=1&gclid=CjwKCAjwoPOwBhAeEiwAJuXRh9vCtKhhSQCVor56G1ormUdNkng9h71o4K4GXh6Bt9HWLFNTyaSwTRoCIdAQAvD_BwE

Rouse, M. (15 de Marzo de 2024). ¿Qué significa “en línea” (u “online”)? Obtenido de ¿Qué significa “en línea” (u “online”)?: <https://www.techopedia.com/es/definicion/en-linea#:~:text=Más%20recientemente%2C%20el%20término%20en,establecido%20una%20conexión%20a%20Internet.>

U.Navarra. (s.f.). Salud. Obtenido de Salud: <https://www.cun.es/diccionario-medico/terminos/salud>

Viera, I., & Zapata, G. (2018). Tesis: El Síndrome de Burnout en el desempeño laboral de los docentes de la Universidad Pública Ecuatoriana. Sangolquí. Ecuador: ESPE -Universidad de las Fuerzas Armadas.

Wikipedia. (03 de 01 de 2020). Wikipedia. Obtenido de Wikipedia: <https://es.wikipedia.org>.

Wikipedia. (2024). Interacción. Obtenido de Interacción: https://es.wikipedia.org/wiki/La_interacción

ANEXOS

MATRIZ DE CONSISTENCIA
INTERACCIONES EN LINEA Y SALUD MENTAL EN ESTUDIANTES DE QUINTO AÑO DE LA I.E. PEDRO E. PAULET
MOSTAJO-HUACHO

Problemas	Objetivos	Hipótesis	VARIABLES E INDICADORES			
<p><u>Problema general</u> ¿Cómo se da la relación entre las interacciones en línea y la salud mental en estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo-Huacho?</p> <p><u>Problemas específicos</u> ¿Cómo se da la relación entre la dimensión académica de las interacciones en línea y la salud mental en estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo-Huacho?</p> <p>¿Cómo se da la relación entre la dimensión social de las interacciones en línea y la salud mental en estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo-Huacho?</p> <p>¿Cómo se da la relación entre la dimensión emocional de las interacciones en línea y la salud mental en estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo-Huacho?</p>	<p><u>Objetivo general</u> Determinar la relación entre las interacciones en línea y la salud mental en estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo-Huacho.</p> <p><u>Objetivos específicos</u> Determinar la relación entre la dimensión académica de las interacciones en línea y la salud mental en estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo-Huacho.</p> <p>Establecer la relación entre la dimensión social de las interacciones en línea y la salud mental en estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo-Huacho.</p> <p>Determinar la relación entre la dimensión emocional de las interacciones en línea y la salud mental en estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo-Huacho.</p>	<p><u>Hipótesis general</u> Las interacciones en línea se relacionan con la salud mental en estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo-Huacho.</p> <p><u>Hipótesis específicas</u> La dimensión académica de las interacciones en línea se relacionan con la salud mental en estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo-Huacho.</p> <p>La dimensión social de las interacciones en línea se relacionan con la salud mental en estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo-Huacho.</p> <p>La dimensión emocional de las interacciones en línea se relacionan con la salud mental en estudiantes de quinto año de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo-Huacho.</p>	VARIABLE INDEPENDIENTE (X): Interacciones en línea			
			Dimensiones	Indicadores	Ítem	Índices
			Dimensión académica	<ul style="list-style-type: none"> • Trabajo colaborativo • Foros en línea 	5	S: Siempre CS: Casi siempre AV: A veces N: Nunca
			Dimensión social	<ul style="list-style-type: none"> • Uso de redes sociales • Relaciones interpersonales 	5	
			Dimensión emocional	<ul style="list-style-type: none"> • Expresas tus emociones • Apoyo de compañeros 	5	
			Total		15	
			VARIABLE DEPENDIENTE (Y): Salud mental			
			Dimensiones	Indicadores	Ítem	Índices
			Salud social	<ul style="list-style-type: none"> • Comodidad en actividades sociales • Confianza en los amigos 	5	S: Siempre CS: Casi siempre AV: A veces N: Nunca
			Salud académica	<ul style="list-style-type: none"> • Responsabilidad académica • Seguridad en la capacidad 	5	
Resiliencia	<ul style="list-style-type: none"> • Manejo de desafíos y contratiempos • Adaptación a los cambios 	5				
Total		15				

MATRIZ DE DATOS

N	Interacciones en línea																	ST1	V1	Salud mental															ST2	V2	
	Dimensión académica					Dimensión social					Dimensión emocional									Salud social					Salud académica					Resiliencia							
	1	2	3	4	5	S1	6	7	8	9	10	S2	11	12	13	14	15			S2	1	2	3	4	S1	5	6	7	8	S2	9	10	11	12			S3
1	3	4	3	3	4	17	2	3	4	4	4	17	2	3	4	4	4	17	51	Alto	4	4	4	2	14	2	4	4	4	14	4	4	4	2	14	42	Alto
2	1	1	1	1	1	5	2	1	1	1	1	6	2	1	1	1	1	6	17	Bajo	1	1	1	1	4	2	1	1	1	5	2	1	1	1	5	14	Bajo
3	3	3	3	3	3	15	3	3	3	3	3	15	3	3	3	3	3	15	45	Alto	3	3	3	3	12	3	3	3	3	12	3	3	3	3	12	36	Medio
4	3	4	3	3	4	17	2	3	4	4	4	17	2	3	4	4	4	17	51	Alto	3	2	3	2	10	2	3	3	2	10	2	3	3	3	11	31	Medio
5	3	3	3	3	2	14	2	3	3	3	3	14	2	3	3	3	3	14	42	Medio	3	1	3	2	9	1	3	3	3	10	2	3	3	3	11	30	Medio
6	3	4	3	3	4	17	2	3	4	4	4	17	2	3	4	4	4	17	51	Alto	4	4	4	2	14	2	4	4	4	14	4	4	4	2	14	42	Alto
7	3	3	3	3	3	15	2	3	3	3	3	14	2	3	3	3	3	14	43	Medio	3	2	2	2	9	2	3	3	3	11	2	3	3	3	11	31	Medio
8	3	3	3	3	2	14	2	3	3	3	3	14	2	3	3	3	3	14	42	Medio	3	1	3	2	9	1	3	3	3	10	2	3	3	3	11	30	Medio
9	3	3	3	3	3	15	2	3	3	3	3	14	2	3	3	3	3	14	43	Medio	3	2	2	2	9	2	3	3	3	11	2	3	3	3	11	31	Medio
10	3	3	3	3	2	14	2	3	3	3	3	14	2	3	3	3	3	14	42	Medio	3	1	3	2	9	1	2	1	3	7	2	1	3	3	9	25	Bajo
11	3	3	3	3	3	15	2	3	3	3	3	14	2	3	3	3	3	14	43	Medio	3	2	2	2	9	2	3	3	3	11	2	3	3	3	11	31	Medio
12	3	4	3	3	4	17	2	3	4	4	4	17	2	3	4	4	4	17	51	Alto	3	2	3	2	10	2	3	3	2	10	2	3	3	3	11	31	Medio
13	3	3	3	3	2	14	2	3	3	3	3	14	2	3	3	3	3	14	42	Medio	3	1	3	2	9	1	3	3	3	10	2	3	3	3	11	30	Medio
14	3	3	3	3	4	16	2	3	3	3	3	14	2	3	3	3	3	14	44	Medio	3	3	3	2	11	2	3	3	3	10	2	3	3	3	11	32	Medio
15	3	3	3	3	2	14	2	3	3	3	3	14	2	3	3	3	3	14	42	Medio	3	1	3	2	9	1	2	1	3	7	2	1	3	3	9	25	Bajo
16	3	3	3	3	2	14	2	3	3	3	3	14	2	3	3	3	3	14	42	Medio	3	3	3	2	11	2	2	3	3	10	2	3	3	3	11	32	Medio
17	3	3	3	3	2	14	2	3	3	3	3	14	2	3	3	3	3	14	42	Medio	3	1	3	2	9	1	3	3	3	10	2	3	3	3	11	30	Medio
18	3	4	3	3	4	17	2	3	4	4	4	17	2	3	4	4	4	17	51	Alto	4	4	4	2	14	2	4	4	4	14	4	4	4	2	14	42	Alto
19	3	3	3	3	2	14	2	3	3	3	3	14	2	3	3	3	3	14	42	Medio	3	1	3	2	9	1	2	1	3	7	2	1	3	3	9	25	Bajo
20	3	3	3	3	2	14	2	3	3	3	3	14	2	3	3	3	3	14	42	Medio	3	3	3	2	11	2	2	3	3	10	2	3	3	3	11	32	Medio
21	3	3	3	3	2	14	2	3	3	3	3	14	2	3	3	3	3	14	42	Medio	3	1	3	2	9	1	3	3	3	10	2	3	3	3	11	30	Medio
22	3	3	3	3	2	14	2	3	3	3	3	14	2	3	3	3	3	14	42	Medio	3	1	3	2	9	1	2	1	3	7	2	1	3	3	9	25	Bajo
23	3	3	3	3	2	14	2	3	3	3	3	14	2	3	3	3	3	14	42	Medio	3	1	3	2	9	1	3	3	3	10	2	3	3	3	11	30	Medio
24	3	3	3	3	4	16	2	3	3	3	3	14	2	3	3	3	3	14	44	Medio	3	3	3	2	11	2	2	3	3	10	2	3	3	3	11	32	Medio
25	3	3	3	3	3	15	2	3	3	3	3	14	2	3	3	3	3	14	43	Medio	3	2	2	2	9	2	3	3	3	11	2	3	3	3	11	31	Medio
26	3	3	3	3	3	15	2	3	3	3	3	14	2	3	3	3	3	14	43	Medio	3	2	2	2	9	2	3	3	3	11	2	3	3	3	11	31	Medio
27	1	2	2	2	2	9	2	2	4	4	4	16	2	2	4	4	4	16	41	Medio	1	2	2	2	7	2	2	2	2	8	2	2	2	2	8	23	Bajo
28	3	3	3	3	3	15	2	3	3	3	3	14	2	3	3	3	3	14	43	Medio	3	3	3	3	12	2	3	3	3	11	2	3	3	3	11	34	Medio
29	3	3	3	3	2	14	2	3	3	3	3	14	2	3	3	3	3	14	42	Medio	3	3	3	2	11	2	2	3	3	10	2	3	3	3	11	32	Medio
30	3	3	3	3	2	14	2	3	3	3	3	14	2	3	3	3	3	14	42	Medio	3	1	3	2	9	1	3	3	3	10	2	3	3	3	11	30	Medio
31	3	3	3	3	2	14	2	3	3	3	3	14	2	3	3	3	3	14	42	Medio	3	1	3	2	9	1	3	3	3	10	2	3	3	3	11	30	Medio
32	3	4	3	3	4	17	2	3	4	4	4	17	2	3	4	4	4	17	51	Alto	4	4	4	2	14	2	4	4	4	14	4	4	4	2	14	42	Alto
33	3	3	3	3	3	15	2	3	3	3	3	14	2	3	3	3	3	14	43	Medio	3	2	2	2	9	2	3	3	3	11	2	3	3	3	11	31	Medio
34	3	3	3	3	2	14	2	3	3	3	3	14	2	3	3	3	3	14	42	Medio	3	1	3	2	9	1	3	3	3	10	2	3	3	3	11	30	Medio
35	3	3	3	3	2	14	2	3	3	3	3	14	2	3	3	3	3	14	42	Medio	3	1	3	2	9	1	3	3	3	10	2	3	3	3	11	30	Medio
36	3	3	3	3	2	14	2	3	3	3	3	14	2	3	3	3	3	14	42	Medio	3	1	3	2	9	1	2	1	3	7	2	1	3	3	9	25	Bajo
37	3	3	3	3	3	15	2	3	3	3	3	14	2	3	3	3	3	14	43	Medio	3	2	2	2	9	2	3	3	3	11	2	3	3	3	11	31	Medio
38	3	4	3	3	4	17	2	3	4	4	4	17	2	3	4	4	4	17	51	Alto	3	2	3	2	10	2	3	3	2	10	2	3	3	3	11	31	Medio

227	3	3	3	3	3	15	2	3	3	3	3	14	2	3	3	3	3	14	43	Medio	3	3	3	3	12	2	3	3	3	11	2	3	3	3	11	34	Medio
228	3	4	3	3	4	17	2	3	4	4	4	17	2	3	4	4	4	17	51	Alto	4	4	4	2	14	2	4	4	4	14	4	4	4	2	14	42	Alto
229	3	3	3	3	2	14	2	3	3	3	3	14	2	3	3	3	3	14	42	Medio	3	1	3	2	9	1	3	3	3	10	2	3	3	3	11	30	Medio
230	3	3	3	3	2	14	2	3	3	3	3	14	2	3	3	3	3	14	42	Medio	3	1	3	2	9	1	3	3	3	10	2	3	3	3	11	30	Medio
231	3	3	3	3	2	14	2	3	3	3	3	14	2	1	1	1	3	8	36	Medio	3	1	3	2	9	1	3	3	3	10	2	3	3	3	11	30	Medio
232	3	3	3	3	2	14	2	3	3	3	3	14	2	3	3	3	3	14	42	Medio	3	1	3	2	9	1	3	3	3	10	2	3	3	3	11	30	Medio
233	3	4	3	3	4	17	2	3	4	4	4	17	2	3	4	4	4	17	51	Alto	3	2	3	2	10	2	2	2	2	8	2	2	2	2	8	26	Bajo
234	3	3	3	3	2	14	2	3	3	3	3	14	2	3	3	3	3	14	42	Medio	3	3	3	2	11	2	2	3	3	10	2	3	3	3	11	32	Medio
235	3	3	3	3	3	15	2	3	3	3	3	14	2	3	3	3	3	14	43	Medio	3	3	3	3	12	2	3	3	3	11	2	3	3	3	11	34	Medio
236	3	2	2	2	2	11	2	2	2	2	2	10	2	2	2	2	2	10	31	Medio	3	2	2	2	9	2	2	2	2	8	2	2	2	2	8	25	Bajo
237	3	3	3	3	2	14	2	3	3	3	3	14	2	3	3	3	3	14	42	Medio	3	3	3	2	11	2	2	3	3	10	2	3	3	3	11	32	Medio



**UNIVERSIDAD NACIONAL
JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN
FACULTAD DE EDUCACION**

INSTRUMENTO 01

VARIABLE INTERACCIONES EN LINEA

Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
4	3	2	1

Dimensión académica		4	3	2	1
1.	Utilizan los estudiantes las plataformas en línea para colaborar en proyectos académicos				
2.	Las discusiones académicas tienen lugar en los foros en línea				
3.	Las interacciones en línea facilitan el intercambio de recursos y conocimientos entre los estudiantes				
4.	Se pueden utilizar las redes sociales en línea para apoyar el aprendizaje y la colaboración académica				
5.	Pueden los estudiantes utilizar herramientas de colaboración en línea, como documentos compartidos y pizarras virtuales				
Dimensión social		4	3	2	1
6.	Utilizan los estudiantes las redes sociales en línea para mantener y desarrollar relaciones con sus compañeros de clase y amigos				
7.	Afectan las interacciones en línea la comunicación y las relaciones interpersonales entre los estudiantes				
8.	Las interacciones en línea afectan la participación de los estudiantes en actividades extracurriculares y eventos sociales.				
9.	Pueden las interacciones en línea promover la diversidad, la inclusión y la equidad entre los estudiantes				
10.	Las interacciones en línea fortalecen la conexión entre estudiantes de diferentes culturas y antecedentes				
Dimensión emocional		4	3	2	1
11.	Te sientes cómodo expresando tus emociones durante tus interacciones en línea				
12.	Te sientes apoyado por tus compañeros de clase durante tus interacciones en línea				
13.	Experimentas emociones negativas(ansiedad, frustración o tristeza) como resultado de tus interacciones en línea				
14.	Te sientes satisfecho con la calidad de las interacciones emocionales que tienes en línea con tus compañeros de clase o amigos				
15.	Creas que tus compañeros de clase o amigos comprenden tus emociones durante las interacciones en línea				



**UNIVERSIDAD NACIONAL
JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN
FACULTAD DE EDUCACION**

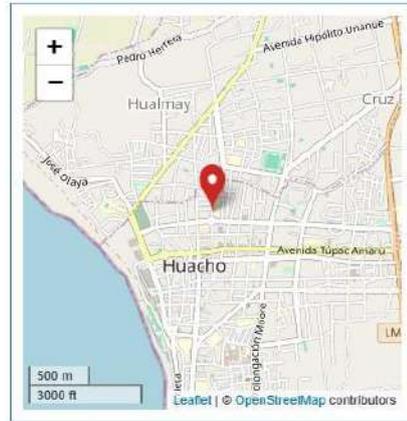
**INSTRUMENTO 02
VARIABLE SALUD MENTAL**

Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
4	3	2	1

Salud social		4	3	2	1
16.	Te sientes cómodo participando en actividades sociales y extracurriculares en tu entorno educativo				
17.	Pasas buen tiempo pasas interactuando con tus compañeros de clase fuera del horario escolar/universitario				
18.	Sientes que tienes un grupo de amigos en quien confiar y compartir tus preocupaciones				
19.	Te sientes incluido en actividades sociales y eventos en tu entorno educativo				
20.	Te sientes parte de una comunidad dentro de tu institución educativa				
Salud academica		4	3	2	1
21.	Organizas y manejas el tiempo para cumplir con tus responsabilidades académicas				
22.	Te sientes abrumado por la cantidad de trabajo académico que tienes?				
23.	Te sientes seguro en tu capacidad para comprender y aplicar los conceptos enseñados en clase				
24.	Recibes apoyo de tus profesores para superar dificultades académicas				
25.	Utilizas recursos adicionales, como tutorías o servicios de apoyo académico, para mejorar tu rendimiento				
Resiliencia		4	3	2	1
26.	Manejas los desafíos y contratiempos académicos que enfrentas durante tus estudios.				
27.	Buscas soluciones alternativas cuando te encuentras con obstáculos en tu camino				
28.	Te adaptas a los cambios repentinos en tus circunstancias académicas o personales				
29.	Mantienes una actitud positiva y constructiva frente a los desafíos que enfrentas en tus estudios?				
30.	Crees que la resiliencia ha contribuido a tu éxito académico y desarrollo personal hasta ahora				

FICHA DE DATOS

PEDRO E. PAULET			
Código modular	0600882	Dirección	Jiron La Merced 400-450
Anexo	0	Localidad	
Código de local	359013	Centro Poblado	HUACHO
Nivel/Modalidad	Secundaria	Área geográfica	Urbana
Forma	Escolarizado	Distrito	Huacho
Género	Mixto	Provincia	Huaura
Tipo de Gestión	Pública de gestión directa	Departamento	Lima
Dependencia	Sector Educación	Código de DRE o UGEL que supervisa el S. E.	150202
Director(a)	Adauto Liberato Charles Yuri	Nombre de la DRE o UGEL que supervisa el S.E.	UGEL 09 Huaura
Teléfono	2380326	Característica (Censo Educativo 2023)	No Aplica
Correo electrónico		Latitud	-11.10457
Página web		Longitud	-77.60901
Turno	Continuo sólo en la tarde		
Tipo de programa	No aplica		
Estado	Activo		



Fuentes de información
 Padrón de Servicios Educativos, Censo Educativo 2023, Carta Educativa del Ministerio de Educación, Unidad de Estadística y cartografía de OpenStreetMap.

Activar Wi
 Ve a Configurac

ESTADÍSTICA

Las celdas en blanco indican que el servicio educativo no reportó datos o no funcionó el año respectivo.

Matrícula por grado y sexo, 2023

Nivel	Total		1° Grado		2° Grado		3° Grado		4° Grado		5° Grado	
	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
Secundaria	734	526	151	105	136	106	130	121	170	104	147	90

Matrícula por periodo según grado, 2004-2023

	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023
Total	1765	1747	1847	1711	1674	1657	1702	1570			1324	1284	1271	1316	1294		1324	1221	1244	1260
1° Grado	415	393	448	357	300	400	374	300			244	239	283	284	299		313	249	225	256
2° Grado	338	425	407	404	337	350	384	342			265	259	265	298	270		255	309	238	242
3° Grado	325	306	403	342	375	327	339	329			255	253	221	271	279		270	228	277	251
4° Grado	366	300	305	345	352	312	297	318			290	266	247	226	237		235	234	242	274
5° Grado	321	323	284	263	310	268	308	281			270	267	255	237	209		251	201	262	237