

UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES

Facultad de Ciencias de la Salud

Escuela Profesional de Psicología



TESIS

Título : ADICCIÓN A REDES SOCIALES
Y NIVEL DE ANSIEDAD EN LOS
ESTUDIANTES DE SECUNDARIA
EN UNA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA DE LIMA, 2021

Para Optar : El Título Profesional de Psicólogo

Autor : Bachiller Cesar Glicerio Cuba Huaytalla

Asesor : Mg. Pedro Miguel Solano Ayala

Línea de Investigación Institucional: Salud y Gestión de la Salud

Fecha de Inicio y Culminación: diciembre 2020 – diciembre del 2021

Huancayo – Perú

2022

DEDICATORIA

A Dios por ser mi Padre Celestial, mi pastor, mi alfarero, el forjador de mi camino y el que guía mi destino.

El SEÑOR te pastoreará para siempre, y en tiempos de sequía regará tu alma y fortalecerá tus huesos; serás como huerta regada, como manantial inagotable.

Isaías 58:11

El autor

AGRADECIMIENTO

A Dios quien es mi guía eterno, a la memoria de mis padres, a mi esposa por su apoyo incondicional, a mis hijos, a mis hermanos, a todos quienes me animaron y apoyaron para alcanzar uno de mis sueños anhelados.

Por qué Dios no me ha dado un espíritu de temor sino de amor, dominio propio y poder en el señor para todas las cosas.

Cesar

INTRODUCCIÓN

Las redes sociales en la actualidad forman parte de las relaciones interpersonales, denotando cambios en la conducta y en la forma de comunicarse sea oral y/o escrita en los niños y adolescentes por el uso excesivo de las redes sociales, afectándolos negativamente tanto en el núcleo familiar, académico y personal, desarrollando comportamiento adictivo y aislamiento social según reporte del Ministerio de Salud (MINSa, 2019).

Muchos trabajos de investigación refieren a los adolescentes como un grupo mayor que utiliza las diferentes redes de internet, los cuales tienen mayores probabilidades de desarrollar altos niveles de ansiedad o depresión, (Riehm, 2016).

Por todo ello la investigación se centró con el objetivo de determinar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y los niveles de ansiedad en los estudiantes de nivel secundario de un centro educativo privado de la provincia de Lima.

Para lo cual se trabajó bajo un método científico, tipo básico, de diseño transversal correlacional no experimental y de nivel correlacional. Considerando una muestra de 120 estudiantes entre hombres y mujeres, de 12 a 17 años, seleccionado con la técnica de muestra tipo censal. Se usó el cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS) para la variable de adicción a las redes sociales y para la variable del nivel de ansiedad se utilizó la escala de auto-evaluación de ansiedad (EAA).

El presente trabajo de investigación está dividido en cinco capítulos:

Capítulo I, comprende el planteamiento, descripción y realidad del problema, la delimitación de los resultados del problema, la formulación del problema, la justificación metodológica, social y teórica y los objetivos).

En el Capítulo II, se desarrolla el marco teórico (antecedentes nacionales e internacionales, bases teóricas o científicas y marco conceptual).

El Capítulo III, se presenta las hipótesis generales y específicas e identificación de las variables.

Capítulo IV, aquí veremos el aspecto metodológico (método de investigación, tipo, nivel, diseño, población, muestra y tipo de muestreo; técnicas e instrumentos de recolección, procesamiento y análisis de datos; y los aspectos éticos de la investigación).

El Capítulo V, se considera resultado, contrastación de hipótesis, discusión de los resultados; finalizando con las conclusiones, recomendaciones y referencias bibliográficas con sus anexos respectivos materia del presente trabajo de investigación.

CONTENIDO

CARATULA.....	i
DEDICATORIA.....	ii
AGRADECIMIENTO.....	iii
INTRODUCCIÓN.....	iv
CONTENIDO.....	vi
CONTENIDO DE TABLA.....	ix
RESUMEN.....	x
ABSTRACT.....	xi
CAPITULO I PLANTEAMIENTO DE PROBLEMA	12
1.1 Descripción de la realidad problemática.....	12
1.2 Delimitación del problema.....	16
1.3 Formulación del Problema.....	17
1.3.1 Problema General.....	17
1.3.2 Problemas Específicos.....	17
1.4 Justificación.....	17
1.4.1 Teórica científica.....	17
1.4.2 Social.....	18
1.4.3 Metodológica.....	18
1.5 Objetivos.....	19
1.5.1 Objetivo General.....	19
1.5.2. Objetivos Específicos.....	19
CAPITULO II MARCO TEORICO.....	20
2.1 Antecedentes.....	20
2.1.1 Antecedentes nacionales	20
2.1.2 Antecedentes internacionales	23
2.2. Bases teóricas o científicas.....	27
2.2.1 Adicciones a las redes sociales	28

2.2.2 Modelo teórico explicativo de las adicciones a redes sociales.....	28
2.2.3 Ansiedad	35
2.3 Marco conceptual	43
CAPITULO III HIPOTESIS Y VARIABLES.....	47
3.1. Formulación de hipótesis	47
3.2. Identificación de variables	48
CAPITULO IV METODOLOGIA.....	50
4.1. Método de investigación	50
4.2. Tipo de investigación.....	50
4.3. Nivel de investigación	50
4.4. Diseño de investigación.....	51
4.5. Población.....	51
4.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	54
4.7. Técnicas de procesamiento y análisis de Datos	58
4.8. Aspectos eticos de la investigacon.....	¡Error! Marcador no definido.59
CAPITULO V RESULTADOS.....	61
5.1. Descripción de resultados	61
5.2. Contratación de hipótesis	65
DISCUSIÓN.....	71
CONCLUSIONES	76
RECOMENDACIONES.....	77
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	78
ANEXO	90
Anexo: N°01: Matriz de Consistencia.....	91
Anexo: N°02: Matriz de Operacionalización de Variables	93

Anexo: N°03: Matriz de Operacionalización del Instrumento.....	94
Anexo N°04: Propuesta de Instrumentos de recolección de datos.	95
Anexo N°05: Confiabilidad de los instrumentos	102
Anexo N°06: Base de datos	103
Anexo N°07: Solicitud de permiso y carta de autorización	107
Anexo N°08: Criterio de Jueces	109
Anexo N°09: Consentimientos informados y asentimientos informados	135
Anexo N°10: Fotos de la aplicación del instrumento	141
Anexo N°11: Declaración de confidencialidad	143

CONTENIDO DE TABLA

Tabla 1 Distribución de la población.....	52
Tabla 2 Resultado de la adicción a redes sociales y el nivel de ansiedad.....	61
Tabla 3 Resultado del factor obsesión a las redes sociales y el nivel de ansiedad.....	62
Tabla 4 Resultado del factor falta de control personal a las redes sociales y el nivel de ansiedad.....	63
Tabla 5 Resultado del factor uso excesivo de las redes sociales y el nivel de ansiedad.	64
Tabla 6 Niveles de correlacion.....	66
Tabla 7 Relacion entre adiccion a redes sociales y el nivel de ansiedad.....	67
Tabla 8 Relación entre el factor obsesion por las redes sociales y el nivel de ansiedad.	68
Tabla 9 Relación entre el factor falta de control personal en el uso de las redes sociales y el nivel de ansiedad.....	69
Tabla 10 Relación entre el factor uso excesivo de las redes sociales y el nivel de ansiedad.....	70
Tabla 11 Confiabilidad de los instrumentos utilizados.....	102

RESUMEN

El presente trabajo de estudio tuvo como problema de investigación establecer qué relación existe entre la adicción a redes sociales y nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria en una institución educativa de Lima, 2021, para ello se planteó como objetivo determinar la relación que existe entre la adicción a redes sociales y el nivel de ansiedad. El tipo de estudio fue básica, correlacional, diseño transversal y no experimental, la muestra estuvo conformada por 120 estudiantes de nivel secundario de 12 a 17 años de edad, del cual se empleó los siguientes instrumentos de medición el cuestionario de adicciones a redes sociales de Salas-Escurrea y la escala de autoevaluación de ansiedad de Zung, se llegó a la conclusión que existe relación directa y moderada entre la adicción a redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima, 2021., dando como resultado que el 69,17% están en el nivel medio de adicción y el 63,33% en el nivel normal de ansiedad, donde $r_s = 0,494$ se ubica en una relación directa y moderada, además, siendo $p = 0,000 < 0,05$ la que corrobora la relación.

Palabras clave: adicción, redes sociales, obsesión, control personal, ansiedad

ABSTRACT

The present study work had as a research problem to establish what relationship exists between addiction to social networks and level of anxiety in high school students in an educational institution in Lima, 2021, for this purpose the objective was to determine the relationship that exists between addiction to social networks and the level of anxiety. The type of study was basic, correlational, cross-sectional and non-experimental design, the sample consisted of 120 secondary school students from 12 to 17 years of age, of which the following measurement instruments were used: the questionnaire of addictions to social networks of Salas-Escurrea and Zung's anxiety self-assessment scale, it was concluded that there is a direct and moderate relationship between addiction to social networks and the level of anxiety in high school students of an educational institution in Lima, 2021., resulting in 69.17% being at the average level of addiction and 63.33% at the normal level of anxiety, where $r_s = 0.494$ is located in a direct and moderate relationship, in addition, being $p = 0.000 < 0.05$ which corroborates the relationship.

Key words: addiction, social networks, obsession, personal control, anxiety

CAPITULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Descripción de la realidad problemática

Si bien la mayoría de adolescentes conservan buena salud mental, los cambios sociales, culturales y emocionales los hacen vulnerables al uso de nuevas tecnologías, siendo las redes sociales de mayor influencia en estos dos últimos años a causa de la pandemia mundial de Covid 19, que ha cambiado igualmente la vida a las personas, en especial a los alumnos que ahora también tienen que pasar sentados horas diarias conectados a las clases virtuales que no han estado acostumbrados o familiarizados a este nuevo medio de enseñanza generando en ellos diferentes tipos de conductas, los cuales pueden desencadenar en altos niveles de ansiedad y adicción. El cual se demuestra en un estudio realizado a estudiantes de secundaria que oscilan entre los 14 a 16 años de edad, en un centro educativo estatal de Lima que existe un alto riesgo a presentar adicción a las redes sociales si los alumnos manifiestan aislamiento, inseguridad y falta de control sobre sus conductas. (Huaytalla et al.,2016).

El periódico El Comercio (2021), publicó el estudio por Hootsuite y We Are Social, que en el Perú se ha incrementado los internautas en un 13,4%, unos 2.4 millones de personas llegando a enero del 2021 a 19.90 millones de cibernautas conectados a internet

más que el año 2020., de un total de 33,17 millones de habitantes que equivale a un 60% de la población. De igual manera los consumidores a las redes sociales han tenido un incremento de 3 millones de cibernautas más que el año pasado 2020, existiendo ahora 27 millones de cibernautas, representando un 81.4% de los habitantes del Perú.

Según Odriozola (2020), refiere que estos últimos años hemos tenido que aprender a adaptarnos y relacionarnos por medio de las redes sociales como el Instagram, teletrabajo, educación online, consultas médicas por zoom, meet, WhatsApp, lo cual está incrementando el número de adictos a las redes; los especialistas concuerdan que desde que apareció la pandemia Covid 19, la vida de las personas se ha virtualizado.

Según la OMS, refiere que el uso de las redes sociales ha aumentado a nivel mundial y esto está afectando en mayor grado a mujeres, jóvenes y adolescentes aumentando en más de 2,000 millones de cibernautas en la tierra; continentes como Europa y América del Norte ha tenido un considerable aumento reflejándose por ejemplo en el país de España donde los adolescentes y jóvenes pasan mayor tiempo en las redes sociales y esto está ocasionando al parecer un problema de salud pública como está empezando a considerar la Organización Mundial de la Salud, del cual hay estudios científicos que el riesgo de sufrir ansiedad y depresión se asocia a las personas que usan mayor cantidad de redes sociales que a las que usan dos, una o nada como se ha demostrado en estudios científicos de investigación en el hospital clínico San Carlos de Madrid (Díaz, 2019).

En la revista *Social media and Young people's mental Health*, Cramer y Inkster (2017), señalan que el 91 % de los jóvenes entre 16 a 24 años usan Internet para ingresar a las redes sociales, causando mayor adicción que a los cigarrillos y el alcohol, acompañado de un aumento considerable en el porcentaje a la depresión y ansiedad, con problemas de autoimagen y trastornos del sueño. Asimismo, el ciberbullying o acoso cibernético es un problema que va en ascenso 7 de cada 10 jóvenes afirman haberlo

experimentado. Aunque el uso constante se debe al temor a ser ignorado, teniendo mayor necesidad de asociarse con las actividades de otros.

Por otro lado, en la revista digital “data”, Adco (2020), indica que, durante el confinamiento, las redes sociales más utilizadas por la concurrencia peruana fueron: Facebook (73%), WhatsApp (69%) y YouTube (41%) según (Ipsos, 2020). Del mismo modo Comscore digital analytix señala que la mayor participación en redes sociales este 2020 corresponde a la audiencia femenina el cual se ha incrementado entre los meses de mayo a Julio (Marchant, 2020).

Asimismo, estudios realizados por la Organización sin fines de lucro Common Sense Media muestran que “los adolescentes (de 13 a 17 años) pueden pasar aproximadamente hasta nueve horas en línea cada día, este uso excesivo aumenta el riesgo de desarrollar un Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH)” (Robb,2016).

El estudio refiere que, debido a cambios neurobiológicos y hormonales en el cerebro, los adolescentes mantienen el deseo de interactuar e integrarse en un grupo y ser apreciados y admirados a través de las redes sociales. Este deseo en relacionarse, ha llevado a que un 44 % de ellos revisen sus teléfonos móviles apenas despiertan. Sin embargo, las estadísticas señalan que el 42% de adolescentes que no mantienen contacto con el celular les genera sentimientos de ansiedad. Estos datos ponen en alerta a los docentes, temiendo que los estudiantes desarrollen una "nomofobia". (Delgado, 2019).

Castro et al. (2020), en su estudio de ansiedad social y la adicción a redes sociales en adolescentes de 13 a 18 años, concluyeron no haber encontrado niveles importantes de ansiedad social y adicción a redes sociales así también no presentarse diferencias entre grupos, por otro lado Torrente et al.(2014), y Huanca(2016), examinaron y determinaron la relación que pudiera existir entre ansiedad social y adicción a redes sociales en

adolescentes, confirmando que si existe una relación entre las variables, del cual se consideró los síntomas y el tiempo que pasan en las redes sociales.

En estos últimos tiempos, la tecnología se ha virtualizado como podemos apreciar y por ende los adolescentes de este país no escapan de la misma, haciendo uso de las redes sociales por medio de sus celulares, Tablet o equipos de cómputo, permaneciendo ahora mayor tiempo en sus hogares por causa de la pandemia de Covid 19, que ha llevado a que el estado peruano tome ciertas medidas de seguridad, como es el cierre de las clases presenciales en los colegios, medida que rige desde el mes de marzo del 2019, ocasionando esto que las clases escolares sean virtuales y pasen de 6 a 8 horas diarias conectados a las mismas, método de enseñanza que ha afectado a los alumnos, maestros y padres de familia que ahora tienen que lidiar con este nuevo sistema, sumado a esto que los adolescentes pasan horas conectados a las redes sociales, el cual ha traído preocupación a los padres de familia y en especial a los adolescentes que no saben medir su tiempo en las redes sociales.

Del cual no es ajeno un colegio particular del distrito de San Miguel, en el cual se ha identificado por referencia de los maestros y padres de familia que los alumnos de secundaria están presentando conductas inadecuadas en las clases virtuales como en su hogar, siendo estas algunas como la falta de tolerancia, irritabilidad, aislamiento, movimientos repetitivos e involuntarios, impulsividad, cansancio, falta de respeto a sus compañeros, maestros, estar conectados simultáneamente a sus clases y a las redes sociales creando problemas de atención y concentración.

Se tomó esta investigación de adicción a las redes sociales y los niveles de ansiedad en adolescentes por ser una población etaria vulnerable a estas nuevas tecnologías y por existir pocas investigaciones sobre la relación de estas variables.

Es por ello que el actual trabajo de investigación estuvo enfocado a determinar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria en un centro educativo de Lima-Perú.

El efecto de la presente investigación va a contribuir a los conocimientos de nivel nacional e internacional para realizar actividades de prevención sobre adicción a las redes sociales y manejo adecuado sobre la ansiedad.

1.2 Delimitación del problema

Delimitación conceptual

En el trabajo realizado, esta investigación buscó averiguar si existe relación entre adicción a redes sociales y los niveles de ansiedad del cual se hizo uso de la primera variable del cuestionario de adicción a redes sociales de los autores Escurra y Salas (2014), utilizando los factores: obsesión a las redes sociales, el uso excesivo a las redes sociales y falta de control personal sobre uso de las redes sociales; de igual manera, se utilizó la segunda variable que es la escala de auto-evaluación de ansiedad de Zung (1971), con los niveles: dentro de los límites normales, presencia de ansiedad mínima moderada, presencia de ansiedad marcada a severa y presencia de ansiedad en grado máximo.

Delimitación temporal

La presente investigación implicó doce meses de duración, iniciándose en el mes de diciembre 2020, y finalizó en el mes de diciembre del 2021, con la presentación del informe final de la tesis.

Delimitación espacial

Dicho trabajo de investigación se desarrolló en el Centro Educativo Particular San Marcelo, sito: distrito San Miguel, Lima-Perú.

Delimitación social

Asimismo, el trabajo de investigación se realizó a los estudiantes del 1ro. al 5to. de secundaria del Centro Educativo Particular San Marcelo.

1.3 Formulación del Problema

1.3.1 Problema General

¿Cuál es la relación que existe entre la adicción a redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima – 2021?

1.3.2 Problemas Específicos

- ¿Cuál es la relación que existe entre el factor obsesión por las redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima – 2021?
- ¿Cuál es la relación que existe entre el factor falta de control personal en el uso de las redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima – 2021?
- ¿Cuál es la relación que existe entre el factor uso excesivo de las redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima – 2021?

1.4 Justificación

1.4.1 Teórica científica

En el presente trabajo damos a conocer la relación que existe entre la adicción a redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de un centro educativo, El impacto es que estamos en etapa de confinamiento y las redes sociales se han intensificado en su uso en los

estudiantes, por lo que la institución tiene información valedera para generar planes de mejora, el cual es útil en el desarrollo de la prevención del uso excesivo de las redes sociales, como también en el manejo adecuado de la ansiedad, quedando como antecedente la información de la correlación existente entre las variables, siendo útil como referencia y asimismo como antecedentes para investigaciones futuras en la que puedan utilizar las mismas variables.

1.4.2 Social

La presente justificación social de esta investigación, busco conocer la importancia sobre las redes sociales y la ansiedad, permitiendo encontrar una adecuada información. Adoptando estrategias que permite el adecuado uso y manejo de diferentes redes sociales, como el control de la ansiedad para un mejor rendimiento académico en los estudiantes, proporcionar de igual forma a psicólogos, personal docente y padres de familia tener mecanismos de orientación, prevención y desarrollo de la salud mental con el propósito en afianzar las comunicaciones intrapersonales e interpersonales de los alumnos en la comunidad educativa.

1.4.3 Metodológica

En el actual trabajo de investigación se hizo uso de instrumentos de evaluación en la que se brindó la debida validez mediante el juicio de expertos y confiabilidad (prueba piloto), siendo estos: el Cuestionario de Adicciones a las Redes Sociales (ARS) y La Escala de Auto-evaluación de Ansiedad (EAA). Por lo que al realizar el trabajo correlacional permitió afirmar el nivel de relación entre ambas variables de estudio, instrumentos que pueden ser usados en investigaciones futuras con características similares.

1.5 Objetivos

1.5.1 Objetivo General

- Determinar la relación que existe entre la adicción a redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima – 2021.

1.5.2. Objetivos Específicos

- Determinar la relación que existe entre el factor obsesión a las redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima – 2021.
- Determinar la relación que existe entre el factor falta de control personal y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima – 2021.
- Determinar la relación que existe entre el factor uso excesivo de las redes sociales y el nivel de ansiedad de los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima – 2021.

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes

2.1.1 Antecedentes nacionales

Flores (2016), de la Universidad Femenina del Sagrado Corazón de Lima, presentó su investigación de título: “*Nivel de ansiedad y adicción a las redes sociales en estudiantes de modalidad regular de la carrera de psicología en una Universidad Particular de Lima Metropolitana 2015*”, siendo el motivo del trabajo de investigación determinar la relación entre el nivel de ansiedad y adicción a las redes sociales como también verificar si existe relación significativa entre el nivel de ansiedad y las tres dimensiones de adicción a las redes sociales; uso excesivo por las redes sociales, falta de control en el uso de las redes sociales y obsesión por las redes sociales, teniendo como método de estudio cuantitativo, un diseño no experimental descriptivo correlacional, con una muestra de 239 participantes, del cual se usó los siguientes instrumentos: El cuestionario de adicción a redes sociales(ARS) y La escala de autoevaluación de la ansiedad de Zung, teniendo los siguientes resultados que un 48.1

% manifiesta un nivel medio de adicción a redes sociales y el 59.4% no presenta ansiedad, concluyendo que si existe relación en sus dimensiones de adicción a redes sociales con el nivel de ansiedad.

Mohanna y Romero (2019), en la ciudad Lima-Perú, publicó el trabajo de investigación titulado: “*Adicción a las Redes Sociales y Ansiedad en estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana*”, el objetivo formulado fue: describir la relación entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad manifiesta en adolescentes de un centro educativo privado de Lima, el cual utilizo el diseño de tipo correlacional, transversal, no experimental, siendo la muestra no probabilística intencional, estuvo constituido por 227 estudiantes en los cuales el 42.3% fueron damas y 57.7% hombres. Para ello se utilizó el cuestionario de Adicción a las Redes Sociales de los autores Salas y Ecurra (2014) y la Escala de Ansiedad Infantil (CMAS-R) adaptada a la población peruana, Domínguez, Villegas y Padilla (2013). Para el análisis estadístico se utilizó la prueba paramétrica de Pearson y Sperman. Mediante los resultados se pudo comprobar que existe relación entre ambas variables; indicando que a mayor adicción a las redes sociales existe mayor ansiedad manifiesta. Concluyendo que el desconectarse de las redes sociales, genera en los adolescentes respuestas fisiológicas de ansiedad tales como inquietud, nerviosismo o temores.

Pacheco (2019), en la ciudad de Lima-Perú, presento el trabajo de investigación titulado: “*Adicción al internet, impulsividad y ansiedad en estudiantes del nivel secundario de dos instituciones educativas de Villa el Salvador*”, el objetivo formulado fue: Determinar si existe relación estadísticamente significativa entre adicción al internet, impulsividad y ansiedad. La investigación contó con un tipo correlacional, con diseño no experimental, la población estuvo conformada por 570 estudiantes de nivel secundario, donde las edades son de 13 a 18 años, siendo 248

damas y 216 hombres, así también se aplicó los instrumentos: Test de Adicción al Internet (TAI), Escala de Impulsividad de Barratt (BIS - 11) y el Inventario de ansiedad de Beck – BAI. Para el basado de datos se utilizó el programa Excel, para el análisis estadístico el programa IBM SPSS V 22. Los resultados indican que se halló en cuanto a la adicción al internet el 32.1% es muy bajo, el 13.8% es bajo, el 19.2% es moderado, el 20.6% es alto y el 14.4% es muy alto, en la impulsividad el 30.3% es muy bajo, el 15.0% es bajo, el 19.8% es moderado, el 20.2% alto y el 14.8% es muy alto y en la ansiedad el 34.7% es muy bajo, el 11.6% es bajo, 18.8% es moderado, el 21.0% es alto y el 14.0% es muy alto. Las conclusiones indican que las tres variables comparten una tendencia directa, siendo que a mayor nivel de impulsividad y ansiedad habrá un mayor nivel de adicción al internet.

Portal (2019), en la ciudad Lima-Perú, se publicó la investigación titulada: *“Adicción a redes sociales y nivel de ansiedad en estudiantes de 4to y 5to de Secundaria la Institución Educativa Pedro Ruiz Gallo 3074 Carabayllo, 2019”*, el objetivo formulado fue: determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y el nivel de ansiedad en los alumnos. El estudio corresponde al enfoque aplicativo cuantitativo del tipo correlacional descriptivo, transversal, muestra conformada por 100 alumnos de los grados 4to y 5to de nivel secundario, con edades entre 14 a 17 años, para el estudio se utilizó el instrumento de adicción a redes sociales (ARS) y el cuestionario de ansiedad estado-rasgo, para la medición de ambas variables se utilizó la estadística descriptiva, mediante el paquete estadístico IBM-SPSS versión 25. Los resultados obtenidos encontraron que el 60 % de estudiantes presenta adicción alta a las redes sociales, seguido de un 37 % de estudiantes con adicción media y el 3 % presenta adicción baja a redes sociales, asimismo el 9% de estudiantes presenta una ansiedad global marcada y el 91 % de los alumnos presenta ansiedad moderada, no

habiendo estudiantes con ansiedad mínima o ausente. La autora concluye dado que, $p = 0.257 > \alpha = 0.05$, se acepta la hipótesis nula, es decir que probablemente no existe evidencia para aceptar que estén relacionados la adicción a redes sociales y el nivel de ansiedad en alumnos.

Cahuana (2019), en el departamento de Arequipa-Perú, en su estudio de investigación público: *“Adicción a las Redes Sociales y Procrastinación Académica en Estudiantes del Nivel Secundario de una Institución Educativa de Arequipa, 2019”*, siendo el objetivo principal de la investigación determinar la relación entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes del nivel secundario de un centro educativo de Arequipa, el tipo fue descriptivo correlacional, de un diseño no experimental, teniendo una muestra de 113 participantes, los instrumentos que se aplicó fueron: inventario y medición a las redes sociales MEYVA, conteniendo 42 ítems, distribuidos en 6 dimensiones (tolerancia, conflicto, saliente, recaída, síndrome de abstinencia y cambios de humor); asimismo se empleó la escala de procrastinación en adolescentes que lo conforma 50 ítems, repartidos en 5 dimensiones (dependencia, evasión de la responsabilidad, falta de motivación, baja autoestima y desorganización), los resultados fundamentales refieren que las variables no poseen una repartición normal siendo los valores P menores del 0.05 por KS, existiendo correlación entre ambos ($\rho = 0,297 < 0.05$); el autor concluyó que hay relación directa y significativa entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación.

2.1.2 Antecedentes internacionales

Barrientos y Jean Pierre (2017), en la ciudad Antiguo Cuscatlán-El Salvador, publicó el trabajo de investigación titulado: *“Adicción y ansiedad asociada a uso de dispositivos electrónicos con internet en adolescentes”*, el objetivo formulado fue: Evaluar la prevalencia de adicción y ansiedad en estudiantes de colegios privados de

San Salvador y La Libertad asociado a uso de dispositivos. El tipo de estudio que se realizó fue prospectivo, transversal, pre-prueba – pos-prueba, se empleó como instrumentos de medición la encuesta tipo Likert para la recopilación de datos y el cuestionario de Nomofobia NMP--Q-2015 de Yildirim y Correa. La población tuvo 195 alumnos de nivel secundario (68 de noveno grado, 67 de décimo grado y 60 del décimo primer grado); el tipo de muestreo fue Probabilístico, específicamente el subtipo estratificado. Se utilizó el programa estadístico Graphpad Prism Versión 7.0 como herramienta de análisis, obteniendo los siguientes resultados: que 115 (93%) de 123 alumnos presentan ansiedad en el colegio laico mientras que y 59 (81%) de 72 alumnos del colegio cristiano presentaron dicho trastorno, mientras que un 25% de 195 alumnos presentaron adicción. En consecuencia, los autores llegaron a las siguientes conclusiones: que el 52% de los alumnos utiliza más tiempo del necesario sus dispositivos electrónicos, conllevando a desarrollar ansiedad y adicción, asimismo que la prevalencia de adicción y ansiedad a dispositivos electrónicos no tienen relación con la edad, pero si con el sexo de los alumnos; siendo estos trastornos más prevalentes en alumnos del sexo femenino.

Jacobs (2019), en su estudio de investigación titulado: *“Relación entre el uso de redes sociales y ansiedad en estudiantes universitarios”*, el objetivo formulado fue: Determinar la relación que existe entre el uso de redes sociales y los niveles de ansiedad que presentan los universitarios de cuarto año de la carrera de psicología clínica de la universidad Rafael Landívar. Para ello se utilizó los siguientes instrumentos de medición: Escala de Ansiedad EA y el Cuestionario de Redes Sociales (CRS), creados por el investigador. El tipo de muestra no probabilístico, se evaluaron 82 participantes, 67 mujeres y 15 hombres, tipo de investigación cuantitativa no experimental, diseño que se uso fue transaccional correlacional-causal, para ello se

utilizó el programa estadístico, para el análisis de datos se utilizó el coeficiente de correlación de Pearson y el programa estadístico Statistical Product and Service Solutions (SPSS) de IBM. Los resultados indican que los niveles de ansiedad se incrementan en relación con el tiempo que los alumnos de cuarto año de Psicología Clínica invierten en redes sociales. El autor concluye en que existe una relación entre el uso de redes sociales y los niveles de ansiedad que presentan los estudiantes de dicha casa de estudios en mención.

Galvis et al. (2019), en la ciudad de Bogotá-Colombia, publicaron un trabajo de investigación titulado: *“Análisis de la relación entre el uso de redes sociales virtuales, la ansiedad social y la adicción al internet con la presencia de tecnoestrés”*, el objetivo formulado fue: Identificar si hay relación entre el uso de las redes sociales virtuales, la ansiedad social y la adicción al Internet respecto al tecnoestrés. El diseño fue correlacional, cuantitativo y descriptivo, aplicando la técnica de recolección de datos no probabilístico, la muestra fue con 200 participantes adultos jóvenes 128 mujeres y 72 hombres, utilizaron los siguientes instrumentos: Cuestionarios de Ansiedad Social (CIAS-20) y (SIAS-20), Cuestionario Tecnoestrés (tecnoansiedad-tecnofátiga) y el Cuestionario Adicción al Internet (LAT); se utilizó el programa estadístico inferencial del R de Spearman. Según los resultados de la prueba de adicción al Internet mostraron que el 87 % de la muestra (174 participantes) se encontraban en un rango normal, el 1 % uso patológico moderado y 12% con un rango leve, respecto a la variable del tecnoestrés se encuentran en un nivel medio-alto. Los autores concluyen que el tecnoestrés tiene relación significativa respecto a la adicción al Internet, en el caso de la ansiedad social, se respalda que el tecnoestrés produce relaciones significativas.

Daza (2020), en la ciudad de Bogotá del país de Colombia se publicó el trabajo de investigación de grado para magister titulado: “*Estado de la Adicción a las Redes Sociales e Internet y Rendimiento Académico*”, siendo el objetivo de este estudio describir el estado de adicción a redes sociales y la internet en estudiantes del I.E.D San Agustín, teniendo una muestra de alumnos de 11 a 18 años, con una población de 699 participantes, siendo su diseño cualitativo y primordialmente cuantitativo, del cual se usó el instrumento Inventario ARSI (peris et al.,2018), para medir la adicción a redes sociales e internet y para rendimiento académico un manual de encuesta, teniendo el siguiente resultado en forma sobresaliente se manifiestan las dimensiones nomofobia, uso-social, síntomas-adicción y rasgos-frikis, concluyendo que resulta importante que la procrastinación es una alternativa para entender el estado de adicción a internet y redes sociales.

Zabala (2021), en la ciudad de Villavicencio del país de Colombia, se publicó el trabajo de investigación titulado: “ *Ansiedad, Síntomas de Adicción a las Redes Sociales y Procrastinación en Adolescentes de Colegios Públicos de Villavicencio*”, siendo el objetivo, identificar el tipo de relación entre ansiedad, la procrastinación y los síntomas de adicción a las redes sociales en adolescentes de colegios públicos de Villavicencio, del cual el tipo de investigación es cuantitativo, descriptivo correlacional, no experimental, teniendo una población de 75 participantes y siendo su muestra no pro balística. Aplicándose para este estudio los siguientes instrumentos como: el DASS-21, la Escala de Procrastinación Académica (EPA), y el Cuestionario a Redes Sociales (ARS), para lo cual utilizó también el análisis estadístico descriptivo y correlacional del programa SPSS., teniendo como conclusión una correlación negativa entre autorregulación académica y postergación de actividades, así como

positiva entre la relación de ansiedad y adicción a las redes sociales en cada una de sus dimensiones.

2.2. Bases teóricas o científicas

Adicción

La OMS (2019), menciona como una enfermedad física y emocional a la adicción, de los cuales se presentan dependencias, vale decir que tienen la necesidad incontrolable de realizar en forma excesiva alguna actividad, realizando el consumo desmedido de alguna sustancia. Igualmente, la DSM-5, APA, (2013), refiere que todos los trastornos adictivos, el individuo tiende a perder el control, por lo cual afecta su vida diaria y su conducta, siendo estas adicciones no relacionadas a ningún tipo de sustancias, dando un paso transcendental de incluir gradualmente estas denominadas adicciones conductuales.

Redes sociales

Lorenzo et al. (2011), refieren en la revista científica *Innovar Journal*, que una red social está conformada en general por un grupo de personas que se encuentran entre relacionados por medio de relaciones sociales establecidas entre ellos. En el ambiente virtual, los lugares de las redes sociales ofrecen a las personas espacios donde pueden abrir un perfil público, compartiendo información, manteniendo sus relaciones por red, de igual forma aportar en la generación de contenidos participando en reuniones sociales y corrientes de opinión. También ofrecen la ocasión de entablar nuevas relaciones a través de amigos existentes, como también proporcionan herramientas los cuales facilitan localizar a personas de acuerdo a sus características en sus perfiles que publican.

2.2.1 Adicciones a las redes sociales

Martin y Medina (2021), experimentados profesionales de la tecnología y salud mental como psicólogos de todo el mundo, vienen considerando que el continuo y recurrente uso de las redes sociales, pueden desencadenar una adicción y por ende presentar ansiedad, irritabilidad, dependencia emocional, falta de autocontrol y pérdida de motivación.

Valencia et al. (2021), refieren en su estudio: adicción a redes sociales online en la población de adolescentes y jóvenes publicado en el artículo de la revista científica Tecnología, Ciencia y Educación, manifiestan que estar por largo tiempo en exceso en las redes sociales, están propensos a tener consecuencias desfavorables como: Ansiedad, aislamiento social, falta de atención a otras actividades, alteración entre el mundo real y virtual, fracaso escolar, depresión y problemas de salud.

Arnao y Surpachin (2016), concluyeron que existe una mayor evidencia real del desarrollo de la adicción por las redes sociales siendo estas cuatro: Bajo rendimiento laboral o académico por falta de interés, estar conectados excesivamente por periodos largos a las redes sociales privándose del sueño y del descanso, aislarse de la familia y la sociedad produciendo el sedentarismo y dejar de interrelacionarse con otros, perdiendo el control de la actividad diaria. Criterios que se asemejan a cierta adicción al alcohol, sustancias psicoactivas y el juego.

2.2.2 Modelo teórico explicativo de las adicciones a redes sociales

Esta investigación tuvo como base científica el modelo cognitivo conductual, ya que es el más usado en la actualidad para explicar las causas de la adicción a redes sociales y el control de la conducta por medio del reaprendizaje que está basado en esta clase de modelos.

Empezaremos nombrando a Krych (1989), quien refiere este modelo para explicar las adicciones psicológicas, mucho antes que apareciera el fenómeno de adicción a internet, el cual establece que los comportamientos adquiridos como consecuencia de una adicción terminan siendo automáticos, con un mínimo control sobre su decisión. El adicto se vuelve inconsciente de las consecuencias negativas que se pueden darse a largo plazo.

Asimismo, Echeburúa (1999), expone un modelo explicativo de tipo cognitivo conductual en el que propone que la adicción a las redes sociales, se suscita si hay vulnerabilidad psicológica, presión social y carencia de actividades placenteras, adicción que se mantendrá si la persona no ejerce un correcto auto control, el cual tampoco tiene actividades gratificantes que realizar por causa de una excesiva dependencia del uso de la red social.

Por último, Davis (2001), desarrolla un modelo cognitivo conductual de uso mórbido de la red tecnológica, mismo que ha utilizado de referencia para muchas herramientas de validación. Este enfoque postula que el uso patológico del internet es consecuencia de cogniciones problemáticas, los cuales propician una anormal conducta. Asimismo, manifiesta que los síntomas cognitivos del uso patológico de las redes tecnológicas preceden a los afectivos y conductuales y no al revés, siendo los síntomas cognitivos: inseguridad, ansiedad, baja autoestima, carácter reflexivo, baja consideración de uno mismo y carácter depresivo.

Tipos de redes sociales

Choliz y Marco (2012), refieren algunas redes y aplicaciones como:

- WhatsApp: Utilizada por medio de teléfonos con dicha aplicación en el cual los usuarios se comunican por medio de mensajes escritos, video llamadas, audios con un grupo de contactos que tiene agregado a su equipo móvil.

- Facebook: Red social que cuenta con dos billones de consumidores en todo el planeta, ya que es la más usada y conocida por lo cual los individuos pueden crear una imagen personalizada e interrelacionarse con diferentes usuarios en todo el mundo, así también realizar publicaciones, colgar fotos, videos, visitar páginas de interés público o privado y pertenecer a grupos de usuarios.
- Instagram: Es la red donde se puede manipular los efectos como filtrar colores, marcos en las fotos o videos que se cuelgan en las redes sociales.
- You Tube: Esta red social fue creada por Steven Chen, Jamed Karim y Chad Hurley en febrero del 2005, el cual presta un servicio especificado que es la publicación de videos, siendo este de fácil acceso para los usuarios.
- Twitter: Es una red social que permite tener conectividad por mensajes de texto en tiempo real compartiendo información de manera instantánea, llamado tweeds.

Factores de la adicción a las redes sociales

El Cuestionario de Adicciones a Redes Sociales (ARS), los autores Miguel Ecurra Mayaute y Edwin Salas Blas (2014), ellos consideran tres factores que implican la adicción a redes sociales, estos son:

- Obsesión a las redes sociales: pertenece al compromiso mental con las redes sociales, ocasionando pensamientos fantasiosos desatando la ansiedad y preocupación por ingresar a las redes sociales.
- Falta de control personal en el uso de las redes sociales: refiere a la preocupación por falta de control, no puede controlar la necesidad de estar conectado con las redes sociales.
- Uso excesivo de las redes sociales: pertenece a la dificultad para controlar el uso de las redes sociales, indicando el exceso de horas de uso.

Caro (2017), refiere y detalla los indicios que presenta una adicción, los cuales se detallan a continuación:

- a. **Cambio de humor:** Vivencias subjetivas que tienen las personas como resultados de experiencias en una actualidad definida.
- b. **Salencia:** Es el comportamiento adictivo que se transforma en lo primordial de la vida de un sujeto, influyendo en los sentimientos, pensamiento y comportamientos.
- c. **Conflicto:** Son problemas que se desencadenan entre la persona adicta y el entorno social, siendo estos los conflictos personales con otros individuos que adolecen también de adicción, conflictos interpersonales con familiares y conflictos relacionados con él trabajó, aficiones, intereses y vida social.
- d. **Tolerancia:** El proceso en el que se necesita aumentar la cantidad de cierta actividad, con el fin de lograr efectos positivos que uno antes tenía.
- e. **Recaída:** Es inclinarse a regresar a los patrones primeros de dicha actividad que vuelven a darse repetidamente, luego de muchos años de control y abstinencia, luego de haberse estado restaurando los extremos de la adicción.
- f. **Síndrome de abstinencia:** Son los efectos desagradables que suceden cuando una conducta adictiva es repentinamente reducida o interrumpida.

Características de la adicción a redes sociales

Andreassen (2013), afirma cierta peculiaridad característica de una persona adicta a las redes sociales tiene cierto grado de similitud a una persona que padece de problemas de drogadicción o alcoholismo y estas son:

- Tener efectos negativos de desempeño y relación en el ámbito laboral, académico, social y personal por usar las redes sociales en una forma desmedida de tiempo.

- Fracasos en el tiempo de disminuir la duración de estar conectado a las redes sociales.
- Percibir la necesidad de estar en todo momento conectado a la red social.
- Emplear las redes sociales como un medio de escape a las responsabilidades laborales, familiares o personales.
- Pasar demasiado tiempo durante el día en las diferentes redes sociales.
- Percibir ansiedad y no estar tranquilo por usar las redes sociales.

Causas de las adicciones a las redes sociales

Rull (2018), manifiesta en su artículo que las redes sociales son adictivas y que las personas están pendientes de la vida de otros por lo cual entran en reiteradas oportunidades a estas, identificándose las siguientes causas:

- Mostrar la vida privada y proyectar estados de ánimo de felicidad.
- Tener una gran cantidad de amistades en el entorno social por redes sociales.
- Apoyo positivo rápido.
- Acceder desde cualquier lugar y hora con dispositivos diversos.
- Percepción de invertir el adecuadamente y sentirse plenamente satisfecho.

Síntomas de la adicción a las redes sociales

Young (1998), manifiesta la conducta adictiva de personas a las redes Sociales, tiene manifestaciones a nivel fisiológico, conductual y cognitivo del cual manifiesta una variedad de síntomas como son:

- Bajo desempeño académico.
- Pensamientos evaluativos rápidos.
- Insomnio al dormir
- Carencia de buenos modales y sociabilidad.
- Presenta sentimientos de cólera.

- Tiende a aislarse del resto de personas.

Consecuencias de la adicción a las redes sociales

Cash et al. (2012), citado en la revista española de drogodependencia en su página de comunicaciones breves manifiestan que “la adicción a las redes sociales opera en algunas personas como un paquete de costumbres sobre aprendidas que al principio resultan ser agradables pero que después originan consecuencias negativas”

(p. 34), que desencadenan en:

- Ansiedad.
- Depresión.
- Estados de ánimos disfóricos.
- Irritabilidad.
- Trastornos de conducta.
- Fracaso escolar o académico.
- Presión familiar y económico.

Signos de la adicción a las redes sociales

Según Echeburúa y Corral (2010), los primeros signos de alarma que indican indicios de adicción a las redes sociales son:

- Pasar largo tiempo en las redes sociales, privándose del sueño en forma anormal.
- Engañar en el tiempo exacto o aproximado que esta interconectado jugando videojuegos u otros enlaces de entretenimiento.
- Pasar el tiempo aislado solo, sentir alegría y gozo anormal cuando se está cerca de su equipo celular.

- Desatender asimismo funciones primordiales como el cuidado físico de la salud, la apariencia personal, la formación académica como la interacción social y familiar.
- Tener llamadas frecuentes de atención por parte de los padres u otros por el uso excesivo de la red o estar prendido del equipo celular.
- Quejarse en forma exagerada cuando la señal de la red es débil o demora en restablecerse llegando a enojarse desproporcionalmente.
- Perder la noción del tiempo y no tener control del mismo para estar conectado prudencialmente a la red social.

Dimensiones de las redes sociales

Escurra y Salas (2014), refieren que las dicciones a las redes sociales tienen tres dimensiones las cuales son:

- a. Obsesión por las redes sociales:** Las diferentes redes sociales se han internacionalizado en el mundo, motivo por el cual muchas personas que tienen señal de internet móvil o local están permanentemente conectados a sus equipos celulares, tabletas, computadoras, pendientes de lo que sucede en las redes sociales como YouTube, Instagram, whats app, Facebook, etc. buscando nuevas experiencias, fantasear, así como aceptación de los demás, mostrándose inquietos pensando por saber lo que sucede con otros y queriendo la popularidad teniendo la mayor cantidad de seguidores.
- b. Uso excesivo de las redes sociales:** Los jóvenes y adolescentes son los más propensos a pasar largas horas conectados a las redes, sin tener un horario definido afectando su interrelación con sus familiares, amigos y sociedad, privándose de su libertad por una inclinación desmedida a las redes sociales.

- c. **Falta de control personal en las redes sociales:** Las personas por estar conectados a las redes sociales perennemente pierden el control y en especial los adolescentes por la falta de capacidad consiente de regular los impulsos de manera voluntaria y adaptativa con el objetivo de alcanzar un mayor equilibrio personal y relacional.

2.2.3 Ansiedad

Definición histórica

Según Cholys (2012), la palabra ansiedad “proviene del latín anxietas, aflicción o congoja, el cual consiste en un malestar psicofísico caracterizado por una sensación de intranquilidad, inseguridad, inquietud o desosiego ante lo que se vivencia como una amenaza de causa indefinida e inminente del cual existe una diferencia básica entre la ansiedad normal y patológica” El cual tiene una valoración distorsionada e irreal de la amenaza el mismo que se transforma en pánico llegando a paralizar a la persona por presentar una ansiedad severa y aguda.

Asimismo, la Asociación Americana de Psiquiatría (2014), refiere a la ansiedad como una respuesta cognitiva y conductual ante el peligro de una amenaza futura. De igual forma el Manual (DSM-5), detalla que las alteraciones ansiosas se diferencian según el estímulo que causa el temor, conductas de evitación y la expresión cognitiva que se efectúa sobre las mismas.

Bisquerra y Pérez (2007), conceptualiza a la ansiedad como el miedo previo a una amenaza futura, el cual es desconocido o no se reconoce su origen.

Para Lang en la Revista Psicología Científica. Com, señala a la ansiedad como una emoción de respuesta que la persona manifiesta o deduce ante situaciones como advertencia de peligro. (Lang, 2002 citado por Virues, 2005).

Rojas (2014), refiere el término de ansiedad como una activación de alarma que da lugar a una hiper-activación fisiológica, donde refleja miedos, temores y presentimientos negativos.

Venegas (2012), indica que la ansiedad es una problemática frecuente en los adolescentes cuando la tensión es alta, debido a los cambios biológicos, cognoscitivos y sociales peculiar de esa etapa, aproximándose riesgos para la aparición de algunas psicopatologías.

2.2.4 Modelo teórico explicativo de ansiedad

De acuerdo al modelo explicativo de la ansiedad, se tuvo en cuenta como base al modelo de conductismo, que establece que las conductas se aprenden, asimismo en cualquier etapa de la vida se asocian a estímulos saludables y perjudiciales, tomando significación que se mantendrá posteriormente. Asimismo, esta teoría de la ansiedad manifiesta a la ansiedad como el resultado de un proceso condicionado, por lo que quienes la padecen han aprendido erróneamente a asociar estímulos inicialmente neutros, con eventos en los que se sienten angustiados y por tanto amenazantes, como cuando las personas están expuestas con estos estímulos, desarrollar una ansiedad relacionada con la amenaza. La teoría sociológica señala que la ansiedad puede desarrollarse no solo a partir de información directa sobre eventos o experiencias traumáticas, sino que también como resultado de aprender a observar a personas importantes en el entorno (Virues, 2005).

Asimismo, se mencionan otros modelos teóricos como referencia para mayor información a la investigación.

Modelo teórico cognitivista

Villanueva y Ugarte (2017), la teoría cognitiva se sustenta en el supuesto de que un sujeto identifica una determinada causa como amenaza y para hacerle frente

toma medidas cada vez que se presenta. El cual también se apoya en sus creencias e ideas.

Los teóricos miran desde una perspectiva diferente a la ansiedad: algunos creen que el miedo se aprende cuando los miedos innatos de una persona se superponen con objetos y eventos previamente neutrales.

Por su parte, otros teóricos del aprendizaje enfatizan la importancia de aprender siguiendo un patrón y desarrollando ciertos patrones de pensamiento que contribuyen a la ansiedad.

Modelo teórico psicoanalista

Sigmund Freud distinguió la neurosis de ansiedad como un diagnóstico separado. Además, cree que la ansiedad tiene sus raíces en los impulsos sexuales o agresivos inaceptables de un individuo. La ansiedad actúa entonces como "una acción defensiva que bloquea o dirige tales impulsos que, cuando no se cumplen los mecanismos de defensa inconscientes, se produce una respuesta de neuroansiedad" (Obanto, 2017, p. 15).

Los síntomas de la neurosis de ansiedad descritos por el psicoanálisis son similares al complejo de síntomas comúnmente denominado, "ansiedad". (Zung, 1971).

Para los psicoanalistas la ansiedad se explica "en base a un conflicto inconsciente que surge entre impulsos inaceptables que emergen del individuo y que son rechazados por el súper ego generando tensión entre ambas esferas lo que da como resultado los síntomas ansiosos" (García, 2014, p. 26).

Así también Villanueva y Ugarte (2017), refieren en su estudio otros modelos teóricos.

Modelo teórico biológico

Estos modelos teóricos biológicos buscan explicar el proceso de los ataques de la ansiedad a través de cambios bioquímicos o susceptibilidad genética a nivel de receptores y neurotransmisores en el (SNC).

Modelo de la teoría mosaico

En la teoría del mosaico genético se analiza la situación de la ansiedad en familias con algunos miembros que padecen trastornos de ansiedad, y se cree que existen genes que provocan síntomas de ansiedad, pero los miembros de la familia son propensos a los síntomas de ansiedad por diferentes motivos o acontecimientos de su vida cotidiana.

Para García (2014), los enfoques o modelos más resaltantes en tratar de explicar este problema son los siguientes:

Modelo de las teorías del defecto del desarrollo psicológico

Por lo general, a medida que un niño crece, se acostumbra a enfrentar los problemas de la vida de manera adecuada. Cuando hay una madre sobreprotectora o la misma figura paterna, el niño aprende a resolver el problema sin tener que esforzarse más. Cuando la vida te obliga a tomar decisiones por ti mismo, no sabes qué hacer, te sientes inseguro y experimentas síntomas de ansiedad. Al permitir que el individuo enfrente la situación de conflicto, puede controlarse mejor y los síntomas comienzan a desaparecer.

Modelo de la teoría sistémica

La ansiedad puede surgir como consecuencia de la evolución de la familia y de la propia sociedad, así acudimos a una dinámica socio familiar que favorece ampliamente la aparición de estados de ansiedad, de temor y de miedo. La invasión

de los ordenadores está cambiando radicalmente los comportamientos en el seno familiar, siendo algunos de los estímulos que afectan frontalmente a la persona que pueden desencadenar en fuertes estados de ansiedad.

Niveles de la ansiedad

En la Escala de Autovaloración de Zung (1971), el autor consideró los siguientes niveles de ansiedad, a quienes se encuentran:

- Dentro de los límites normales.
- Mínima a moderada.
- Marcada a severa.
- Grado máximo.

Para Sánchez existen tres tipos de ansiedad y describe de la siguiente manera. (Sánchez, 2015 citado por Grundi, 2017)

- **Ansiedad Leve:** (ansiedad benigna o tipo ligero de ansiedad). La persona está alerta, ve, oye, domina la situación más que antes de producirse este estado.
Reacción somática: Puede presentar respiración intermitente, ocasional alteración de la frecuencia cardiaca y tensión ligeramente elevada, indicios de molestias gástricas leves, tic facial, temblor de labios.
- **Ansiedad Moderada:** Limita ligeramente el área de percepción, ver, escuchar y controlar la situación, es un poco menos ansioso, pero es posible observar si la otra persona le está prestando atención.
Reacción somática: Puede mostrar respiración intermitente de forma frecuente, aumento del ritmo cardiaco, presión arterial alta, sequedad de boca, indigestión (diarrea o estreñimiento), anorexia, temblores corporales, expresiones faciales de miedo, contractura muscular, movimientos

involuntarios, respuestas exageradas de alerta, incapacidad de relajarse, alteración del sueño (horas de vigilia).

- **Ansiedad Grave:** Reducción notorio del campo perceptual (no observa lo que ocurre a su alrededor). La atención se centra en detalles dispersos distorsionando lo observado, presentando dificultad para implantar un orden lógico dentro de un grupo ideal.

Reacción somática: Dificultad para respirar, sensación de ahogo o ahogo, presión arterial baja, movimientos involuntarios, temblores corporales, pueden aparecer expresiones faciales de miedo.

Síntomas

Rojas (2014), refiere que la ansiedad no es un fenómeno único, ya que puede tener cuatro componentes principales que activan cuatro sistemas de respuesta que son:

- **Respuesta física:** síntomas somáticos debido a la activación del sistema nervioso autónomo.
 - Taquicardia.
 - Malestar estomacal, diarreas.
 - Vértigos, mareos.
 - Dificultad para respirar como también para comer.
 - Sequedad en la boca y tensión muscular.
- **Respuestas conductuales:** son síntomas observables, generalmente respuestas motoras.
 - Contracción de los músculos faciales.
 - tensión mandibular,
 - Vibración de manos, brazos, piernas, etc.,

- Cierta paralización motora.
- Estado de alerta, irritabilidad.
- Caminar desorientado.
- Alteración en el timbre de voz.
- Morderse los padrastrós y las uñas.
- Juega con objetos en la mano o necesita sostener algo en la mano.
- **Respuesta cognitiva:** como se procesa la información entrante afecta la percepción, la memoria, el pensamiento y el uso de herramientas mentales. Los síntomas que presenta son:
 - Miedo, anticipación, miedo a lo peor.
 - Cualquier noticia le afecta negativamente.
 - Pesimismo generalizado (sin base real).
 - Recuerda más lo negativo que lo positivo.
 - Preocupaciones obsesivas.
 - Pensamientos intrusos negativos.
 - Dificultad para concentrarse.
 - Pensamientos de los que no te puedes deshacer.
- **Respuesta asertiva (o social):** se refiere al contacto interpersonal. Principales síntomas:
 - Le cuesta entablar una conversación con la persona que conoce.
 - Tiene dificultad para presentarse en sociedad.
 - Le es difícil negarse o estar en desacuerdo en algo.
 - Provocar bloqueos en interrelacionarse socialmente.
 - Es consciente que puedan pensar otras personas de sí mismo.
 - Cuando está con gente le gusta pasar desapercibido.

Factores de riesgo de la ansiedad

Según Martínez et al. (2008), existen diversos factores que influyen en el desarrollo de la ansiedad y estos son:

- a. **Factores ambientales:** Relacionados a los rasgos de la personalidad.
- b. **Factores Biológicos:** Que influyen en la ansiedad por estar relacionado con anomalías en el sistema límbico y en los sistemas neurobiológicos.
- c. **Factores Psicosociales:** En este factor para que se desarrolle la ansiedad se encuentra el ambiente familiar, el estrés, demasiadas preocupaciones por temas recurrentes y experiencias amenazadoras de vida.

Adicción a redes sociales y la ansiedad

Según Ecurra y Salas (2014), señalan “las adicciones psicológicas se caracterizan porque son comportamientos repetitivos que resultan placenteros en un primer momento, pero una vez que se instalan como hábitos, generan estados de necesidad que no pueden ser controlados y se asocian con altos niveles de ansiedad”.

McCarthy (2019), señala que existen un grupo de factores que pueden estar contribuyendo en el aumento de ansiedad en los adolescentes, además de los acontecimientos de la vida diaria, la genética, la química del cerebro y la personalidad considera también otros:

- Se sienten abrumados por todas las cosas que tienen que hacer en la vida diaria.
- El haber presenciado actos de violencia en las escuelas, y a través del mundo, basta leer o ver en las noticias para sentir temor de estar en lugares públicos donde antes percibían un lugar seguro.

- Estar de forma constante conectados a las redes sociales y comparar su vida con los que otros publican.

El estudio de la Royal Society For y el Young Health Movement (2020), señalan que aplicaciones digitales o redes sociales como el Facebook, Twitter, Instagram, Snapchat, YouTube, etc., han transformado la comunicación de unos con otros; generando ansiedad y depresión en muchos jóvenes adolescentes, “convirtiéndose en una gran fuente de adicción”.

Para la Journal of the American Medical Association (2016), refieren que mientras más tiempo pasan en las redes sociales, los adolescentes tienen más probabilidades de tener problemas como ansiedad y depresión.

2.3 Marco conceptual

Adicción

Para Koob y Volkow (2010), señalan a la adicción como una evolución crónica que se caracteriza por:

- Perder el control.
- Comportamiento de descubrimiento y consumo compulsivo.
- Se produce una reducción de la inquietud o estados emocionales negativos como irritabilidad o ansiedad.
- Presentan un síndrome de abstinencia que solo puede aliviarse consumiendo sustancias alucinógenas u otros.

Redes sociales

Por otro lado, Celaya (2008), refiere que las redes sociales son sitios de internet, donde los seres humanos difunden haciendo público todo tipo de comunicación en forma general o detallada sea personal, laboral o de cualquiera otra índole a otras

personas desconocidas o conocidas donde interactúan entre ellas haciendo referencia que existen tres principales redes sociales:

- Redes especializadas (Cinema, VIP,11870, Ediciona, e BUGA).
- Redes profesionales (LinkedIn, Viadeo, Xing).
- Redes generales (Facebook, Myspace, Hi5, Tuenti).

Obsesión a las redes sociales

Escurra y Salas (2014), señalan implicancia mental en las redes sociales, pensar por un tiempo largo y fantasear con ellas, la ansiedad y la preocupación causada por la falta de acceso a las redes.

Uso excesivo de las redes sociales

Malo et al. (2018), definen que con el uso excesivo de las redes sociales desarrollan los primeros rasgos de neuroticismo e impulsividad, confirmando su relación con conductas adictivas y problemáticas.

Falta de control personal

Escudero (2018), refiere a la falta de control personal como la deficiencia de aptitud consciente de regular los impulsos de manera voluntaria y adaptativa, con la finalidad de lograr un mayor equilibrio personal y social.

Ansiedad

El diccionario de la Real Academia Española, (2019), refiere a la ansiedad como el estado de agitación, inquietud o zozobra del ánimo.

Propiedades psicométricas

Sánchez y Pírela (2010), refieren como un instrumento fundamental en la medición o recolección de datos que utiliza el investigador para registrar información sobre las variables de interés.

Sintomatología

Andrade (2016), se refiere a la sintomatología como un conjunto de síntomas que presenta una persona en un momento dado y que se relaciona a la presencia de un determinado trastorno de salud.

Somatización

Para Silvestre (1998), “la somatización son síntomas o malestares del cuerpo los cuales, carece de explicación médica, aunque el paciente erróneamente lo atribuye a una enfermedad física” (p.2).

Ataque de pánico

Espeche (2016), señala que el ataque de pánico se atribuye por la aparición imprevisto de un suceso de profundo miedo, sin un peligro real y que va acompañado de síntomas físicos cardiorrespiratorios y neurovegetativos que se vincula, generalmente a la imagen de muerte o locura.

Adolescencia

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2015), tiene el concepto de que los adolescentes es el periodo de crecimiento y desarrollo de una persona entre la niñez y la juventud y a una distancia de 11 y 19 años.

Procrastinación

Ferrari et al. (1995), refieren como el aplazamiento al iniciar o concluir una actividad determinada, mediante la ejecución de una actividad innecesaria o menos importante, asociado de un estado de ansiedad.

Nomofobia

Quesada (2017), señala a “la incomodidad o ansiedad causada por la no disponibilidad de un teléfono móvil, ordenador o cualquier otro dispositivo de comunicación virtual”.

CAPITULO III

HIPÓTESIS Y VARIABLES

3.1. Formulación de hipótesis

Hipótesis General

Existe una relación directa entre la adicción a redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima-2021.

Hipótesis Específicas

- Existe una relación directa entre el factor obsesión por las redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima – 2021.
- Existe una relación directa entre el factor falta de control personal en el uso de las redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima – 2021.
- Existe una relación directa entre el factor uso excesivo de las redes sociales y el nivel de ansiedad de los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima – 2021.

3.2. Identificación de variables

Variable 1:

Definición conceptual de Adicción a redes sociales

Según el autor señala que “las adicciones suelen ser comportamientos repetitivos y placenteros, los cuales desarrollan ansiedad, generando estados de necesidad que no pueden ser controlados.” (Escorra y Salas, 2014).

Definición operacional de Adicción a redes sociales

En el reconocimiento de la adicción a las redes sociales se hará uso del Cuestionario de Adicciones a las Redes Sociales (ARS) elaborado por los autores Escorra y Salas (2014), el cual indica que deberán marcar con un aspa (X) en las respuestas siempre (S), casi siempre (CS), siempre (S), algunas veces (AV), rara vez (RV) y nunca (N), ellos se clasificará con los factores: Obsesión a las redes sociales (10 ítems), falta de control personal en el uso de las redes sociales (06 ítems), uso excesivo de las redes sociales (08 ítems).

Variable 2:

Definición conceptual de Ansiedad

El autor define a la ansiedad como un temor anticipado de un peligro futuro cuyo origen es desconocido o no se reconoce, asimismo define desde un punto de vista de reacción emocional como el estado singular del organismo que está en atención a una amenaza posible a su integridad, ya sea fisiológico, psicológica, afectiva, motora o cognitivo, activándose reacciones de sobresalto motora y sentimientos subjetivos. (Sierra et al. 2003).

Definición operacional de Ansiedad

Para identificar el nivel de ansiedad en los alumnos se administrará la Escala de Autoevaluación de la Ansiedad (EAA), diseñado por el autor Zung (1971), que consta de 20 ítems, en ello deberán marcar con un aspa (X) en las respuestas “Muy pocas veces”, “Algunas veces”, “Muchas veces” y “Casi siempre” los cuales se categorizará en los niveles: dentro de los límites normales, presencia de ansiedad mínima a moderada, presencia de ansiedad marcada severa, presencia de ansiedad en grado máximo.

CAPITULO IV

METODOLOGÍA

4.1. Método de investigación

El presente estudio de investigación se basó en el método científico, cuyo autor Arias (2006), refiere que “El método de investigación con mayor uso es el método científico porque permite partiendo de la observación, formulación del problema, hipótesis, llegar a la conclusión”, por esta razón el método específico que se utilizó es el método deductivo-descriptivo.

4.2. Tipo de investigación

La investigación fue de tipo básica porque en la investigación no existe manipulación de las variables, sino que se miden en su forma natural. (Hernández et al., 2010).

4.3. Nivel de investigación

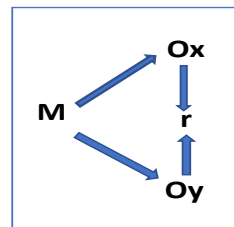
El trabajo del nivel de investigación fue de “nivel correlacional el mismo que verifica entre las dos o más variables si existe correlación, los mismos que carecen

de manipulación intencional y no tienen asociaciones causales, pero examina relaciones” (Bernal, 2010).

4.4. Diseño de investigación

Este estudio se realizó de acuerdo con un esquema de correlación cruzada no experimental.

Estos diseños tienen la singularidad de proporcionar al examinador, comprobar y analizar la relación entre los hechos y las anomalías en la realidad y analizar las variables para descubrir el efecto o la ausencia de ellas, frente a las variables que se están estudiando (Carrasco, 2005).



Donde:

M = Alumnos de nivel secundario de una Institución Educativa - Lima (n=120)

Ox = Adicción a las redes sociales

Oy = Nivel de ansiedad

r = Relación

4.5. Población

Según Sánchez et al. (2018), “la población es un grupo de sujetos, cosas o sucesos que viven en común y que pueden ser elegidos para participar en una investigación”. (p.102). La población estaba comprendida por estudiantes del nivel secundario que cursan los grados de 1° a 5°, de una institución educativa particular situado en: distrito de San Miguel - Lima, siendo un total de 120 estudiantes.

Tabla 1*Distribución de la población*

NIVEL SECUNDARIO GRADOS	N° DE ESTUDIANTES
Primero	21
Segundo	20
Tercero	23
Cuarto	26
Quinto	30
TOTAL	120

Muestra y tipo de muestreo

La muestra fue representada por la totalidad de la población estudiantil de secundaria del centro educativo particular San Marcelo, el cual fue conformado por 120 estudiantes dentro de las edades de 12 a 17 años, para ello se utilizó el tipo de muestreo censal no probabilístico intencional; al respecto para Sánchez et al. (2018), señala que las muestras son el subconjunto de individuos, cosas, acontecimientos, episodios, etc. del cual se extraen de la población, pero siguen siendo peculiarmente iguales a la población.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2015), la adolescencia tiene distintas etapas que se especifica de acuerdo a su edad y estas son tres, el cual empieza con la primera etapa: La adolescencia temprana o pubertad, que es de los 11 años para las féminas y para hombres a partir de los 13 años, este periodo se caracteriza porque comienzan a madurar física y sexualmente, dando inicio a la afirmación de su propio Yo, afirmando la carencia de sus emociones primarias el cual les origina cambios bruscos, seguido de la segunda etapa: Adolescencia intermedia, el empieza a los 14 años hasta los 17 años, periodo caracterizado por el

desarrollo de la auto comprensión, el autoconocimiento y presentar cambios a nivel psíquico, como también que el pensamiento reflexivo se desarrolle y fortalezca, por último la tercera etapa: La edad juvenil o adolescencia tardía, el cual comienza a la edad de 18 años y termina a los 21, y es donde se inicia el afirmamiento de la personalidad, donde se empieza a dejar el YO, por el sentimiento de compasión, comprensión por otros e iniciándose de igual forma la estabilidad emocional. La adolescencia presenta diferentes etapas de transformaciones en aspectos psicológicos como la preocupación por el aspecto físico, el desarrollo de la identidad, la dependencia e independencia en el grupo familiar y la incorporación en un grupo de amigos, (Hidalgo y Ceñal 2014).

Criterios de Inclusión:

- Los estudiantes participantes en la presente investigación estaban debidamente matriculados en los grados de 1° a 5° del nivel secundaria en la I.E.P. San Marcelo 2021.
- Los estudiantes que participaron tenían entre 12 a 17 años de edad, los cuales eran hombres y mujeres.
- Se consideró a los estudiantes que se presentaron voluntariamente con su asentimiento firmado por sus padres o tutor.
- Los integrantes contaron con algún equipo como: Tablet, computadora portátil, de mesa o celular con internet con el cual desarrollaron las pruebas.

Criterios de Exclusión:

- Los estudiantes mayores de 17 años y menores de 12 años.
- Los alumnos que no desearon participar voluntariamente.
- Los estudiantes que no marcaron las respuestas adecuadamente.

- Los estudiantes que no contaron con equipo de cómputo o celular con red a internet.
- Los que no tenían la autorización o asentimiento firmado por el padre o tutor encargado.

4.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnicas

Se utilizó para la recolección de datos sobre las variables de adicción a redes sociales y la ansiedad la técnica de la encuesta psicológica, el cual es un método de test psicológicos para recolectar datos para el posterior análisis de la información de una población en particular. (Ballesteros, 2013).

Instrumentos

Para la variable de ansiedad se utilizó el instrumento del Test de Escala de Auto-Evaluación de Ansiedad (EAA) de W. Zung, para determinar el nivel de Ansiedad, este mismo que está legalmente validado ya que fue aplicado en diferentes estudios del cual resaltamos los siguientes dos:

Rojas (2019), del Programa de Psicología de la Facultad de Ciencias Humanas y Sociales de la Corporación Universitaria Iberoamericana realizó el siguiente estudio titulado “Propiedades Psicométricas de la Escala Auto aplicada de Zung para Ansiedad (Zung SAS)”, aplicada a una población de 830 personas colombianas.

García (2014), de la Universidad Nacional de la Amazonia Peruana de la Facultad de Ciencias de la Salud, presento el estudio titulado: “Nivel de Ansiedad según la escala de Zung en los pacientes que acuden a la consulta de emergencia del hospital regional de Loreto julio-setiembre 2013”, teniendo una población de 150 pacientes de 13 a 65 años de edad.

Instrumento 1: ESCALA DE AUTO-EVALUACION DE ANSIEDAD (EAA)

Título original de la escala	: Self-rating Anxiety Scale.
Título en español	: Escala de Auto-evaluación de Ansiedad (EAA)
Autor	: William Zung
Año	: 1971
Procedencia	: Berlín
Adaptación en Perú	: Carlos Fernando Molina Guevara (2016).
Administración	: Individual y colectiva
Tiempo de duración	: 15 minutos aproximadamente.
Ámbito de aplicación	: Adolescentes y adultos.
Aspecto a evaluar	: Intensidad de ansiedad

La Escala de Autoevaluación de Ansiedad (EAA) está conformado por 20 frases de afirmaciones con escala de respuesta tipo Likert, donde 5 preguntas hacen referencia a síntomas afectivos y 15 a síntomas somáticos de ansiedad. Un puntaje alto indica una alta disposición a la ansiedad. Así mismo se observa que en el lado derecho de la tabla de evaluación, comprende cuatro columnas en blanco encabezado por las respuestas: “Muy pocas veces”, “Algunas veces”, “Muchas veces” y “Casi siempre”. El baremado permite medir el grado sintomatológico de los evaluados y ubicarlos en las categorías de ansiedad (EAA) con los niveles: no hay ansiedad presente, ansiedad mínima a moderada, ansiedad marcada a severa, ansiedad en grado máximo, teniendo una validez en una muestra mexicana de 920 personas con edades entre los 14 y 60 años, encontrándose un Alfa de Cron Bach de $r=.77$ y confiabilidad de 0.66.

Confiabilidad: Guevara (2016), el instrumento recibió los valores de confiabilidad por el coeficiente de Alfa de Cron Bach de 0.818.

Validez: Guevara (2016), verifico la validez por medio de la prueba Káiser-Meyer-Olkin, hallando un coeficiente de 0.863, nivel bueno para ratificar su validez.

Juicio de expertos

Se solicitó la intervención de tres magísteres de psicología expertos en el tema de juicio de expertos sobre la validez y confiabilidad del instrumento del autor, el cual se aplicó al proyecto de investigación en mención siendo estos los siguientes:

- Mg. Rodolfo Raúl Guibovich del Carpio (experto 1).
- Mg. María del Carmen Espino Medrano (experto 2).
- Mg. Pamela Lizet Arrascue Vera (experto 3).

Los mismo que recibieron La Escala de Autoevaluación de Ansiedad (EAA), validando los 20 ítems y dándole una calificación de ADECUADO, firmando el formato y constancia de criterio de jueces en señal de conformidad.

Asimismo, para la variable de Adicción a las Redes Sociales se asignó El Cuestionario de Adicciones a Redes Sociales (ARS) de Ecurra y Salas.

Instrumento 2: CUESTIONARIO DE ADICCIONES A REDES SOCIALES (ARS)

Nombre	: Cuestionario de Adicciones a Redes Sociales (ARS)
Autores	: Miguel Ecurra Mayaute y Edwin Salas Blas
Año	: 2014
Adaptación en Perú	: Miguel Ecurra Mayaute y Edwin Salas Blas
Administración	: Individual y colectiva
Tiempo de duración	: De 10 a 15 minutos
Ámbito de aplicación	: Adolescentes
Finalidad	: Medir el nivel de adicción a redes sociales.

El cuestionario de adicciones a redes sociales (ARS) está compuesto por 24 ítems polinómicos de respuesta graduada, bajo el sistema de calificación de 5 puntos: (0) nunca, (1) rara vez, (2) algunas veces, (3) casi siempre, (4) siempre. Está conformado por tres factores:

- 1) Obsesión a las redes sociales, consiste de 10 ítems (2, 3, 5, 6, 7, 13,15, 19, 22, 23), que corresponde al compromiso mental y necesidad de mantenerse conectado a las redes sociales.
- 2) Falta de control personal en el uso de las redes sociales, comprende 6 ítems (4, 11, 12,14, 20,24), que corresponde por la preocupación por la falta de control en el uso de las redes sociales.
- 3) Uso excesivo de las redes sociales, consta de 8 ítems (1, 8, 9, 10,16, 17, 18, 21), que hace referencia a las dificultades para controlar el uso de las redes sociales.

Validez y confiabilidad

El análisis de validez y confiabilidad del Cuestionario de Adicciones a Redes Sociales (ARS) de Ecurra y Salas (2014), señalan que alcanzaron valores elevados en el alfa de Crombrach, entre 0.88 hasta 0.92 en sus tres dimensiones que son: Obsesión a las redes sociales, $\alpha = 0.91$. Falta de control personal en el uso de las redes sociales $\alpha = 0.88$. Uso excesivo de las redes sociales $\alpha = 0.92$.

Juicio de expertos

De igual forma el segundo instrumento que se utilizó en la presente investigación fue revisada por los tres magísteres de psicología, experimentados en el tema de juicio de expertos sobre la validez y confiabilidad del autor, siendo los siguientes expertos:

- Mg. Rodolfo Raúl Guibovich del Carpio (experto 1).
- Mg. María del Carmen Espino Medrano (experto 2).
- Mg. Pamela Lizet Arrascue Vera (experto 3).

Se les hizo entrega del Cuestionario de adicciones a redes sociales (ARS), quienes examinaron, aprobaron y validaron los veinticuatro (24) ítems, dándole una calificación de ADECUADO, firmando el formato y constancia de criterio de jueces en señal de conformidad.

Aplicación

De igual forma es de suma importancia resaltar que por motivos de salud pública a causa de la pandemia Covid-19, y por el alto índice de aumento de la variable Omicron y posible contagio de los alumnos y a mérito del director de dicho centro educativo la aplicación de las pruebas en esta investigación en particular se realizaron en el mes de Diciembre del 2021 el cual fue completamente de forma virtual a través de Google formulario, el mismo que se les hizo llegar a los estudiantes los instrumentos con los respectivos ítems quienes respondieron por medio de sus equipos portátiles; asimismo los padres de familia enviaron por WhatsApp y correo electrónico el asentimiento y consentimiento informado autorizando la participación de sus menores hijos.

4.7. Técnicas de procesamiento y análisis de Datos

Para el procesamiento y análisis de datos recopilados en esta investigación se hizo uso de las técnicas estadística descriptiva (tabla de frecuencias, porcentaje, media aritmética, etc.) asimismo se utilizó la técnica de estadística inferencial no paramétrica que nos permite deducir, comprobar, inferir a la muestra de una población (Berenson et al., 1996), por el cual se aplicó para la correlación de variables el estadígrafo de Rho de Spearman.

Para tabular los datos conseguidos se usó los programas estadísticos Excel, SPSS versión 23.

4.8. Aspectos éticos de la investigación

En el presente estudio de investigación se tomó en cuenta los principios éticos regulado y actualizado por el Reglamento General de Investigación de la Universidad Peruana Los andes enmarcados en la actividad investigativa señalado en el artículo 27 del capítulo IV, adaptado a la presente investigación, por tanto:

- Se protegió la identidad, confidencialidad, privacidad y el respeto de la dignidad humana de las personas por medio del anonimato de los estudiantes en la presente investigación.
- Se hizo entrega de la solicitud de autorización al director de la I.E.P. San Marcelo del distrito de San Miguel-Lima con el propósito de evaluar a los estudiantes, para hallar el efecto de la presente investigación.
- Se salvaguardo la integridad emocional y física de cada participante en el proceso de dicha investigación.
- Se solicitó a cada estudiante el consentimiento informado firmado por sus padres o tutor.
- Se informó a los estudiantes el sistema que se utilizará en la aplicación de los cuestionarios.
- Se procedió con responsabilidad sobre los alcances o repercusiones a nivel individual e institucional, respetando las actividades propuestas para alcanzar las metas del presente trabajo.
- La presente investigación tuvo la veracidad en todas las etapas, informando de los resultados obtenidos a la entidad educativa y a las personas involucradas cuando lo requieran.

Asimismo, también nos regimos a las normas de comportamiento ético según el Artículo 28, de esta digna casa de estudios:

- Se realizó pertinentemente la investigación de una manera coherente con la línea de investigación institucional.
- Se garantizó los datos, fuentes empleadas, así como los métodos de confiabilidad y validez del presente trabajo de estudio.
- Se tiene en completa reserva a los participantes evaluados.

- Se hizo mención de los autores en las citas y referencias bibliográficas que se tomó para el estudio de esta investigación.
- Se dará cuenta de los hallazgos de la investigación de manera abierta, completa y oportuna a la comunidad científica, también se devolverán los resultados a las personas involucradas en la investigación cuando el caso lo amerite.
- Mantener en reserva la información obtenida y no utilizarla con fines ilícitos propios o terceros muy distintos a lo que está enfocado la presente investigación.
- Esta investigación no fue subvencionada por entidades públicas o privadas que tengan diferentes intereses con respecto a la misión o visión de la universidad.
- La presente investigación se sujetó a los lineamientos de derecho de autor que está regido por el reglamento de Propiedad Intelectual de esta casa de estudios.

CAPITULO V

RESULTADOS

5.1. Descripción de resultados según objetivos

Del objetivo general

Al inicio de la investigación se formuló el objetivo general: Determinar la relación que existe entre la adicción a redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima – 2021. Luego de aplicar los instrumentos de investigación se tiene los siguientes resultados.

Tabla 2

Resultado de la variable Adicción a Redes Sociales y el Nivel de Ansiedad

		Ansiedad					
			Mínima	Leve	Moderada	Intensa	Total
Adicción redes sociales	Bajo	f	23	6	0	0	29
		%	19,2%	5,0%	0,0%	0,0%	24,2%
	Medio	f	49	17	10	7	83
		%	40,8%	14,2%	8,3%	5,8%	69,2%
	Alto	f	4	1	0	3	8
		%	3,3%	0,8%	0,0%	2,5%	6,7%
Total	f	76	24	10	10	120	
	%	63,3%	20,0%	8,3%	8,3%	100,0%	

En la tabla 2, se puede apreciar los resultados con mayor frecuencia, son 23 alumnos que representa el 19,2% de la muestra tienen adicción baja y ansiedad mínima, son 49 alumnos que representa el 40,8% de la muestra tienen adicción en el nivel medio y ansiedad mínima, finalmente son 4 alumnos que representa el 3,3% de la muestra tienen adicción alta a las redes sociales y la ansiedad mínima.

De objetivos específicos

Al inicio de la investigación se formuló el objetivo específico 1. Determinar la relación que existe entre el factor obsesión a las redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima – 2021. Luego de aplicar los instrumentos de investigación se tiene los siguientes resultados.

Tabla 3

Resultado del Factor Obsesión a las Redes Sociales y el Nivel de Ansiedad

			Ansiedad				
			Mínima	Leve	Moderada	Intensa	Total
Obsesión a las redes sociales	Bajo	f	18	6	0	0	24
		%	15,0%	5,0%	0,0%	0,0%	20,0%
	Medio	f	44	17	7	6	74
		%	36,7%	14,2%	5,8%	5,0%	61,7%
	Alto	f	14	1	3	4	22
		%	11,7%	0,8%	2,5%	3,3%	18,3%
Total	f	76	24	10	10	120	
	%	63,3%	20,0%	8,3%	8,3%	100,0%	

En la tabla 3, se puede apreciar los resultados con mayor frecuencia, son 18 estudiantes que representa el 15,0% de la muestra tienen obsesión a las redes sociales baja y ansiedad mínima, son 44 alumnos que representa el 36,7% de la muestra tienen obsesión a las redes

sociales en el nivel medio y ansiedad mínima, finalmente son 14 alumnos que representa el 11,7% de la muestra tienen obsesión a las redes sociales alta y la ansiedad mínima.

Al inicio de la investigación se formuló el objetivo específico 2. Determinar la relación que existe entre el factor falta de control personal y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima – 2021. Luego de aplicar los instrumentos de investigación se tiene los siguientes resultados

Tabla 4

Resultado del Factor Falta de Control Personal y el Nivel de Ansiedad

		Ansiedad				Total	
		Mínima	Leve	Moderada	Intensa		
Factor falta de control personal	Bajo	f	21	5	0	0	26
		%	17,5%	4,2%	0,0%	0,0%	21,7%
	Medio	f	46	17	6	3	72
		%	38,3%	14,2%	5,0%	2,5%	60,0%
	Alto	f	9	2	4	7	22
		%	7,5%	1,7%	3,3%	5,8%	18,3%
Total	f	76	24	10	10	120	
	%	63,3%	20,0%	8,3%	8,3%	100,0%	

En la tabla 4, se puede apreciar los resultados con mayor frecuencia, son 21 alumnos que representa el 17,5% de la muestra tienen factor falta de control personal baja y ansiedad mínima, son 46 alumnos que representa el 38,3% de la muestra tienen factor falta de control personal en el nivel medio y ansiedad mínima, finalmente son 9 alumnos que representa el 7,5% de la muestra tienen factor falta de control personal alta y la ansiedad mínima.

Al inicio de la investigación se formuló el objetivo específico 3. Determinar la relación que existe entre el factor uso excesivo de las redes sociales y el nivel de ansiedad de los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima – 2021. Luego de aplicar los instrumentos de investigación se tiene los siguientes resultados.

Tabla 5

Resultado del Factor Uso Excesivo de las Redes Sociales y el Nivel de Ansiedad

		Ansiedad					Total
		Mínima	Leve	Moderada	Intensa		
Factor uso excesivo de las redes sociales	Bajo	f	15	5	0	0	20
		%	12,5%	4,2%	0,0%	0,0%	16,7%
	Medio	f	39	10	3	1	53
		%	32,5%	8,3%	2,5%	0,8%	44,2%
	Alto	f	22	9	7	9	47
		%	18,3%	7,5%	5,8%	7,5%	39,2%
Total	f	76	24	10	10	120	
	%	63,3%	20,0%	8,3%	8,3%	100,0%	

En la tabla se puede apreciar los resultados con mayor frecuencia, son 15 estudiantes que representa el 12,5% de la muestra tienen factor uso excesivo de las redes sociales baja y ansiedad mínima, son 39 alumnos que representa el 32,5% de la muestra tienen factor uso excesivo de las redes sociales en el nivel medio y ansiedad mínima, finalmente son 22 alumnos que representa el 18,3% de la muestra tienen factor uso excesivo de las redes sociales alta y la ansiedad mínima.

5.2. Contrastación de hipótesis

Para contrastar significa seguir los siguientes procedimientos

Nivel de significancia. 0,05

Criterio de decisión

- Si p valor es menor que 0,05 entonces se acepta la Ha y se rechaza la Ho
- Si p valor es mayor que 0,05 entonces se acepta la Ho y se rechaza la Ha

Estadígrafo de prueba.

Se utilizó rho de spearman por tener dos variables cualitativas y la escala de medición ordinal.

Tabla de correlación

Tabla 6

Niveles de Correlación

Coeficiente de correlación	Interpretación
$\pm 1,00$	Correlación perfecta (+) o (-)
De $\pm 0,90$ a $\pm 0,99$	Correlación muy alta (+) o (-)
De $\pm 0,70$ a $\pm 0,89$	Correlación alta (+) o (-)
De $\pm 0,40$ a $\pm 0,69$	Correlación moderada (+) o (-)
De $\pm 0,20$ a $\pm 0,39$	Correlación baja (+) o (-)
De $\pm 0,01$ a $\pm 0,19$	Correlación muy baja (+) o (-)
0	Correlación nula

Hernández, Fernández y Baptista (2010).

Hipótesis general

Hipótesis nula. Ho

No existe una relación directa entre la adicción a redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima-2021.

Hipótesis alterna. Ha

Si existe una relación directa entre la adicción a redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima-2021.

Tabla 7

Relación entre Adicción a Redes Sociales y el Nivel de Ansiedad

		Adicción a redes sociales		Ansiedad
Rho de Spearman	Adicción a redes sociales	Coeficiente de correlación	1,000	,494**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	120	120
	Ansiedad	Coeficiente de correlación	,494**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	120	120

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Siendo el resultado rho de spearman $r_s = 0,494$ se ubica en una relación directa y moderada entre la adicción a redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima.

Identificando p valor: 0,000

Decisión estadística. como $p = 0,000 < 0,05$, entonces se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula.

Conclusión estadística.

Se concluye que si existe una relación directa moderada entre la adicción a redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa en

Lima-2021. Por lo que un considerable sector de estudiantes si sienten la adicción a las redes sociales por lo que pueden llegar a sentir ansiedad por lo que están pasando.

Hipótesis específica 1

Hipótesis nula. Ho

No existe una relación directa entre el factor obsesión por las redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima – 2021.

Hipótesis alterna. Ha

Si existe una relación directa entre el factor obsesión por las redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima – 2021.

Tabla 8

Relación entre el Factor Obsesión por las Redes Sociales y el Nivel de Ansiedad

		Obsesión a redes sociales		Ansiedad
Rho de Spearman	Obsesión a redes sociales	Coefficiente de correlación	1,000	,424**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	120	120
	Ansiedad	Coefficiente de correlación	,424**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	120	120

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Siendo el resultado rho de spearman $r_s = 0,424$, se ubica en una relación directa y moderada entre el factor obsesión por las redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima.

Identificando p valor: 0,000

Decisión estadística. como $p = 0,000 < 0,05$, entonces se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula.

Conclusión estadística.

Se concluye que si existe una relación directa moderada entre el factor obsesión por las redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima. Por lo que un considerable sector de estudiantes si sienten obsesión por las redes sociales por lo que pueden llegar a sentir ansiedad por lo que están pasando.

Hipótesis específica 2

Hipótesis nula. Ho.

No existe una relación directa entre el factor falta de control personal en el uso de las redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima – 2021

Hipótesis alterna. Ha.

Si existe una relación directa entre el factor falta de control personal en el uso de las redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima – 2021

Tabla 9

Relación entre el Factor Falta de Control Personal en el Uso de las Redes Sociales y el Nivel de Ansiedad

		Falta de control personal		Ansiedad	
Rho de Spearman	Falta de control personal	Coefficiente de correlación	1,000	,485**	
		Sig. (bilateral)	.	,000	
		N	120	120	
	Ansiedad	Coefficiente de correlación	,485**	1,000	
		Sig. (bilateral)	,000	.	
		N	120	120	

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Siendo el resultado rho de spearman $r_s = 0,485$, se ubica en una relación directa y moderada entre el factor falta de control personal en el uso de las redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima.

Identificando p valor: 0,000

Decisión estadística. como $p = 0,000 < 0,05$ entonces se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula.

Conclusión estadística.

Se concluye que si existe una relación directa moderada entre el factor falta de control personal en el uso de las redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima. Por lo que un considerable sector de estudiantes siente falta de control personal para las redes sociales por lo que pueden llegar a sentir ansiedad por lo que están pasando.

Hipótesis específica 3.

Hipótesis nula. H_0

No existe una relación directa entre el factor uso excesivo de las redes sociales y el nivel de ansiedad de los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima – 2021

Hipótesis alterna. H_a

Si existe una relación directa entre el factor uso excesivo de las redes sociales y el nivel de ansiedad de los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima – 2021

Tabla 10*Relación entre el Factor Uso Excesivo de las Redes Sociales y el Nivel de Ansiedad*

			Uso excesivo de redes	Ansiedad
Rho de Spearman	Uso excesivo de redes	Coeficiente de correlación	1,000	,434**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	120	120
	Ansiedad	Coeficiente de correlación	,434**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	120	120

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Siendo el resultado rho de spearman $r_s = 0,434$ se ubica en una relación directa y moderada entre el factor uso excesivo de las redes sociales y el nivel de ansiedad de los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima.

Identificando p valor: 0,000

Decisión estadística. como $p = 0,000 < 0,05$ entonces se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula.

Conclusión estadística.

Se concluye que si existe una relación directa moderada entre el factor uso excesivo de las redes sociales y el nivel de ansiedad de los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima. Por lo que un considerable sector de estudiantes siente uso excesivo de las redes sociales por lo que pueden llegar a sentir ansiedad por lo que están pasando.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

Al inicio de la investigación se formuló el objetivo general: Determinar la relación que existe entre la adicción a redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima – 2021. Luego de aplicar los instrumentos de investigación se tiene los siguientes resultados: el 19,2% de la muestra tienen adicción baja y ansiedad mínima, son el 40,8% de la muestra tienen adicción en el nivel medio y ansiedad mínima, finalmente son el 3,3% de la muestra tienen adicción alta a las redes sociales y la ansiedad mínima, por lo que una buena cantidad de estudiantes tienen ansiedad mínima y la pueden controlar con actividades que permitan superarla.

Aplicando rho de spearman $r_s = 0,494$ se ubica en una relación directa y moderada entre la adicción a redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima. Además, siendo $p = 0,000 < 0,05$, entonces se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula. Donde se concluye que si existe una relación directa moderada entre la adicción a redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima. Por lo que un considerable sector de estudiantes si sienten la adicción a las redes sociales por lo que pueden llegar a sentir ansiedad, pero la superan con actividades distintas.

De la misma manera investigó Flores(2016), el cual presentó su investigación titulado: Nivel de Ansiedad y Adicción a las Redes Sociales en Estudiantes de Modalidad Regular de la Carrera de Psicología en una Universidad Particular de Lima Metropolitana 2015, teniendo los siguientes resultados que un 48.1 % manifiesta un nivel medio de adicción a las redes sociales y el 59.4% no presenta ansiedad, concluyendo que si existe relación en sus dimensiones de adicción a las redes sociales con el nivel de ansiedad.

Estos resultados se fundamenta con la apreciación teórica de Celaya (2008), en la que manifiesta “ que las redes sociales son sitios de internet, donde los seres humanos

difunden y hacen publico todo tipo de comunicación en forma general o detallada sea personal, laboral o de cualquiera otra índole”, por lo que el estudiante hace uso excesivo, nos estamos refiriendo a la adicción que se convierte en el estudiante como una necesidad prioritaria, por lo que cuando no ingresa se siente ansioso, descuidando sus estudios y generándole preocupaciones.

En cuanto al objetivo específico 1: Determinar la relación que existe entre el factor obsesión a las redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima – 2021. Luego de aplicar los instrumentos de investigación se tiene los siguientes resultados: son el 15% de la muestra tienen obsesión a las redes sociales baja y ansiedad mínima, son el 36,7% de la muestra tienen obsesión a las redes sociales en el nivel medio y ansiedad mínima, finalmente son el 11,7% de la muestra tienen obsesión a las redes sociales alta y la ansiedad mínima.

Aplicando rho de spearman $r_s = 0,424$ se ubica en una relación directa y moderada entre el factor obsesión por las redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima. Además, teniendo $p = 0,000 < 0,05$, entonces se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula. Se concluye que si existe una relación directa moderada entre el factor obsesión por las redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima-2021, Por lo que un considerable sector de estudiantes si se sienten obsesionados por las redes sociales por lo que pueden llegar a sentir ansiedad por lo que están pasando.

El estudio de Mohanna y Romero (2019), mostro un resultado similar en el trabajo de investigación titulado: Adicción a las Redes Sociales y Ansiedad en estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana, por lo que los resultados manifiestan que son el 42.3% sienten adicción a las redes sociales. Mediante los resultados se pudo comprobar que existe relación entre ambas variables; indicando que a mayor adicción a las redes sociales

existe mayor ansiedad manifiesta. Concluyendo que el desconectarse de las redes sociales, genera en los adolescentes respuestas fisiológicas de ansiedad tales como inquietud, nerviosismo o temores.

Estos resultados se enmarcan en la apreciación de Escurra y Salas (2014), donde puntualizan “Existe un excesivo uso de las redes sociales, pensar por un tiempo largo y fantasear con ellas. Por otro lado, la ansiedad y la preocupación causada por la falta de acceso a las redes”. Esto implica que sus pensamientos del estudiante están más centrados a ingresar a las redes y estar en contacto virtual permanentemente, por lo que al realizarla se siente ansioso.

Respecto al objetivo específico 2. Determinar la relación que existe entre el factor falta de control personal y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima – 2021. Luego de aplicar los instrumentos de investigación se tiene los siguientes resultados: son el 17,5% de la muestra tienen factor falta de control personal baja y ansiedad mínima, el 38,3% de la muestra tienen factor falta de control personal en el nivel medio y ansiedad mínima, finalmente el 7,5% de la muestra tienen factor falta de control personal alta y la ansiedad mínima.

Aplicando rho de spearman $r_s = 0,485$ se ubica en una relación directa y moderada entre el factor falta de control personal en el uso de las redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima-2021. Además, como $p = 0,000 < 0,05$ entonces se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula. por lo que se concluye que si existe una relación directa moderada entre el factor falta de control personal en el uso de las redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima. Por lo que un considerable sector de estudiantes siente falta de control personal para las redes sociales por lo que pueden llegar a sentir ansiedad por lo que están pasando.

De la misma manera investigó Pacheco (2019), en el trabajo de investigación titulado: Adicción al internet, impulsividad y ansiedad en estudiantes del nivel secundario de dos instituciones educativas de Villa el Salvador; Los resultados indican se halló en cuanto a la adicción al internet el 32.1% es muy bajo, y en la ansiedad el 34.7% es muy bajo. Las conclusiones indican que las tres variables comparten una tendencia directa, siendo que a mayor nivel de impulsividad y ansiedad habrá un mayor nivel de adicción al internet.

Los resultados se enmarcan bajo el aporte teórico de Escudero (2018), la ansiedad como la deficiencia de aptitud consciente de regular los impulsos de manera voluntaria y adaptativa, con la finalidad de lograr un mayor equilibrio personal y social. Dicho de otro modo, el estudiante se siente capaz de autorregular esos impulsos de ingresar a las redes sociales por lo que al no realizarla se siente ansioso permanentemente.

Refiriendo al objetivo específico 3. Determinar la relación que existe entre el factor uso excesivo de las redes sociales y el nivel de ansiedad de los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima – 2021. Luego de aplicar los instrumentos de investigación se tiene los siguientes resultados son el 12,5% de la muestra tienen factor uso excesivo de las redes sociales baja y ansiedad mínima, son el 32,5% de la muestra tienen factor uso excesivo de las redes sociales en el nivel medio y ansiedad mínima, finalmente son el 18,3% de la muestra tienen factor uso excesivo de las redes sociales alta y la ansiedad mínima.

Siendo el resultado rho de spearman $r_s = 0,434$ se ubica en una relación directa y moderada entre el factor uso excesivo de las redes sociales y el nivel de ansiedad de los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima-2021, además, como $p = 0,000 < 0,05$, entonces se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula. Se concluye que si existe una relación directa moderada entre el factor uso excesivo de las

redes sociales y el nivel de ansiedad de los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima-2021. Por lo que un considerable sector de estudiantes tiene uso excesivo de las redes sociales por lo que pueden llegar a percibir ansiedad de lo que están pasando.

De la misma manera investigó Portal (2019), en la ciudad Lima-Perú, publicó el trabajo de investigación titulado: Adicción a redes sociales y nivel de ansiedad en estudiantes de 4to y 5to de Secundaria la Institución Educativa Pedro Ruiz Gallo 3074 Carabayllo, 2019. Los resultados obtenidos encontraron que el 60 % de los alumnos presentan una adicción alta a las redes sociales, asimismo el 9% de estudiantes presentan una ansiedad global marcada. La autora concluye dado que, $p = 0.257 > \alpha = 0.05$, se acepta la hipótesis nula, es decir que probablemente no existe evidencia para aceptar que estén relacionados la adicción a redes sociales y el nivel de ansiedad en estudiantes.

Por lo que el uso excesivo de las redes sociales según Malo et al. (2018), definen que con el uso excesivo de las redes sociales desarrollan los primeros rasgos de neuroticismo e impulsividad, confirmando su relación con conductas adictivas y problemáticas. Esto implica que el estudiante de secundaria está lleno de impulsos de estar en las redes sociales, generando reacciones en su conducta y estos aspectos incide en su ansiedad.

CONCLUSIONES

- Se determinó que existe relación directa y moderada entre la adicción a redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima – 2021. Luego de aplicar los instrumentos de investigación se tiene que el 69,2% de la muestra consideran estar en el nivel medio y el 63,3% consideran estar en el nivel normal de ansiedad, Aplicando rho de spearman $r_s = 0,494$ se ubica en una relación directa y moderada. Además, siendo $p = 0,000 < 0,05$ la que corrobora la relación.
- Se determinó que existe relación directa y moderada entre el factor obsesión a las redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima – 2021. donde el 61,7% se encuentran en nivel medio. Aplicando rho de spearman $r_s = 0,424$ se ubica en una relación directa y moderada. Además, teniendo $p = 0,000 < 0,05$ entonces se corrobora la relación.
- Se determinó que existe relación directa y moderada entre el factor falta de control personal y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima – 2021. donde el 60,0% de la muestra consideran nivel medio de falta de control. Aplicando rho de spearman $r_s = 0,485$ se ubica en una relación directa y moderada Además como $p = 0,000 < 0,05$ entonces se corrobora la relación.
- Se determinó que existe relación directa y moderada entre el factor uso excesivo de las redes sociales y el nivel de ansiedad de los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima – 2021. donde el 44,2% de la muestra consideran nivel medio de uso excesivo de las redes sociales, aplicando rho de spearman $r_s = 0,434$ se ubica en una relación directa y moderada, además como $p = 0,000 < 0,05$ entonces se corrobora la relación.

RECOMENDACIONES

- A las autoridades universitarias de la escuela profesional de psicología se le recomienda hacer público el resultado de la investigación para poder compartir dicho estudio y ponerla a disposición de la comunidad científica.
- A los encargados de las instituciones educativas de Lima se le recomienda realizar talleres sobre cómo lidiar con la ansiedad entre sus estudiantes.
- A las autoridades educativas se les recomienda desarrollar charlas de afrontamiento al auto control de las diferentes redes sociales en los alumnos de secundaria de dicho centro educativo.
- Se sugiere a los maestros, padres y tutores de dicho centro educativo trabajar en la prevención de supervisión sobre el tiempo que pasan los alumnos en las redes sociales por medio de video conferencias.
- Se aconseja realizar reuniones conjuntas con el personal docente, padres, tutores y alumnos sobre la consecuencia de la adicción a las redes sociales.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS(APA7)

- Andreassen, C. S. (2013). 6 señales de la adicción a las redes sociales. Bienestar 180: El sitio que mejora tus hábitos de vida. <https://www.salud180.com/salud-dia-dia/6-senales-de-la-adiccion-redes-sociales>
- Adco, P. (2020). Estadísticas de redes sociales 2020 en Perú y Latinoamérica, <https://www.datatrust.pe/social-media/estadisticas-redes>
- Asociación Americana de Psiquiatría. (2014). Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-V. Estados Unidos: Editorial Medica Panamericana. <https://www.eafit.edu.co/ninos/reddelaspreguntas/Documents/dsm-v-guia-consulta-manual-diagnostico-estadistico-trastornos-mentales.pdf>
- Arias, F.G. (2006). El proyecto de investigación. file:///C:/Users/Said%20Cuba/Downloads/El_proyecto_de_investigacion_6ta_Edicion.pdf
- Arnao, J. y Usurpación, M. (2016). Uso y abuso de las redes sociales digitales en adolescentes y jóvenes. Lima: Cedro. <http://www.repositorio.cedro.org.pe/bitstream/CEDRO/310/1/CEDRO.5376.Uso%20y%20abuso%20de%20las%20redes%20sociales.2016.pdf>
- Barrientos M. A. y Jean Pierre M. C. (2017). *Adicción y Ansiedad Asociada a Uso de Dispositivos Electrónicos con Internet en Adolescentes*. (Tesis de doctorado en medicina), Antiguo Cusclatán, El Salvador. <http://www.redicces.org.sv/jspui/bitstream/10972/3111/1/0002467-ADTESBA.pdf>
- Ballesteros, R. (2013). Evaluación psicológica, conceptos, métodos y estudio de casos. https://www.kydconsultores.com/shared_books/001-EP-RFB.pdf

- Berenson, M. L., Levine, D. M. y Domínguez, R.A.C. (1996). *Estadística básica en administración: conceptos y aplicaciones* (No. 311 B4Y 1996). Prentice-Hall Hispanoamericana.
- Bernal Torres, C.A. (2010). Metodología de la investigación, tercera edición. <https://abacoenred.com/wp-content/uploads/2019/02/El-proyecto-de-investigaci%C3%B3n-F.G.-Arias-2012-pdf.pdf>
- Bisquerra, R. y Pérez, N. (2007). Las competencias emocionales. *Revista de investigación educativa de la universidad de Barcelona*, p. 71. file:///C:/Users/LUIS-2/Downloads/297-933-1-PB.pdf
- Caro, M. M. (2017). Adicciones tecnológicas: ¿Enfermedad o conducta adaptativa? *Medisur*, 15(2), 251–260. [https://doi.org/10.1016/S0363-5023\(96\)80347-9](https://doi.org/10.1016/S0363-5023(96)80347-9)
- Carrasco Díaz, S. (2007). *Metodología de la investigación científica*. Lima, Perú: San Marcos
- Campos, L. C. y Vílchez, W. E. (2019). *Adicción a las redes sociales e impulsividad en estudiantes de 4º y 5º grado de secundaria de dos instituciones educativas públicas de Lima Este*. (Tesis de psicología). https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/1660/Laura_Tesis_Licenciatura_2019.pdf?sequence=1
- Cash, H., Rae, C.D., Steel, A.H y Winkler, A. (2012). Adicción a Internet: un breve resumen de la investigación y la práctica. *Revisiones de psiquiatría actuales*, 8 (4), 292–298. <https://doi.org/10.2174/157340012803520513>
- Castro Ríos, J.M., Gómez Sánchez, E., Rodríguez Yepes, L.V., Toro Carbajal, C., y Zapata Zapata, A.M. (2020). Ansiedad social y adicción a redes sociales en adolescentes del valle de aburra en función del estrato socioeconómico y sexo.

https://dspace.tdea.edu.co/bitstream/handle/tdea/811/InformeFinal_AnsiedadRedesSociales.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Cahuana (2019). Adicción a las Redes Sociales y Procrastinación Académica en Estudiantes del Nivel Secundario de una Institución Educativa de Arequipa, 2019. https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/2822/Daniel_Trabajo_Bachelor_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Celaya J. (2008). Las redes sociales: una nueva herramienta de difusión. <https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/reflexiones/article/view/1513/1521>

Centro de Estudios Sobre la Memoria Educativa (2014). *Características de un adicto a redes sociales*. <https://wasapalrojo.wordpress.com/caracteristicas-de-un-adicto-a-redes-sociales/>

Cía., A. H. (2014). Las adicciones no relacionadas a sustancias (DSM-5, APA, 2013): un primer paso hacia la inclusión de las Adicciones Conductuales en las clasificaciones categoriales vigentes. *Revista De Neuro-Psiquiatria*, 76(4), 210. <https://doi.org/10.20453/rnp.v76i4.1169>

Chóliz Montañez M. y Marco C. (2012). Adicción a Internet y redes sociales. Madrid: Alianza Editorial S.A: <https://www.casadellibro.com/libro-adiccion-a-internet-y-redes-sociales/9788420669625/196780>

Daza, W. (2020). Estado de la Adicción a las Redes Sociales e Internet y Rendimiento Académico. <https://repository.udistrital.edu.co/bitstream/handle/11349/24424/DAZAPINILLAWILSON2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

De Andrade, M. (2016). Sintomatología. *Definición ABC*. <https://www.definicionabc.com/ciencia/sintomatologia.php>

Delgado, P. (2019). *La adicción a los celulares preocupa a estudiantes y docentes*. Observatorio de Innovación Educativa. <https://observatorio.tec.mx/edu-news/las->

nuevas-generaciones-son-adictas-a-su-telefono-y-los-profesores-estan-preocupados

Davis, R. A. (2001). Un modelo cognitivo-conductual del uso patológico de Internet. *Computers in Human Behavior*, 17, 187-195. doi: 10.1016 / S0747-5632 (00) 00041-8

Diaz Marza, M. (2019). El impacto de internet en la salud mental de los jóvenes ya es cuantificable. https://www.abc.es/familia/padres-hijos/abci-impacto-internet-salud-mental-jovenes-cuantificable-201903070215_noticia.html

Di Silvestre, C. (1998). *Somatización y Percepción Subjetiva de la Enfermedad*. (Tesis de Master of Sciences en Diseño, Medición y Evaluación, en la Facultad de Ciencias Médicas). Santiago, Chile. <https://www.redalyc.org/pdf/101/10100407.pdf>

Echeburúa, E. (1999). *¿Adicciones sin drogas? Las nuevas adicciones: Juego, sexo, comida, compras, trabajo, internet*. Bilbao: Desclée de Brouwer. <https://www.aepp.net/book/las-nuevas-adicciones-juego-sexo-comida-compras-trabajo-internet/>

Echeburúa, E. y corral, P. (2010). Factores de riesgo y factores de protección en la adicción a las nuevas tecnologías y redes sociales en jóvenes y adolescentes: https://www.aesed.com/descargas/revistas/v37n4_5.pdf

Escudero, M. (2018). *Autocontrol emocional*. Centro Manuel Escudero Psicología y Psiquiatría. <https://www.manuelescudero.com/psicologo-falta-de-autocontrol-emocional-madrid/>

El comercio (2020). ¿Cuántos usuarios de internet hay en todo el mundo? <https://elcomercio.pe/respuestas/cuantos-usuarios-de-internet-y-redes-sociales-hay-en-el-mundo-conectividad-hootsuite-y-we-are-social-revtli-noticia/?ref=ecr>

- Escurrea, M. y Salas, E. (2014). *Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales*. Lima, Perú: Editorial Manuel Fernández.
<http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v20n1/a07v20n1.pdf>
- Espeche, V. (2016). *Ataques de pánico: ¿un mal de los tiempos que corren?* La Izquierda Diario. Recuperado de: <http://laizquierdadiario.com/ataques-de-panico-un-mal-de-los-tiempos-que-corren>
- Flores, A. (2016). Nivel de ansiedad y adicción a las redes sociales en estudiantes de modalidad regular de la carrera de Psicología en una Universidad Particular de Lima Metropolitana 2015.
https://repositorio.unife.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.11955/156/Flores%20L%20c3%b3pez%20Anny%20Rosario_2016.PDF?sequence=1&isAllowed=y
- Ferrari, J., Johnson, J. y Mc Cown, W. (1995). Definición de procrastinación según diferentes autores. *Observación sistémica y análisis de contextos*.
<https://sandaloregema.wordpress.com/2013/11/29/definicion-de-procrastinacion-segun-diferentes-autores/>
- Galvis, A. F., Pineda, E. A, León, J. P., y Torres, L. F. (2019). *Análisis de la relación entre el uso de redes sociales virtuales, la ansiedad social y la adicción al Internet con la presencia de tecnoestrés*. (Tesis de psicología).
<http://repository.unipiloto.edu.co/bitstream/handle/20.500.12277/6187/An%20c3%a1lisis%20de%20la%20relaci%20c3%b3n%20entre%20el%20uso%20de%20redes%20sociales%20virtuales%20c%20la%20ansiedad%20social%20y%20la%20adicci%20c3%b3n%20al%20Internet%20con%20la%20presencia%20de%20tecnoestr%20c3%a9s.docx.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- García, R. G. (2014). *Nivel de ansiedad según la escala de Zung en los pacientes que acuden a la consulta de emergencia del hospital regional de Loreto julio-septiembre 2013*. (Tesis de medicina).
http://repositorio.unapiquitos.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/3709/Ricardo_Tesis_Titulo_2014.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Gavilanes Gavilanes, G. M. (2015). Adicción a las redes sociales y su relación con su adaptación conductual en los adolescentes.
<https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/1137/1/75670.pdf>
- Guevara, C. F. (2016). Actitudes hacia la religión y su relación con la ansiedad y depresión en estudiantes universitarios de Huancayo. Huancayo. doi:
<https://hdl.handle.net/20.500.12394/2931>
- Grundi, S. K. (2017). *Grado de ansiedad del usuario en la atención de emergencia en un establecimiento de salud, durante el año 2017*.
<http://repositorio.ucp.edu.pe/bitstream/handle/UCP/306/GRUNDI-1-Trabajo-Grado.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Hidalgo M y Ceñal M. Adolescencia. Aspectos físicos, psicológicos y sociales. [Publicación en línea] 2014 [citado: 2018 Julio 30]; 12 (1).
http://appswl.elsevier.es/watermark/ctl_servlet?_f=10&pidet_articulo=90274223&pidet_usuario=0&pcontactid=&pidet_revista=51&ty=74&accion=L&origen=apccontinuada&web=www.apcontinuada.com&lan=es&fichero=51v12n01a90274223p df001.pdf&anuncioPdf=ERROR_publici_pdf
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2010). Metodología de la Investigación. México: McGraw Hil.
<http://dspace.ucbscz.edu.bo/dspace/bitstream/123456789/21401/1/11699.pdf>

- Huaytalla, K., Vega, S. y Jaimes, (2016). Riesgo de adicción a redes sociales, autoestima y auto control en estudiantes de secundaria.
https://www.researchgate.net/publication/325407014_Riesgo_de_adiccion_a_redes_sociales_autoestima_y_autocontrol_en_estudiantes_de_secundaria
- Ipsos (2020), uso de redes sociales entre peruanos conectados 2020.
<https://www.ipsos.com/es-pe/uso-de-redes-sociales-entre-peruanos-conectados-2020#:~:text=13.2%20millones%20de%20peruanos%20conectados,m%C3%A1s%20detalles%20en%20esta%20infograf%C3%ADa>
- Jacobs, D. G. (2019). *Relación entre el uso de redes sociales y ansiedad en estudiantes universitarios* (Tesis de psicología clínica).
<http://bibliod.url.edu.gt/Tesis/jrcd/2019/5/42/Jacobs-Diego.pdf>
- Journal of the American Medical Association (2019). Exceso de redes sociales causa ansiedad y depresión en adolescentes. *La Red* 21.
<http://www.lr21.com.uy/salud/1410691-exceso-de-redes-sociales-causa-ansiedad-depresion-aislamiento-adolescentes-jovenes>
- Koob, G.F. y Volkow, N.D. (2010). Neurocircuitry of Addiction.
Neuropsychopharmacology Reviews. (35). 217-238.
- Krych, R. (1989). Comportamiento anormal del consumidor: Un modelo de comportamientos adictivos.
<https://www.acrwebsite.org/volumes/5966/volumes/v16/NA-16>
- Lorenzo Romero, C., Gómez Borja, M. Á., Alarcón del Amo, M. C. (2011). Redes sociales virtuales, ¿de qué depende su uso en España?
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=81822806011>

- Luna, A. (2018). Trastornos de ansiedad en adolescentes. *Más psicología*.
<https://trastornosdeansiedad899675720.wordpress.com/2018/05/14/trastornos-de-ansiedad-en-adolescentes/>
- Martín Critikián, D. y Medina Núñez, M. (2021). Redes sociales y la adicción al like de la generación z. *Revista de Comunicación y Salud*, 11, 55-76.
<https://doi.org/10.35669/rcys.2021.11.e281>
- Malo Cerrato, S., Martín Perpiña, M. y Viñas Poch, F. (2018). Uso excesivo de redes sociales: Perfil psicosocial de adolescentes españoles.
<https://www.revistacomunicar.com/index.php?contenido=detalles&numero=56&articulo=56-2018-10>
- McCarthy, C. (2019). La ansiedad en los adolescentes va en aumento: ¿qué está pasando? *Healthy children.org*. <https://www.healthychildren.org/Spanish/health-issues/conditions/emotional-problems/Paginas/Anxiety-Disorders.aspx>
- Marchant, I. (2020). Panorama del escenario digital del Perú 2021.
<https://www.comscore.com/lat/Prensa-y-Eventos/Presentaciones-y-libros-blancos/2022/Panorama-del-escenario-digital-del-Peru-2021>
- Martínez, S., Sáiz, P. y García, M. (2008). Trastornos de ansiedad en atención primaria. *Monográfico*, 1, 9-14.
- Ministerio de Salud (2019). <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/49244-se-recomienda-menos-de-cuatro-horas-diarias-de-internet-para-evitar-adiccion-en-menores-de-edad>
- Mohanna, G. y Romero, D. E. (2019). *Adicción a las Redes Sociales y Ansiedad en estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana de Barranco, UGEL N° 07, 2016*. (Tesis de psicología).

https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/628014/Mohanna_VG.pdf?sequence=3&isAllowed=y

Obando Cuellar, A. (2017). *Teorías y métodos: Psicoanálisis*.

<https://digitk.areandina.edu.co/bitstream/handle/areandina/1387/Teor%C3%ADas%20y%20m%C3%A9todos%20Psicoan%C3%A1lisis.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Odriozola, A. (2020). La adicción a las redes se dispara con la pandemia: Cinco formas de recuperar el control y desintoxicarte. <https://smoda.elpais.com/moda/5-cambios-faciles-para-retomar-el-control-emocional-sobre-las-redes-sociales/>

Organización Mundial de la Salud (2015). Salud del adolescente. https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1

Organización Mundial de la Salud (2019). Adicciones a las nuevas tecnologías. *Ciberadicciones*, p. 136. https://www.aepap.org/sites/default/files/pags._131-142_ciberadicciones.pdf

Pacheco, D. G. (2019). *Adicción al internet, impulsividad y ansiedad en estudiantes de nivel secundaria de dos instituciones educativas de villa el salvador*. (Tesis de psicología).

<http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/696/1/PACHECO%20CHAVEZ%2c%20DANA%20GRACIELA.pdf>

Piscoya, L. (1982). *investigación científica educacional-lima*, Amaru Editores (1987, p.76). https://sisbib.unmsm.edu.pe/bibvirtualdata/tesis/human/quiros_p_r/cap4.pdf

Portal, M. Z. (2019). *Adicción a redes sociales y nivel de ansiedad en estudiantes de 4to y 5to de Secundaria la Institución Educativa Pedro Ruiz Gallo 3074 Carabayllo, 2019*. (Tesis de enfermería).

http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/38323/Portal_RMZ.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Quesada, V. J. (2017). Nomofobia ¿Qué es? *AGAMFEC*.

<https://revista.agamfec.com/nomofobia-que-es/>

Real academia española. (2018). *Autocontrol*. <https://dle.rae.es/?id=4RjRtUq>

Riehm, K. (2016). Los adolescentes que abusan de las redes sociales tienen mayor riesgo de sufrir ansiedad y depresión. *Público*. <https://www.publico.es/sociedad/redes-sociales-adolescentes-abusan-redes-sociales-mayor-riesgo-sufrir-ansiedad-depresion.html>

Royal Society For Public y el Young Health Movement (2020). Estudio evidencia el impacto que tiene el uso de las redes sociales en la salud mental de los jóvenes. <https://relacionesinteligentes.com/redes-sociales-en-salud-mental-juvenil/>

Rojas Clavijo, S. (2019). “Propiedades psicométricas de la escala autoaplicada de Zung para ansiedad (Zung SAS) en población colombiana.

<https://repositorio.iberro.edu.co/bitstream/001/951/1/Propiedades%20psicom%20%a9tricas%20de%20la%20escala%20autoaplicada%20de%20Zung%20para%20a nsiedad%20%28Zung%20SAS%29%20en%20poblaci%20%b3n%20colombiana.pdf>

Robb, M. (2016). Adicción a la tecnología,

<https://www.commonsensemedia.org/es/articulos/adiccion-a-la-tecnologia-lo-que-los-padres-necesitan-saber>

Rojas, E. (2014). *Cómo superar la ansiedad*.

https://www.planetadelibros.com/libros_contenido_extra/30/29106_Como_superar_la_ansiedad.pdf

- Royal Society of Public Health (2019). Las redes sociales generan más adicción que la nicotina y el alcohol. *América economía cluster salud*.
<https://clustersalud.americaeconomia.com/tiinnovacion/estudio-las-redes-sociales-generan-mas-adiccion-que-la-nicotina-y-el-alcohol>
- Rull, A. (2018). Adicción a redes sociales, síntomas y consecuencias.
<https://www.elperiodico.com/es/ser-feliz/20180723/adiccion-redes-sociales-sintomas-consecuencias-6950748>
- Sánchez Carlessi, H., Reyes Romero, C. y Mejía Sáenz, K. (2018). Manual de términos en investigación científica, tecnología y humanista.
<https://www.urp.edu.pe/pdf/id/13350/n/libro-manual-de-terminos-en-investigacion.pdf>
- Sánchez, M., Pírela, L. (2010). Propiedades psicométricas de la prueba de inteligencia Otis en estudiantes de Educación mención Orientación. *Omnia*. 16 (1), 111.
<https://www.redalyc.org/pdf/737/73715016006.pdf>
- Sierra, J.C., Ortega, V. y Zubaidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. <https://www.redalyc.org/pdf/271/27130102.pdf>
- Valencia Ortiz, R., Cabero Almenara, J., Garay Ruiz, U. y Fernández Robles, B. (2021). Problemática de estudio e investigación de la adicción a las redes sociales online en jóvenes y adolescentes. *Tecnología, Ciencia y Educación*, 18, 99-125.
- Venegas, M. C. (2012). *El trastorno de ansiedad generalizada en adolescentes*. (Tesis de psicología). <https://intellectum.unisabana.edu.co/handle/10818/4637>
- Villanueva, L. E. y Ugarte, A. R. (2017). *Niveles de ansiedad y la calidad de vida en estudiantes de una universidad privada de Arequipa*. (Tesis de psicología).
<http://revistas.unife.edu.pe/index.php/avancesenpsicologia/article/view/351/84>

- Villanueva Kounig, L.E. y Ugarte Concha A.R. (2017). Niveles de ansiedad y la calidad de vida en estudiantes de una universidad privada de Arequipa. https://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2017_2/NIVELES%20DE%20ANSIEDAD.pdf
- Virues, R. A. (2005). Estudio sobre ansiedad. *Revista psicología científica.com*. <http://www.psicologiacientifica.com/ansiedad-estudio/>
- Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyber Psychology & Behavior*, 1, 237-244. <https://psycnet.apa.org/record/2000-16534-005>
- Zung, W. (1971). Test de ansiedad de Zung. Niveles(pag.159). https://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2017_2/NIVELES%20DE%20ANSIEDAD.pdf
- Zavala, S. (2021). Ansiedad, Síntomas de Adicción a las Redes Sociales y Procrastinación en Adolescentes de Colegios Públicos de Villavicencio. <https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/33756/2021sarazabala.pdf?sequence=6&isAllowed=y>

ANEXO

Anexo: N°01: Matriz de Consistencia

TITULO	PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLE DE ESTUDIO	METODOLOGÍA
ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y NIVEL DE ANSIEDAD EN LOS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA EN UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE LIMA, 2021	PROBLEMA GENERAL: ¿Qué relación existe entre la adicción a redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa, Lima – 2021?	OBJETIVO GENERAL: Determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa, Lima – 2021.	HIPÓTESIS GENERAL: Existe una relación directa entre la adicción a las redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa, Lima-2021.	Variable 1: ADICCIÓN A REDES SOCIALES	<u>METÓDO DE INVESTIGACIÓN</u> Científico
	PROBLEMAS ESPECÍFICOS: - ¿Cómo se relaciona la dimensión obsesión a las redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa, Lima – 2021?	OBJETIVOS ESPECÍFICOS: - Establecer la relación entre la dimensión obsesión a las redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa, Lima – 2021.	HIPÓTESIS ESPECÍFICAS: - Existe una relación directa entre la dimensión obsesión a las redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa, Lima – 2021.	Dimensiones: - Obsesión a las redes sociales.	<u>TIPO DE INVESTIGACIÓN</u> Básica
	- ¿Cómo se relaciona la dimensión falta de control personal en el uso de las redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa, Lima – 2021?	- Establecer la relación entre la dimensión falta de control personal en el uso de las redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa, Lima – 2021.	- Existe una relación directa entre la dimensión falta de control personal en el uso de las redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa, Lima – 2021.	- Falta de control personal en el uso de las redes sociales.	<u>NIVEL DE INVESTIGACIÓN</u> Descriptivo correlacional
	- ¿Cómo se relaciona la dimensión uso excesivo de las redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa, Lima – 2021?	- Establecer la relación entre la dimensión uso excesivo de las redes sociales y el autocontrol de los estudiantes de secundaria de una institución educativa, Lima – 2021.	- Existe una relación directa entre la dimensión uso excesivo de las redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria de una institución educativa, Lima – 2021.	- Uso excesivo de las redes sociales.	<u>DISEÑO DE INVESTIGACION</u> Correlacional
				Variable 2: NIVEL DE ANSIEDAD	<u>POBLACIÓN</u> Conformado por 120 estudiantes del nivel secundario de la I.E.P. San Marcelo de San Miguel, Lima.
				Niveles: - Dentro de los límites normales.	<u>MUESTRA</u> Conformado por 120 estudiantes de ambos sexos del nivel secundario de la I.E.P. San Marcelo del distrito de San Miguel, provincia de Lima, departamento de Lima.
				- Presencia de ansiedad mínima a moderada. - Presencia de ansiedad marcada a severa. - Presencia a de ansiedad en grado máximo.	<u>TIPO DE MUESTREO</u> Tipo Censal
					<u>TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS</u>

Cuestionario de Adicciones a redes sociales (ARS), de M. Ecurra y E. Salas. (2014)

Escala de Auto-evaluación de Ansiedad (EAA), de W. Zung (1971)

Anexo: N°02: Matriz de Operacionalización de Variables

Variable	Definición conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Ítems	Naturaleza de la variable	Escala de medición
Adicción A las Redes Sociales	El autor define a las adicciones como conductas que suelen ser repetidas y a su vez placenteras en un primer momento, que al uso constante genera niveles altos de ansiedad (Escurra, 2014)	Para identificar la adicción a las redes sociales se administrará el Cuestionario de Adicciones a las Redes Sociales (ARS) diseñado por los autores Escurra y Salas (2014). El cual contiene 24 ítems, con una escala tipo Likert, y una calificación de cinco puntos (de cero a cuatro), tomando en cuenta la frecuencia nunca (N) hasta siempre (S), con un nivel de calificación de medios y altos del rasgo.	1. Obsesión a las redes sociales.	2, 3, 5, 6, 7, 13,15, 19, 22, 23	Cualitativo	Ordinal
			2. Falta de control personal en el uso de las redes sociales.	4,11,12,14, 20, 24		
			3. Uso excesivo de las redes sociales.	1,8,9,10,16, 17, 18, 21		
Nivel De Ansiedad	El autor refiere como un temor anticipado de un peligro futuro, cuyo origen es desconocido o no se reconoce (Zung, 1971)	Para identificar el nivel de ansiedad se administrará la Escala de Autoevaluación de Ansiedad (EAA), diseñado por el autor W. Zung (1971). El cual contiene 20 ítems, con una escala tipo Likert, y una calificación de cuatro puntos (de uno a cuatro), tomando en cuenta la frecuencia muy pocas veces, algunas veces, muchas veces y casi siempre, con un nivel de calificación de cuatro niveles: Primer nivel: Dentro de los límites normales. Segundo nivel: presencia de ansiedad mínima a moderada. Tercer nivel: presencia de ansiedad marcada a severa. Cuarto nivel: presencia de ansiedad en grado máximo.	Síntomas afectivos	5, 9, 13, 17, 19	Cualitativo	Ordinal
			Síntomas somáticos	1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 10, 11, 12, 14, 15, 16, 18, 20		

Anexo: N°03: Matriz de Operacionalización del Instrumento

ANEXO 3.1.- MATRIZ DEL INSTRUMENTO N°01				
INSTRUMENTOS	DIMENSIONES	ITEMS	NATURALEZA DEL INSTRUMENTO	ESCALA DE MEDICION
TES DE ARS (USO DE REDES SOCIALES) ESCURRA, M. Y SALAS, E. (2014)	D1. Obsesión por las redes sociales	2, 3, 5, 6, 7, 13, 15, 19, 22 ,23	Cualitativo	Ordinal
	D2. Falta de control	4, 11, 12, 14, 20,24	Cualitativo	Ordinal
	D3. Uso excesivo de las redes sociales	1, 8, 9, 10, 16, 17, 18, 21	Cualitativo	Ordinal
ANEXO 3.2.- MATRIZ DEL INSTRUMENTO N°02				
ESCALA DE AUTOEVALUACION DE ANSIEDAD (EAA) - ZUNG	D1. Síntomas somáticos	1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 10, 11, 12, 14, 15, 16, 18, 20	Cualitativo	Ordinal
	D2. Síntomas afectivos	5, 9, 13,17, 19	Cualitativo	Ordinal

Anexo N°04: Propuesta de Instrumentos de recolección de datos.

CUESTIONARIO DE ADICCIÓN A REDES SOCIALES (ARS)

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

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

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

ESCALA DE AUTO-EVALUACION DE ANSIEDAD (EAA)

Escala "A" Zung

Por favor elija la respuesta que más se aproxime a la forma en que se siente en general, para ello utilice la siguiente clave de respuestas:

1. Nunca o casi nunca.
2. A veces.
3. Con frecuencia.
4. Siempre o casi siempre.

SITUACION QUE ME DESCRIBE	Nunca o casi nunca	A veces	Con frecuencia	Siempre o casi siempre
1. Me siento más nervioso(a) y ansioso(a) que de costumbre.				
2. Me siento con temor sin razón				
3. Despierto con facilidad o siento miedo intenso				
4. Me siento como si fuera a reventar y partirme en pedazos				
5. Siento que todo está bien y que nada malo puede sucederme				
6. Me tiemblan los brazos y las piernas				
7. Tengo dolores de cabeza, cuello o cintura				
8. Me siento débil y me canso fácilmente				
9. Me siento tranquilo y puedo permanecer en calma fácilmente				
10. Puedo sentir que me late muy rápido el corazón				
11. Sufro de mareos				
12. Sufro de desmayos o siento que me voy a desmayar				
13. Puedo inspirar y expirar fácilmente				
14. Se me adormecen o hincan los dedos de las manos y pies				
15. Sufro de molestias estomacales o indigestión				
16. Orino con mucha frecuencia				
17. Generalmente mis manos están secas y calientes				
18. Siento sensación repentina de calor corporal intenso a menudo con sudoración profusa y enrojecimiento de la cabeza, cuello y pecho.				
19. Me quedo dormido con facilidad y descanso bien durante la noche				
20. Tengo pesadillas				

CUESTIONARIO DE ADICCIÓN A REDES SOCIALES (ARS)

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

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

Nombres y apellidos: *

Jhineska Peralta

1-Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales *

- Siempre
 Casi siempre
 Algunas veces
 Rara vez
 Nunca

25/1/22 19:26

CUESTIONARIO DE ADICCIÓN A REDES SOCIALES (ARS)

2-Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales *

- Siempre
 Casi siempre
 Algunas veces
 Rara vez
 Nunca

3-El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más. *

- Siempre
 Casi siempre
 Algunas veces
 Rara vez
 Nunca

4-Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales. *

- Siempre
 Casi siempre
 Algunas veces
 Rara vez
 Nunca

5-No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales. *

- Siempre
 Casi siempre
 Algunas veces
 Rara vez
 Nunca

6-Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales. *

- Siempre
 Casi siempre
 Algunas veces
 Rara vez
 Nunca

7-Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales. *

- Siempre
 Casi siempre
 Algunas veces
 Rara vez
 Nunca

8-Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja. *

- Siempre
 Casi siempre
 Algunas veces
 Rara vez
 Nunca

9-Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo. *

- Siempre
 Casi siempre
 Algunas veces
 Rara vez
 Nunca

10-Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado *

- Siempre
 Casi siempre
 Algunas veces
 Rara vez
 Nunca

11-Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales *

- Siempre
 Casi siempre
 Algunas veces
 Rara vez
 Nunca

12-Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales *

- Siempre
 Casi siempre
 Algunas veces
 Rara vez
 Nunca

13-Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días. *

- Siempre
 Casi siempre
 Algunas veces
 Rara vez
 Nunca

14-Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales *

- Siempre
 Casi siempre
 Algunas veces
 Rara vez
 Nunca

15-Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales *

- Siempre
 Casi siempre
 Algunas veces
 Rara vez
 Nunca

16-Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales *

- Siempre
 Casi siempre
 Algunas veces
 Rara vez
 Nunca

17- Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales. *

- Siempre
 Casi siempre
 Algunas veces
 Rara vez
 Nunca

18-Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora *

- Siempre
 Casi siempre
 Algunas veces
 Rara vez
 Nunca

19-Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales. *

- Siempre
 Casi siempre
 Algunas veces
 Rara vez
 Nunca

25/1/22 19:26

CUESTIONARIO DE ADICCIÓN A REDES SOCIALES (ARS)

20-Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales. *

- Siempre
 Casi siempre
 Algunas veces
 Rara vez
 Nunca

21-Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales *

- Siempre
- Casi siempre
- Algunas veces
- Rara vez
- Nunca

22-Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales *

- Siempre
- Casi siempre
- Algunas veces
- Rara vez
- Nunca

25/1/22 19:25

CUESTIONARIO DE ADICCIÓN A REDES SOCIALES (AKS)

23-Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a). *

- Siempre
- Casi siempre
- Algunas veces
- Rara vez
- Nunca

24-Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social. *

- Siempre
- Casi siempre
- Algunas veces
- Rara vez
- Nunca

Este contenido no ha sido creado ni aprobado por Google.

Google Formularios

Test de autoevaluación de ansiedad (EAA)

ESCALA DE AUTO-EVALUACION DE ANSIEDAD (EAA)

Escala "A" Zung

Por favor elija la respuesta que más se aproxime a la forma en que se siente en general, para ello utilice la siguiente clave de respuestas:

1. Nunca o casi nunca.
2. A veces.
3. Con frecuencia.
4. Siempre o casi siempre.

Nombre y apellido *

1. Me siento más nervioso(a) y ansioso(a) que de costumbre. *

1. Nunca o casi nunca.
2. A veces.
3. Con frecuencia.
4. Siempre o casi siempre.

3. Despierto con facilidad o siento miedo intenso *

1. Nunca o casi nunca.
2. A veces.
3. Con frecuencia.
4. Siempre o casi siempre.

5. Siento que todo está bien y que nada malo puede sucederme *

1. Nunca o casi nunca.
2. A veces.
3. Con frecuencia.
4. Siempre o casi siempre.

7. Tengo dolores de cabeza, cuello o cintura *

1. Nunca o casi nunca.
2. A veces.
3. Con frecuencia.
4. Siempre o casi siempre.

9. Me siento tranquilo y puedo permanecer en calma fácilmente *

1. Nunca o casi nunca.
2. A veces.
3. Con frecuencia.
4. Siempre o casi siempre.

2. Me siento con temor sin razón *

1. Nunca o casi nunca.
2. A veces.
3. Con frecuencia.
4. Siempre o casi siempre.

4. Me siento como si fuera a reventar y partirme en pedazos *

1. Nunca o casi nunca.
2. A veces.
3. Con frecuencia.
4. Siempre o casi siempre.

6. Me tiemblan los brazos y las piernas *

1. Nunca o casi nunca.
2. A veces.
3. Con frecuencia.
4. Siempre o casi siempre.

8. Me siento débil y me canso fácilmente *

1. Nunca o casi nunca.
2. A veces.
3. Con frecuencia.
4. Siempre o casi siempre.

10. Puedo sentir que me late muy rápido el corazón *

1. Nunca o casi nunca.
2. A veces.
3. Con frecuencia.
4. Siempre o casi siempre.

11. Sufro de mareos *

1. Nunca o casi nunca.
2. A veces.
3. Con frecuencia.
4. Siempre o casi siempre.

12. Sufro de desmayos o siento que me voy a desmayar *

1. Nunca o casi nunca.
2. A veces.
3. Con frecuencia.
4. Siempre o casi siempre.

13. Puedo inspirar y expirar fácilmente *

1. Nunca o casi nunca.
2. A veces.
3. Con frecuencia.
4. Siempre o casi siempre.

14. Se me adormecen o hincan los dedos de las manos y pies *

1. Nunca o casi nunca.
2. A veces.
3. Con frecuencia.
4. Siempre o casi siempre.

15. Sufro de molestias estomacales o indigestión *

1. Nunca o casi nunca.
2. A veces.
3. Con frecuencia.
4. Siempre o casi siempre.

16. Orino con mucha frecuencia *

1. Nunca o casi nunca.
2. A veces.
3. Con frecuencia.
4. Siempre o casi siempre.

17. Generalmente mis manos están secas y calientes *

1. Nunca o casi nunca.
2. A veces.
3. Con frecuencia.
4. Siempre o casi siempre.

18. Siento sensación repentina de calor corporal intenso a menudo con sudoración profusa y enrojecimiento de la cabeza, cuello y pecho. *

1. Nunca o casi nunca.
2. A veces.
3. Con frecuencia.
4. Siempre o casi siempre.

19. Me quedo dormido con facilidad y descanso bien durante la noche *

1. Nunca o casi nunca.
2. A veces.
3. Con frecuencia.
4. Siempre o casi siempre.

20. Tengo pesadillas *

1. Nunca o casi nunca.
2. A veces.
3. Con frecuencia.
4. Siempre o casi siempre.

Anexo N°05: Confiabilidad de los instrumentos

Tabla 11

Prueba piloto de Escala de Autoevaluación de Ansiedad (EAA)

Resumen de procesamiento de casos			
		N	%
Casos	Válido	15	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	15	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,865	20

Siendo alfa de cronbach 0,865 se tiene una confiabilidad alta

Prueba piloto de redes sociales (ARS)

Resumen de procesamiento de casos			
		N	%
Casos	Válido	15	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	15	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,919	24

Siendo alfa de cronbach 0,916 se tiene una confiabilidad alta

28	1	0	2	1	0	0	2	0	0	2	4	2	4	2	3	1	2	3	0	2	2	3	2	3	41	28	2	2	1	1	2	1	2	2	2	2	1	1	3	1	2	2	2	3	2	36			
29	2	1	0	3	0	0	1	1	1	2	1	0	4	0	0	2	2	1	0	2	3	1	1	0	28	29	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	24		
30	0	0	0	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	11	30	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	4	3	2	3	2	1	1	4	34		
31	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	4	4	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	12	31	2	1	2	1	4	2	3	1	3	4	1	1	4	3	1	1	1	2	1	1	39		
32	2	2	0	0	1	0	1	0	2	0	0	4	4	2	0	0	0	0	0	1	2	4	3	1	29	32	1	1	1	1	3	1	2	2	3	2	1	1	4	2	2	2	3	1	1	4	38		
33	1	2	1	1	1	0	0	4	4	1	0	3	4	2	0	3	3	4	0	2	3	3	1	2	45	33	2	3	3	3	2	4	4	3	1	1	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	63		
34	3	2	0	4	0	0	0	1	4	3	0	2	1	0	0	3	3	2	0	0	0	0	0	1	29	34	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	31		
35	3	0	2	4	2	3	3	4	3	3	4	3	1	0	3	3	3	4	3	3	3	3	2	2	64	35	2	4	4	2	2	4	3	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	69	
36	3	1	0	2	0	0	0	2	2	2	0	4	3	2	1	3	3	2	0	2	2	1	0	3	38	36	1	1	1	2	2	2	2	2	3	2	1	1	3	2	2	2	1	4	4	4	4	42	
37	1	0	0	3	0	0	0	0	4	2	1	2	4	0	0	2	1	0	1	2	2	1	1	0	27	37	2	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	29	
38	1	1	1	3	1	1	1	1	3	3	0	1	2	2	0	2	2	3	0	2	3	1	2	1	37	38	1	1	1	1	4	1	2	1	3	1	2	1	1	2	1	1	1	4	4	1	34		
39	1	1	2	2	4	4	2	4	4	2	4	2	1	2	2	3	2	0	2	3	3	3	3	2	58	39	1	1	1	1	3	1	1	1	4	1	1	1	4	2	1	1	2	1	2	1	31		
40	0	0	0	0	0	0	0	2	2	1	0	0	4	0	0	1	2	2	0	1	2	0	0	0	17	40	3	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	26		
41	2	2	1	2	0	0	0	1	1	0	0	1	3	1	1	1	0	2	0	1	2	1	1	1	24	41	1	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23	
42	2	1	1	3	2	0	1	2	2	1	1	2	3	1	1	1	2	3	0	0	1	1	1	1	33	42	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	1	1	3	1	1	1	2	2	3	2	42	
43	1	2	1	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	41	43	4	2	1	1	2	1	1	2	2	1	1	1	3	1	1	2	2	1	2	2	33		
44	1	1	0	1	0	0	0	1	2	3	0	1	4	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	17	44	1	1	1	1	3	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	25	
45	3	3	4	3	2	2	2	3	2	2	4	2	0	2	4	3	2	3	1	1	2	2	2	2	56	45	2	1	4	2	4	4	4	3	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	2	64	
46	2	2	1	1	0	0	0	2	1	1	0	2	1	1	1	2	1	2	1	1	2	1	1	2	29	46	2	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	2	1	1	3	2	31		
47	2	1	0	1	2	0	0	0	1	1	1	4	2	0	0	1	1	0	1	1	2	2	1	2	26	47	3	2	2	4	2	2	3	1	2	2	1	1	4	4	1	3	3	1	2	2	45		
48	1	0	0	1	0	1	1	1	0	1	1	2	1	0	1	0	2	3	0	0	1	1	1	2	21	48	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	4	4	2	4	4	35	
49	2	0	0	3	2	0	0	2	3	2	3	1	3	0	3	2	2	1	2	1	3	2	2	3	42	49	4	1	2	1	2	2	2	2	2	2	1	1	4	4	2	4	4	4	4	1	49		
50	4	3	2	4	3	3	3	4	3	4	4	2	1	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	81	50	2	2	1	2	3	2	2	1	2	2	1	1	3	2	2	2	2	2	3	2	39			
51	3	3	2	3	3	2	4	4	4	4	4	4	0	4	4	4	4	4	3	2	4	4	4	81	51	1	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	74	
52	3	3	3	2	1	1	2	0	2	3	0	0	4	1	0	0	0	0	0	1	2	2	0	0	30	52	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	1	1	3	2	2	3	2	2	2	2	37		
53	1	1	0	1	1	0	1	2	1	0	2	0	3	1	2	0	2	1	0	1	1	1	0	0	22	53	2	2	1	1	3	2	2	1	3	2	1	1	3	3	2	2	3	2	2	3	41		
54	0	0	0	2	0	0	0	1	0	1	0	0	4	0	0	0	2	0	0	0	2	1	0	0	13	54	1	1	2	1	3	1	1	1	2	1	1	1	4	1	2	2	1	2	3	2	33		
55	1	2	2	3	3	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	3	1	0	2	1	2	1	43	55	1	1	1	1	3	2	2	1	3	1	1	1	4	2	2	2	1	1	3	1	34		
56	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	0	4	4	4	4	4	3	3	4	4	89	56	2	3	2	1	2	2	3	2	2	2	1	1	3	2	2	3	2	2	2	2	41			
57	3	2	2	2	3	2	1	3	2	3	3	1	0	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	54	57	1	1	1	1	4	1	2	1	3	1	1	1	4	1	2	1	1	1	4	1	33			
58	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	2	0	4	4	4	3	4	3	2	3	3	4	2	76	58	1	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	74

59	1	2	0	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	3	1	0	0	2	0	0	2	1	1	0	1	18	59	3	2	2	2	2	3	2	2	2	1	1	3	2	2	3	2	2	3	43		
60	3	2	1	2	1	2	1	2	3	3	1	0	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	42	60	1	1	1	1	4	1	2	1	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	59
61	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	1	3	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	11	61	2	1	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24	
62	2	1	2	2	0	1	0	2	0	1	0	2	2	0	0	2	2	1	0	0	0	0	1	0	21	62	2	1	1	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	1	2	34	
63	2	1	1	3	0	0	3	2	2	3	1	2	2	1	0	1	2	0	1	1	1	2	2	0	33	63	2	1	1	1	3	1	4	2	4	1	1	1	4	1	1	2	1	1	1	1	34	
64	1	1	0	3	0	0	0	2	2	2	1	2	2	0	1	2	1	1	1	1	2	1	3	0	29	64	2	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1	3	1	4	32	
65	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	0	3	0	57	65	1	1	1	2	3	1	1	1	3	1	1	1	4	1	1	1	1	2	2	1	30
66	2	2	0	3	1	1	0	1	2	2	2	1	4	2	2	2	2	3	1	2	2	3	3	3	46	66	2	2	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	2	3	3	4	3	3	3	3	61	
67	2	2	2	4	2	2	2	3	3	3	1	0	0	1	1	2	3	2	2	2	4	0	3	1	47	67	2	1	3	4	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	70
68	2	2	3	2	2	3	1	2	2	2	3	1	2	2	1	1	2	1	1	1	3	2	4	2	47	68	2	3	1	1	2	4	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	42	
69	2	3	0	4	3	2	2	1	4	3	3	2	1	3	3	3	3	3	1	3	4	3	2	2	60	69	2	3	2	4	2	2	3	3	2	3	1	1	2	3	2	3	4	2	2	3	49	
70	1	1	1	2	0	0	0	1	2	1	1	2	2	1	1	1	2	0	0	0	0	0	4	3	26	70	3	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	26	
71	1	1	0	0	4	0	0	1	0	0	0	0	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	2	0	14	71	1	1	2	1	3	2	2	2	4	1	2	2	4	1	2	1	3	1	1	2	38
72	2	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	2	2	1	0	2	2	1	0	1	1	0	0	4	26	72	2	2	1	1	3	2	2	1	2	2	2	2	4	2	4	3	4	4	3	2	48	
73	2	1	1	1	2	1	2	3	1	2	0	2	1	2	2	2	2	1	1	2	2	0	1	1	35	73	2	1	1	1	1	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	2	58
74	2	2	2	3	2	2	2	3	2	1	0	2	1	1	0	2	3	2	1	2	3	1	1	2	42	74	1	1	1	1	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	64	
75	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	2	1	0	0	1	2	1	0	0	1	2	3	2	22	75	3	3	3	3	3	1	1	1	1	2	1	1	4	4	1	4	4	2	2	2	46	
76	2	2	3	4	2	0	2	4	4	4	4	3	1	0	0	3	4	4	4	3	2	1	0	0	56	76	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	76
77	2	2	2	3	1	0	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	2	0	1	3	4	2	37	77	1	1	1	1	1	4	1	4	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1	1	1	35	
78	2	2	0	2	1	0	0	2	1	4	0	3	2	1	0	3	2	1	0	2	1	2	3	1	35	78	2	1	1	1	1	2	3	2	2	4	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	30
79	1	1	1	4	4	1	2	0	3	1	1	3	2	2	0	3	4	1	2	3	3	0	2	1	45	79	3	2	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	1	4	1	1	1	60	
80	2	3	2	3	1	3	2	1	4	3	2	2	2	2	1	3	3	3	2	3	1	1	4	4	57	80	2	3	3	4	1	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	2	67
81	2	0	2	2	0	3	4	2	4	4	0	4	2	4	0	3	2	4	0	0	2	2	3	1	50	81	2	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	1	1	3	1	1	4	1	60
82	2	2	2	2	1	1	1	1	2	1	0	3	3	3	3	1	2	1	1	0	0	2	2	0	36	82	2	2	2	1	4	2	2	2	3	1	2	2	4	1	2	1	1	1	1	4	40	
83	3	3	1	3	3	1	3	4	3	3	1	3	1	3	1	2	3	1	1	2	2	2	2	1	52	83	2	4	2	4	2	4	4	4	2	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	70	
84	2	1	2	3	2	1	1	1	1	1	1	2	1	2	0	3	3	2	1	2	2	1	3	3	41	84	1	1	1	1	4	1	4	1	1	4	1	4	4	2	2	2	2	3	4	2	45	
85	1	0	2	1	0	0	2	0	0	2	4	2	4	2	3	1	2	3	0	2	2	2	3	2	40	85	2	2	1	1	2	1	2	2	2	4	1	4	3	4	2	4	2	3	4	4	50	
86	2	1	0	3	0	0	1	1	1	2	1	0	4	0	0	2	2	1	0	2	3	2	1	0	29	86	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	4	1	1	1	1	1	4	4	34	
87	0	0	0	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	3	0	12	87	2	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	4	31	
88	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	4	4	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	13	88	2	1	2	1	4	2	3	1	3	4	1	1	4	3	1	1	1	3	2	4	44	
89	2	2	0	0	1	0	1	0	2	0	0	4	4	2	0	0	0	0	0	1	2	0	0	0	21	89	1	1	1	1	3	1	2	2	3	2	1	1	4	2	2	2	3	2	3	3	40	

90	1	2	1	1	1	0	0	4	4	1	0	3	4	2	0	3	3	4	0	2	3	0	0	1	40	90	2	2	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2	3	4	2	4	4	4	4	2	48		
91	3	2	0	4	0	0	0	1	4	3	0	2	1	0	0	3	3	2	0	0	0	1	1	1	31	91	1	1	1	2	3	1	1	1	3	1	1	1	4	1	1	1	1	3	1	4	33		
92	2	1	1	3	0	0	3	2	2	3	1	2	2	1	0	1	2	0	1	1	1	0	4	0	33	92	2	2	3	4	1	3	4	3	1	3	4	1	2	3	2	4	3	3	2	2	52		
93	1	1	0	3	0	0	0	2	2	2	1	2	2	0	1	2	1	1	1	1	2	1	3	0	29	93	2	1	3	1	3	1	2	1	4	1	1	1	3	3	3	2	4	2	2	3	43		
94	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	0	3	0	57	94	2	3	1	1	2	4	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	4	1	2	42		
95	2	2	0	3	1	1	0	1	2	2	2	1	4	2	2	2	2	3	1	2	2	3	3	3	46	95	2	3	2	4	2	2	3	3	2	3	1	1	2	3	2	3	4	3	1	2	48		
96	2	2	2	4	2	2	2	3	3	3	1	0	0	1	1	2	3	2	2	2	4	0	3	1	47	96	3	3	4	3	2	3	2	4	2	4	2	2	2	2	2	3	3	3	4	3	4	58	
97	2	2	3	2	2	3	1	2	2	2	3	1	2	2	1	1	2	1	1	1	3	2	4	2	47	97	1	1	2	1	3	2	2	2	4	1	2	2	4	1	2	1	3	4	1	2	41		
98	2	3	0	4	3	2	2	1	4	3	3	2	1	3	3	3	3	3	1	3	4	3	2	2	60	98	2	2	1	1	3	2	2	1	2	2	2	2	3	2	1	3	2	2	2	2	39		
99	1	1	1	2	0	0	0	1	2	1	1	2	2	1	1	1	2	0	0	0	0	0	4	3	26	99	2	1	1	1	1	2	2	2	4	1	1	1	2	2	2	3	4	2	2	4	40		
100	1	1	0	0	4	0	0	1	0	0	0	0	4	0	0	0	0	0	0	0	0	1	2	0	14	100	1	1	1	1	4	2	3	2	2	2	1	1	3	2	1	2	2	3	1	4	39		
101	2	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	2	2	1	0	2	2	1	0	1	1	0	0	4	26	101	3	1	3	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	26		
102	2	1	1	1	2	1	2	3	1	2	0	2	1	2	2	2	2	1	1	2	2	0	1	1	35	102	1	1	4	1	4	1	4	2	4	1	1	1	4	2	1	1	1	3	1	1	39		
103	2	2	2	3	2	2	2	3	2	1	0	2	1	1	0	2	3	2	1	2	3	1	1	2	42	103	1	4	4	1	4	4	1	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	67	
104	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	2	1	0	0	1	2	1	0	0	1	2	3	2	22	104	2	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	28		
105	2	2	3	4	2	0	2	4	4	4	4	3	1	0	0	3	4	4	4	3	2	1	0	0	56	105	3	2	4	4	4	4	4	2	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	71	
106	2	2	2	3	1	0	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	2	0	1	3	4	2	37	106	2	3	3	1	1	2	3	4	3	2	1	1	1	1	2	1	2	2	1	4	40		
107	2	2	0	2	1	0	0	2	1	4	0	3	2	1	0	3	2	1	0	2	1	2	3	1	35	107	2	1	1	1	3	2	3	1	4	2	1	1	4	4	1	3	1	4	4	4	4	47	
108	1	1	1	4	4	1	2	0	3	1	1	3	2	2	0	3	4	1	2	3	3	0	2	1	45	108	2	2	4	4	4	4	2	4	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	70
109	2	3	2	3	1	3	2	1	4	3	2	2	2	2	1	3	3	3	2	3	1	1	4	4	57	109	4	1	2	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	71
110	2	0	2	2	0	3	4	2	4	4	0	4	2	4	0	3	2	4	0	0	2	2	3	1	50	110	1	1	1	1	1	4	1	4	1	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	56	
111	2	2	2	2	1	1	1	1	2	1	0	3	3	3	3	1	2	1	1	0	0	2	2	0	36	111	2	2	1	1	2	1	2	2	2	2	1	1	3	1	2	2	4	1	1	1	34		
112	3	3	1	3	3	1	3	4	3	3	1	3	1	3	1	2	3	1	1	2	2	2	2	1	52	112	4	4	1	4	4	4	1	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	70
113	2	1	2	3	2	1	1	1	1	1	1	2	1	2	0	3	3	2	1	2	2	1	3	3	41	113	2	1	1	1	3	1	4	4	3	2	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	60	
114	1	0	2	1	0	0	2	0	0	2	4	2	4	2	3	1	2	3	0	2	2	2	3	2	40	114	2	1	2	1	4	2	3	1	3	4	1	1	4	3	1	1	1	2	1	1	39		
115	2	1	0	3	0	0	1	1	1	2	1	0	4	0	0	2	2	1	0	2	3	2	1	0	29	115	1	1	1	1	3	1	2	2	3	2	1	1	4	2	2	2	3	1	1	1	35		
116	0	0	0	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	3	0	12	116	2	3	3	3	2	4	4	3	1	1	3	1	2	1	3	3	3	2	1	1	46		
117	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	4	4	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	13	117	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	1	1	4	2	1	1	1	1	1	1	36		
118	2	2	0	0	1	0	1	0	2	0	0	4	4	2	0	0	0	0	0	1	2	0	0	0	21	118	3	3	3	3	3	1	1	1	1	2	1	1	4	4	1	1	1	2	1	1	38		
119	1	2	1	1	1	0	0	4	4	1	0	3	4	2	0	3	3	4	0	2	3	0	0	1	40	119	1	1	4	1	4	1	4	2	4	1	1	1	4	2	1	1	1	4	1	1	40		
120	3	2	0	4	0	0	0	1	4	3	0	2	1	0	0	3	3	2	0	0	0	1	1	1	31	120	1	1	1	1	4	1	1	1	4	1	1	1	4	1	1	1	1	2	1	1	30		

Anexo N°07: Solicitud de permiso y carta de autorización

SOLICITO: permiso para realizar
trabajo de investigación.

Sr. Dr. Cesar Augusto Inca Soller

Director de la Institución Educativa Particular "SAN MARCELO "

S.D.

De mi mayor consideración:

Yo, Cesar Glicerio Cuba Huaytalla, Bachiller de Psicología, identificado con DNI N° 07472578 y con domicilio en Jr. Mariscal Miller Nro.340-Dpto.402, en el distrito de Jesús María, en el departamento de Lima, con el debido respeto me presento y expongo lo siguiente:

Que, habiendo culminado la carrera profesional de psicología como bachiller en la Universidad Peruana los Andes, licenciada por SUNEDU, el 18 de febrero del 2020 con resolución N° 025-2020-SUNEDU/CD, solicito a usted permiso para realizar el trabajo de investigación en su institución Educativa que usted dirige "SAN MARCELO", ubicado en Av. Pio XII Nro.272-Urb.Maranga-San Miguel, sobre **"ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y NIVEL DE ANSIEDAD EN LOS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA"**, el cual se aplicara a una población de alumnos de secundaria., el mismo que será estrictamente privado y confidencial, del cual brindara resultados válidos y confiables, los cuales serán útiles en el desarrollo de la prevención del uso excesivo de las redes sociales como también en el manejo adecuado de la ansiedad a nivel nacional e internacional del cual asimismo me permitirá optar el grado de Psicólogo.

Por lo expuesto:

Ruego a Ud. acceder a mi petición.

Lima, 01 de diciembre del 2021.



Cesar Soller
Recibido
02/12/2021

Cesar Glicerio Cuba Huaytalla
DNI N° 07472578

Email: cesar_cuba70@hotmail.com
Mobil: 991082166



INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIVADA
"SAN MARCELO"
 - San Miguel -

“Año del Bicentenario del Perú: 200 años de independencia”

Lima, 12 de diciembre 2021

Sr. Cesar Glicerio Cuba Huaytalla
 Bachiller en Psicología

Presente:

Por el presente esta institución particular “San Marcelo”, autoriza a realizar la investigación titulada “ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y NIVEL DE ANSIEDAD EN LOS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCION EDUCATIVA DE LIMA,2021”, el mismo que nos brindará grandes aportes que contribuirá a mejorar nuestra labor educativa y así brindar una educación integral a nuestros estudiantes.

Reiteramos nuestro agradecimiento y esperamos contar en otras oportunidades con su valioso apoyo.

Atentamente



Cesar Augusto Inca Soller
 CÉSAR AUGUSTO INCA SOLLER
 DIRECTOR GENERAL

Teléfonos: 469-7614 / 464-2407 / 3839017 - I.E.P. San Marcelo - San Miguel - Av. Pio XII N° 272 Urb. Maranga San Miguel

Anexo N°08: Criterio de Jueces**UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

Huancayo, 06 de Setiembre del 2021

Estimado (a) señor (a): MG, MARIA DEL CARMEN ESPINO MEDRANO.

. Motiva la presente el solicitar su valiosa colaboración en la revisión de los instrumentos anexos, el cual tiene como objeto obtener la validación de los cuestionarios que se aplicarán para la fundamentación y desarrollo de la tesis de grado titulada: "ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y NIVEL DE ANSIEDAD EN LOS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA EN UNA INSTITUCION EDUCATIVA DE LIMA, 2021".

Acudo a usted debido a sus conocimientos y experiencias en la materia, los cuales aportarían una útil y completa información para la culminación exitosa de este trabajo de investigación.

Gracias por su valioso aporte y participación

Atentamente,



Bach.CUBA HUAYTALLA, Cesar Glicerio

CRITERIO DE JUECES

NOMBRE Y APELLIDO DEL EXPERTO : Mg. Rodolfo Raúl Guibovich del Carpio
TÍTULO PROFESIONAL : Licenciado en Psicología.
ESPECIALIDAD : Psicólogo Clínico
AÑOS DE EXPERIENCIA : 30 años
INSTITUCIÓN EN LA QUE LABORA : Universidad Privada del Norte, Universidad Tecnológica del Perú, Universidad Cesar Vallejos.
POST GRADO : Magister en Docencia Universitaria y Gestión Educativa.
AÑO : 2007
TRABAJOS PUBLICADOS :

OTROS MERITOS : Director de Bienestar Universitario de la Universidad Peruana Simón Bolívar.

EN RESUMEN, CUAL ES SU OPINIÓN SOBRE LOS INSTRUMENTOS

ADECUADO 1 MEDIANAMENTE ADECUADO 2 INADECUADO 3

OBSERVACIONES:.....



 Mg. Rodolfo Guibovich Del Carpio
 PSICOLOGO
 C.Ps.P. 25721

JUICIO DE EXPERTOS

Experto: **Mg. Rodolfo Raúl Guibovich del Carpio** Cargo: Docente Universitario.

A continuación, usted tiene columnas enumeradas por cuadros para evaluar cada una de las preguntas del cuestionario respectivamente en cinco criterios diferentes:

Marque en el espacio en blanco para cada pregunta con un check (✓) si está bien formulado, o de lo contrario con una exis (X) si tiene que modificarse en algún aspecto la pregunta.

La modificación que deba realizarse podrá ser detallada al final en el espacio de observaciones y sugerencias.

TEST DE ARS (USO DE REDES SOCIALES) Ecurra, M. y Salas, E. (2014.)

Dimensiones	Nº	Ítems	Criterios					Observaciones y/o sugerencias
			¿Esta pregunta permitirá alcanzar el objetivo planteado en el estudio?	¿La pregunta está formulada en forma clara y precisa?	¿La redacción es entendible o coherente con el propósito del estudio?	¿El contenido corresponde con el propósito del estudio?	¿El vocabulario de esta pregunta es el adecuado para la muestra?	
D1 Obsesión por las redes sociales	2	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.	✓	✓	✓	✓	✓	
	3	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no es suficiente, necesito más tiempo.	✓	✓	✓	✓	✓	
	5	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.	✓	✓	✓	✓	✓	

	6	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.	✓	✓	✓	✓	✓	
	7	Me siento intranquilo(a) pienso mucho en conectarme a las redes sociales	✓	✓	✓	✓	✓	
	13	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días	✓	✓	✓	✓	✓	
	15	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales	✓	✓	✓	✓	✓	
	19	No quiero realizar actividades con mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.	✓	✓	✓	✓	✓	
	22	Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.	✓	✓	✓	✓	✓	
	23	Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).	✓	✓	✓	✓	✓	
D2	4	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales	✓	✓	✓	✓	✓	
Falta de control	11	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.	✓	✓	✓	✓	✓	

personal en el uso de las redes sociales	12	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.	✓	✓	✓	✓	✓	
	14	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales	✓	✓	✓	✓	✓	
	20	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales	✓	✓	✓	✓	✓	
	24	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social	✓	✓	✓	✓	✓	
D3 Uso excesivo de las redes sociales	1	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales	✓	✓	✓	✓	✓	
	8	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.	✓	✓	✓	✓	✓	
	9	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.	✓	✓	✓	✓	✓	
	10	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.	✓	✓	✓	✓	✓	
	16	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.	✓	✓	✓	✓	✓	
	17	Permanezco mucho tiempo, más de 3 o 4 horas conectado(a) a las redes sociales.	✓	✓	✓	✓	✓	

	18	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.	✓	✓	✓	✓	✓	
	21	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales	✓	✓	✓	✓	✓	

Observaciones y sugerencias: _____

ESCALA DE AUTO EVALUACION DE ANSIEDAD (EAA)

Dimensiones	Nº	Ítems	Criterios	¿Esta pregunta permitirá alcanzar el objetivo planteado en el estudio?	¿La pregunta está formulada en forma clara y precisa?	¿La redacción es entendible o coherente con el propósito del estudio?	¿El contenido corresponde con el propósito del estudio?	¿El vocabulario de esta pregunta es el adecuado para la muestra?	Observaciones y/o sugerencias
D1 Síntomas somáticos	1	1. Me siento más nervioso(a) y ansioso(a) que de costumbre.		✓	✓	✓	✓	✓	
	2	Me siento con temor sin razón.		✓	✓	✓	✓	✓	
	3	Despierto con facilidad o siento miedo intenso.		✓	✓	✓	✓	✓	
	4	Me siento como si fuera a reventar y partirme en pedazos.		✓	✓	✓	✓	✓	
	6	Me tiemblan los brazos y las piernas.		✓	✓	✓	✓	✓	
	7	Tengo dolores de cabeza, cuello o cintura.		✓	✓	✓	✓	✓	
	8	Me siento débil y me canso fácilmente.		✓	✓	✓	✓	✓	
	10	Puedo sentir que me late muy rápido el corazón.		✓	✓	✓	✓	✓	
	11	Sufro de mareos		✓	✓	✓	✓	✓	
	12	Sufro de desmayos o siento que me voy a desmayar		✓	✓	✓	✓	✓	
	14	Se me adormecen o hincan los dedos de las manos y pies		✓	✓	✓	✓	✓	

	15	Sufro de molestias estomacales o indigestión	✓	✓	✓	✓	✓	
	16	Orino con mucha frecuencia	✓	✓	✓	✓	✓	
	18	Siento sensación repentina de calor corporal intenso a menudo con sudoración profusa y enrojecimiento de la cabeza, cuello y pecho.	✓	✓	✓	✓	✓	
	20	Tengo pesadillas	✓	✓	✓	✓	✓	
D2 Síntomas afectivos	5	Siento que todo está bien y que nada malo puede sucederme.	✓	✓	✓	✓	✓	
	9	Me siento tranquilo y puedo permanecer en calma fácilmente	✓	✓	✓	✓	✓	
	13	Puedo inspirar y expirar fácilmente	✓	✓	✓	✓	✓	
	17	Generalmente mis manos están secas y calientes	✓	✓	✓	✓	✓	
	19	Me quedo dormido con facilidad y descanso bien durante la noche	✓	✓	✓	✓	✓	

Observaciones y sugerencias:

Constancia

Juicio de experto

Yo, Mg, Rodolfo Raúl Guibovich del Carpio, con Documento Nacional de Identidad No. 06242879, certifico que realicé el juicio de experto a los instrumentos presentado por el bachiller Cesar Glicerio CUBA HUAYTALLA, en la investigación titulada: "ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y NIVEL DE ANSIEDAD EN LOS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA EN UNA INSTITUCION EDUCATIVA DE LIMA, 2021".

Huancayo, 06 de setiembre del 2021



Mg. Rodolfo Guibovich Del Carpio
PSICOLOGO
C.P.&P. 25721

.....
Sello y Firma del Experto

UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

Huancayo, 06 de Setiembre del 2021

Estimado (a) señor (a): MG, MARIA DEL CARMEN ESPINO MEDRANO.

. Motiva la presente el solicitar su valiosa colaboración en la revisión de los instrumentos anexos, el cual tiene como objeto obtener la validación de los cuestionarios que se aplicarán para la fundamentación y desarrollo de la tesis de grado titulada: "ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y NIVEL DE ANSIEDAD EN LOS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA EN UNA INSTITUCION EDUCATIVA DE LIMA, 2021".

Acudo a usted debido a sus conocimientos y experiencias en la materia, los cuales aportarían una útil y completa información para la culminación exitosa de este trabajo de investigación.

Gracias por su valioso aporte y participación

Atentamente,



Bach.CUBA HUAYTALLA, Cesar Glicerio


CRITERIO DE JUECES

NOMBRE Y APELLIDO DEL EXPERTO : Mg. María del Carmen Espino Medrano
TÍTULO PROFESIONAL : Licenciada en Psicología.
ESPECIALIDAD : Psicóloga Clínica
AÑOS DE EXPERIENCIA : 30 años
INSTITUCIÓN EN LA QUE LABORA : Universidad San Andrés.
POST GRADO : Magister en Docencia Universitaria y Gestión Educativa.
AÑO : 2007
TRABAJOS PUBLICADOS :
OTROS MERITOS : Directora de Bienestar Universitario de la Universidad
 San Andrés.

EN RESUMEN, CUAL ES SU OPINIÓN SOBRE LOS INSTRUMENTOS

ADECUADO 1 MEDIANAMENTE ADECUADO 2 INADECUADO 3

OBSERVACIONES:.....



 María del Carmen Espino Medrano
 M.G. PSICOLOGIA
 C.F.S.P. 25711

FIRMA

JUICIO DE EXPERTOS

Experto: **Mg. Rodolfo Raúl Guibovich del Carpio** Cargo: Docente Universitario.

A continuación, usted tiene columnas enumeradas por cuadros para evaluar cada una de las preguntas del cuestionario respectivamente en cinco criterios diferentes:

Marque en el espacio en blanco para cada pregunta con un check (✓) si está bien formulado, o de lo contrario con una exis (X) si tiene que modificarse en algún aspecto la pregunta.

La modificación que deba realizarse podrá ser detallada al final en el espacio de observaciones y sugerencias.

TEST DE ARS (USO DE REDES SOCIALES) Ecurra, M. y Salas, E. (2014.)

Dimensiones	Nº	Ítems	¿Esta pregunta permitirá alcanzar el objetivo planteado en el estudio?	¿La pregunta está formulada en forma clara y precisa?	¿La redacción es entendible o coherente con el propósito del estudio?	¿El contenido corresponde con el propósito del estudio?	¿El vocabulario de esta pregunta es el adecuado para la muestra?	Observaciones y/o sugerencias
D1 Obsesión por las redes sociales	2	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.	✓	✓	✓	✓	✓	
	3	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no es suficiente, necesito más tiempo.	✓	✓	✓	✓	✓	
	5	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.	✓	✓	✓	✓	✓	

	6	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.	✓	✓	✓	✓	✓	
	7	Me siento intranquilo(a) pienso mucho en conectarme a las redes sociales	✓	✓	✓	✓	✓	
	13	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días	✓	✓	✓	✓	✓	
	15	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales	✓	✓	✓	✓	✓	
	19	No quiero realizar actividades con mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.	✓	✓	✓	✓	✓	
	22	Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.	✓	✓	✓	✓	✓	
	23	Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).	✓	✓	✓	✓	✓	
D2	4	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales	✓	✓	✓	✓	✓	
Falta de control	11	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.	✓	✓	✓	✓	✓	

personal en el uso de las redes sociales	12	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.	✓	✓	✓	✓	✓	
	14	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales	✓	✓	✓	✓	✓	
	20	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales	✓	✓	✓	✓	✓	
	24	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social	✓	✓	✓	✓	✓	
D3 Uso excesivo de las redes sociales	1	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales	✓	✓	✓	✓	✓	
	8	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.	✓	✓	✓	✓	✓	
	9	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.	✓	✓	✓	✓	✓	
	10	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.	✓	✓	✓	✓	✓	
	16	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.	✓	✓	✓	✓	✓	
	17	Permanezco mucho tiempo, más de 3 o 4 horas conectado(a) a las redes sociales.	✓	✓	✓	✓	✓	

	18	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.	✓	✓	✓	✓	✓	
	21	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales	✓	✓	✓	✓	✓	

Observaciones y sugerencias: _____

ESCALA DE AUTO EVALUACION DE ANSIEDAD (EAA)

Dimensiones	Nº	Ítems	Criterios	¿Esta pregunta permitirá alcanzar el objetivo planteado en el estudio?	¿La pregunta está formulada en forma clara y precisa?	¿La redacción es entendible o coherente con el propósito del estudio?	¿El contenido corresponde con el propósito del estudio?	¿El vocabulario de esta pregunta es el adecuado para la muestra?	Observaciones y/o sugerencias
D1 Síntomas somáticos	1	1. Me siento más nervioso(a) y ansioso(a) que de costumbre.		✓	✓	✓	✓	✓	
	2	Me siento con temor sin razón.		✓	✓	✓	✓	✓	
	3	Despierto con facilidad o siento miedo intenso.		✓	✓	✓	✓	✓	
	4	Me siento como si fuera a reventar y partirme en pedazos.		✓	✓	✓	✓	✓	
	6	Me tiemblan los brazos y las piernas.		✓	✓	✓	✓	✓	
	7	Tengo dolores de cabeza, cuello o cintura.		✓	✓	✓	✓	✓	
	8	Me siento débil y me canso fácilmente.		✓	✓	✓	✓	✓	
	10	Puedo sentir que me late muy rápido el corazón.		✓	✓	✓	✓	✓	
	11	Sufro de mareos		✓	✓	✓	✓	✓	
	12	Sufro de desmayos o siento que me voy a desmayar		✓	✓	✓	✓	✓	
	14	Se me adormecen o hincan los dedos de las manos y pies		✓	✓	✓	✓	✓	

	15	Sufro de molestias estomacales o indigestión	✓	✓	✓	✓	✓	
	16	Orino con mucha frecuencia	✓	✓	✓	✓	✓	
	18	Siento sensación repentina de calor corporal intenso a menudo con sudoración profusa y enrojecimiento de la cabeza, cuello y pecho.	✓	✓	✓	✓	✓	
	20	Tengo pesadillas	✓	✓	✓	✓	✓	
D2 Síntomas afectivos	5	Siento que todo está bien y que nada malo puede sucederme.	✓	✓	✓	✓	✓	
	9	Me siento tranquilo y puedo permanecer en calma fácilmente	✓	✓	✓	✓	✓	
	13	Puedo inspirar y expirar fácilmente	✓	✓	✓	✓	✓	
	17	Generalmente mis manos están secas y calientes	✓	✓	✓	✓	✓	
	19	Me quedo dormido con facilidad y descanso bien durante la noche	✓	✓	✓	✓	✓	

Observaciones y sugerencias: _____

Constancia

Juicio de experto

Yo, Mg, María del Carmen Espino Medrano, con Documento Nacional de Identidad No. 06899952, certifico que realicé el juicio de experto a los instrumentos presentado por el bachiller Cesar Glicerio CUBA HUAYTALLA, en la investigación titulada: "ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y NIVEL DE ANSIEDAD EN LOS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA EN UNA INSTITUCION EDUCATIVA DE LIMA, 2021".

Huancayo, 06 de setiembre del 2021



.....
Mg. PSICOLOGIA
C.P.S.P. 25711

.....
Sello y Firma del Experto

UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

Huancayo, Setiembre del 2021

Estimado (a) señor (a): Pamela Lizet Arrascue Vera

. Motiva la presente el solicitar su valiosa colaboración en la revisión de los instrumentos anexos, el cual tiene como objeto obtener la validación de los cuestionarios que se aplicarán para la fundamentación y desarrollo de la tesis de grado titulada: "ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y NIVEL DE ANSIEDAD EN LOS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA EN UNA INSTITUCION EDUCATIVA DE LIMA, 2021".

Acudo a usted debido a sus conocimientos y experiencias en la materia, los cuales aportarían una útil y completa información para la culminación exitosa de este trabajo de investigación.

Gracias por su valioso aporte y participación

Atentamente,



Bach.CUBA HUAYTALLA, Cesar Glicerio


CRITERIO DE JUECES

NOMBRE Y APELLIDO DEL EXPERTO : PAMELA LIZET ARRASCUE VERA
 TÍTULO PROFESIONAL : PSICOLOGA
 GRADO OBTENIDO (PREGRADO) : BACHILLER EN PSICOLOGÍA CENTRO
 ACADÉMICO DE FORMACIÓN: UNIVERSIDAD NACIONAL FEDERICO
 VILLARREAL
 GRADO OBTENIDO (POSGRADO) : MAGISTER
 CENTRO ACADÉMICO DE FORMACIÓN: UNIVERSIDAD NACIONAL FEDERICO
 VILLARREAL
 ESPECIALIDAD : PSICOLOGÍA CLINICAY
 DE LA SALUD
 AÑOS DE EXPERIENCIA : 10 AÑOS
 INSTITUCIÓN EN LA QUE LABORA : INDEPENDIENTE
 CARGO LABORAL/ RESPONSABLE : PSICOTERAPEUTA EN TERAPIA
 RACIONAL EMOTIVA CONDUCTUAL Y
 ENTRENAMIENTO EN TERAPIAS
 CONTEXTUALES.
 TRABAJOS PUBLICADOS : TESIS DE POSGRADO “ORIENTACIÓN
 HACIA LA VIDA EN ADOLESCENTES
 INSTITUCIONALIZADOS EN EL INABIF,
 SEGÚN NIVELES DE RESILIENCIA.
 OTROS MERITOS :

EN RESUMEN, CUAL ES SU OPINIÓN SOBRE EL INSTRUMENTO TEST DE ARS (USO DE REDES SOCIALES) Ecurra, M. y Salas, E. (2014.)

ADECUADO 1 MEDIANAMENTE ADECUADO 2 INADECUADO 3

OBSERVACIONES: Considero el instrumento utilizado ayudará a medir las variables de investigación y poder obtener información acorde a los objetivos del estudio, sólo es necesario algunos cambios mínimos ya especificados.



 Pamela L. Arrascue Vera
 Mg. Psicología
 C.Ps.P. 13680

CRITERIO DE JUECES

NOMBRE Y APELLIDO DEL EXPERTO : PAMELA LIZET ARRASCUE VERA
TÍTULO PROFESIONAL : PSICOLOGA
GRADO OBTENIDO (PREGRADO) : BACHILLER EN PSICOLOGÍA CENTRO
ACADÉMICO DE FORMACIÓN: UNIVERSIDAD NACIONAL FEDERICO
VILLARREAL
GRADO OBTENIDO (POSGRADO) : MAGISTER
CENTRO ACADÉMICO DE FORMACIÓN: UNIVERSIDAD NACIONAL FEDERICO
VILLARREAL
ESPECIALIDAD : PSICOLOGÍA CLINICAY
DE LA SALUD
AÑOS DE EXPERIENCIA : 10 AÑOS
INSTITUCIÓN EN LA QUE LABORA : INDEPENDIENTE
CARGO LABORAL/ RESPONSABLE : PSICOTERAPEUTA EN TERAPIA
RACIONAL EMOTIVA CONDUCTUAL Y
ENTRENAMIENTO EN TERAPIAS
CONTEXTUALES.
TRABAJOS PUBLICADOS : TESIS DE POSGRADO “ORIENTACIÓN
HACIA LA VIDA EN ADOLESCENTES
INSTITUCIONALIZADOS EN EL INABIF,
SEGÚN NIVELES DE RESILIENCIA.
OTROS MERITOS :

**EN RESUMEN, CUAL ES SU OPINIÓN SOBRE EL INSTRUMENTO ESCALA DE AUTO
EVALUACION DE ANSIEDAD (EAA)**

OBSERVACIONES: Es una escala breve que ayudará a recoger datos necesarios para cumplir con los objetivos de la investigación. Es importante tomar en cuenta las observaciones mínimas a los ítems señalados.


Pamela L. Arrascue Vera
Mg. Psicología
C.Ps.P. 13680

JUICIO DE EXPERTOS

Experto: Pamela Lizet Arrascue Vera Cargo: Psicóloga Clínica

A continuación, usted tiene columnas enumeradas por cuadros para evaluar cada una de las preguntas del cuestionario respectivamente en cinco criterios diferentes: Marque en el espacio en blanco para cada pregunta con un check (✓) si está bien formulado, o de lo contrario con una exis (X) si tiene que modificarse en algún aspecto la pregunta.

La modificación que deba realizarse podrá ser detallada al final en el espacio de observaciones y sugerencias.

TEST DE ARS (USO DE REDES SOCIALES) Ecurra, M. y Salas, E. (2014.)

Dimensiones	Nº	Ítems	¿Esta pregunta permitirá alcanzar el objetivo planteado en el estudio?	¿La pregunta está formulada en forma clara y precisa?	¿La redacción es entendible o coherente con el propósito del estudio?	¿El contenido corresponde con el propósito del estudio?	¿El vocabulario de esta pregunta es el adecuado para la muestra?	Observaciones y/o sugerencias
D1 Obsesión por las redes sociales	2	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.	✓	✓	✓	✓	✓	
	3	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no es suficiente, necesito más tiempo.	✓	✓	✓	✓	✓	
	5	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.	✓	✓	✓	✓	✓	
	6	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.	✓	✓	✓	✓	✓	
	7	Me siento intranquilo(a) pienso mucho en conectarme a las redes sociales	✓	✓	✓	✓	✓	
	13	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días	✓	✓	✓	✓	✓	
	15	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales	✓	✓	✓	✓	✓	

	19	No quiero realizar actividades con mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.	✓	✓	✓	✓	✓	
	22	Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.	✓	✓	✓	✓	✓	
	23	Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).	✓	✓	✓	✓	✓	
D2 Falta de control personal en el uso de las redes sociales	4	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales	✓	✓	✓	✓	✓	
	11	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.	✓	✓	✓	✓	✓	
	12	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.	✓	✓	✓	✓	✓	
	14	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales	✓	✓	✓	✓	✓	
	20	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales	✓	✓	✓	✓	✓	
	24	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social	✓	✓	✓	✓	✓	
D3 Uso excesivo de las redes sociales	1	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales	✓	✓	✓	✓	✓	
	8	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.	✓	✓	✓	✓	✓	
	9	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.	✓	✓	✓	✓	✓	
	10	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.	✓	✓	✓	✓	✓	
	16	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.	✓	✓	✓	✓	✓	
	17	Permanezco mucho tiempo, más de 3 o 4 horas conectado(a) a las redes sociales.	✓	✓	✓	✓	✓	
	18	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.	✓	✓	✓	✓	✓	
	21	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales	✓	✓	✓	✓	✓	

Observaciones y sugerencias: _____

ESCALA DE AUTO EVALUACION DE ANSIEDAD (EAA)

Dimensiones	Nº	Ítems	Criterios					Observaciones y/o sugerencias
			¿Esta pregunta permitirá alcanzar el objetivo planteado en el estudio?	¿La pregunta está formulada en forma clara y precisa?	¿La redacción es entendible o coherente con el propósito del estudio?	¿El contenido corresponde con el propósito del estudio?	¿El vocabulario de esta pregunta es el adecuado para la muestra?	
D1 Síntomas somáticos	1	1. Me siento más nervioso(a) y ansioso(a) que de costumbre.	✓	✓	✓	✓	✓	
	2	Me siento con temor sin razón.	✓	✓	✓	✓	✓	
	3	Despierto con facilidad o siento miedo intenso.	✓	✓	✓	✓	✓	
	4	Me siento como si fuera a reventar y partirme en pedazos.	✓	✓	✓	✓	✓	
	6	Me tiemblan los brazos y las piernas.	✓	✓	✓	✓	✓	
	7	Tengo dolores de cabeza, cuello o cintura.	✓	✓	✓	✓	✓	
	8	Me siento débil y me canso fácilmente.	✓	✓	✓	✓	✓	
	10	Puedo sentir que me late muy rápido el corazón.	✓	✓	✓	✓	✓	
	11	Sufro de mareos	✓	✓	✓	✓	✓	
	12	Sufro de desmayos o siento que me voy a desmayar	✓	✓	✓	✓	✓	
	14	Se me adormecen o hincan los dedos de las manos y pies	✓	✓	✓	✓	✓	
	15	Sufro de molestias estomacales o indigestión	✓	✓	✓	✓	✓	

	16	Orino con mucha frecuencia	✓	✓	✓	✓	✓	
	18	Siento sensación repentina de calor corporal intenso a menudo con sudoración profusa y enrojecimiento de la cabeza, cuello y pecho.	✓	✓	✓	✓	✓	
	20	Tengo pesadillas	✓	✓	✓	✓	✓	
D2 Síntomas afectivos	5	Pienso que todo está bien y que nada malo puede sucederme.	✓	✓	✓	✓	✓	
	9	Me siento tranquilo y puedo permanecer en calma fácilmente	✓	✓	✓	✓	✓	
	13	Puedo inspirar y expirar fácilmente	✓	✓	✓	✓	✓	
	17	Generalmente mis manos están secas y calientes	✓	✓	✓	✓	✓	
	19	Me quedo dormido con facilidad y descanso bien durante la noche	✓	✓	✓	✓	✓	


Observaciones y sugerencias: _____

Constancia

Juicio de experto

Yo, Pamela Lizet Arrascue Vera, con Documento Nacional de Identidad No. 41841495 certifico que realicé el juicio de experto a los instrumentos presentado por el bachiller Cesar Glicerio CUBA HUAYTALLA, en la investigación titulada: "ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y NIVEL DE ANSIEDAD EN LOS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA EN UNA INSTITUCION EDUCATIVA DE LIMA, 2021".

Huancayo, setiembre del 2021



Pamela L. Arrascue Vera
Mg. Psicología
C.Ps.P. 13680

Anexo N°09: Consentimientos informados.



UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
DIRECCIÓN DE LA UNIDAD DE INVESTIGACIÓN

CONSENTIMIENTO INFORMADO

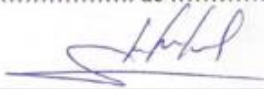
Luego de haber sido debidamente informada/o de los objetivos, procedimientos y riesgos hacia mi persona como parte de la investigación denominada "Adición a Redes Sociales y Nivel de Ansiedad en una Institución Educativa de Lima, 2021", mediante la firma de este documento acepto participar voluntariamente en el trabajo que se está llevando a cabo conducido por el investigador responsable: "Cesar Glicerio Cuba Huaytalla"

Se me ha notificado que mi participación es totalmente libre y voluntaria y que aún después de iniciada puedo rehusarme a responder cualquiera de las preguntas o decidir suspender mi participación en cualquier momento, sin que ello me ocasione ningún perjuicio. Asimismo, se me ha dicho que mis respuestas a las preguntas y aportes serán absolutamente confidenciales y que las conocerá sólo el equipo de profesionales involucradas/os en la investigación; y se me ha informado que se resguardará mi identidad en la obtención, elaboración y divulgación del material producido.

Entiendo que los resultados de la investigación me serán proporcionados si los solicito y que todas las preguntas acerca del estudio o sobre los derechos a participar en el mismo me serán respondidas.

Lima, 5 de Diciembre 2021.




 Apellidos y nombres: Ines C Saborio Rodriguez
 N° DNI: CE 002160366

1. **Responsable de investigación**
 Apellidos y nombres: Cuba Huaytalla Cesar Glicerio
 D.N.I. N° 07472578
 N° de teléfono/celular: 991082166
 Email: Cesar_cuba70@hotmail.com
2. **Asesor(a) de investigación**
 Apellidos y nombres: Solano Ayala Pedro Miguel
 D.N.I. N° 42769526
 N° de teléfono/celular: 976676213
 Email: d.solano@upla.edu.pe



UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
DIRECCIÓN DE LA UNIDAD DE INVESTIGACIÓN

ASENTIMIENTO INFORMADO

I. DATOS GENERALES

Título del proyecto : ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y NIVEL DE ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCION EDUCATIVA DE LIMA, 2021
Escuela profesional : PSICOLOGÍA
Asesor(a)(es) : Pedro Miguel Solano Ayala
Duración del estudio : Del/...../..... al/...../.....
Institución : Institución Educativa Particular "San Marcelo"
Departamento: Lima Provincia: Lima **Distrito:** San Miguel

- Estimado menor, en estricto respeto a su opinión y de sus derechos de libre elección, usted tiene derecho a negarse a participar de esta investigación o a retirarse del estudio en cualquier momento. De todas maneras, agradecemos el tiempo dedicado a conocer este estudio.
- Si crees conveniente recibir información durante el proceso de la investigación o sobre los resultados del estudio, no dudes en consultar y solicitar a los investigadores, cuyos datos se encuentran al final del documento, asimismo, se consigna los datos del(a) asesor(a).

MANIFIESTA

Yo, Hineska Cecilia PERALTA SABIDO
 identificado(a) con D.N.I. N° 002157507, de 17 años de edad, doy mi consentimiento para la participación en el proyecto de investigación titulado: "ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y NIVEL DE ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCION EDUCATIVA DE LIMA 2021", llevado a cabo por el investigador: Cesar Glicerio Cuba Huaytalla.

Pongo mi nombre y/o huella digital en señal de aceptación, dos ejemplares; uno de los cuales queda en mi poder y otro en del investigador(a)(es) responsables del estudio.

<i>investigador</i>	<i>Apellidos y nombres</i>	Cuba Huaytalla Cesar Glicerio
	<i>D.N.I. N°</i>	07472578
	<i>Teléfono/celular</i>	991082166
	<i>Email</i>	Cesar_cuba70@hotmail.com
<i>Asesor(a)</i>	<i>Apellidos y nombres</i>	Solano Ayala Pedro Miguel
	<i>D.N.I. N°</i>	42769526
	<i>Teléfono/celular</i>	976676213
	<i>Email</i>	d.solano@upla.edu.pe

5 de Diciembre De 2021.



Hineska Peralta
 Huella y/o nombre



UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
DIRECCIÓN DE LA UNIDAD DE INVESTIGACIÓN

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Luego de haber sido debidamente informada/o de los objetivos, procedimientos y riesgos hacia mi persona como parte de la investigación denominada "Adicción a Redes Sociales y Nivel de Ansiedad en una Institución Educativa de Lima, 2021", mediante la firma de este documento acepto participar voluntariamente en el trabajo que se está llevando a cabo conducido por el investigador responsable: "Cesar Glicerio Cuba Huaytalla"

Se me ha notificado que mi participación es totalmente libre y voluntaria y que aún después de iniciada puedo rehusarme a responder cualquiera de las preguntas o decidir suspender mi participación en cualquier momento, sin que ello me ocasione ningún perjuicio. Asimismo, se me ha dicho que mis respuestas a las preguntas y aportes serán absolutamente confidenciales y que las conocerá sólo el equipo de profesionales involucradas/os en la investigación; y se me ha informado que se resguardará mi identidad en la obtención, elaboración y divulgación del material producido.

Entiendo que los resultados de la investigación me serán proporcionados si los solicito y que todas las preguntas acerca del estudio o sobre los derechos a participar en el mismo me serán respondidas.

Lima, 06 de Diciembre 2021.



Jesus P.
 Apellidos y nombres: *Cordera Sanchez Jesus del P.*
 N° DNI: *25031428*

1. **Responsable de investigación**
 Apellidos y nombres: Cuba Huaytalla Cesar Glicerio
 D.N.I. N° 07472578
 N° de teléfono/celular: 991082166
 Email: Cesar_cuba70@hotmail.com
2. **Asesor(a) de investigación**
 Apellidos y nombres: Solano Ayala Pedro Miguel
 D.N.I. N° 42769526
 N° de teléfono/celular: 976676213
 Email: d.solano@upla.edu.pe



UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
DIRECCIÓN DE LA UNIDAD DE INVESTIGACIÓN

ASENTIMIENTO INFORMADO

I. DATOS GENERALES

Título del proyecto : ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y NIVEL DE ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE LIMA, 2021
Escuela profesional : PSICOLOGÍA
Asesor(a)(es) : Pedro Miguel Solano Ayala
Duración del estudio : Del/...../..... al/...../.....
Institución : Institución Educativa Particular "San Marcelo"
Departamento: Lima Provincia: Lima **Distrito:** San Miguel

- Estimado menor, en estricto respeto a su opinión y de sus derechos de libre elección, usted tiene derecho a negarse a participar de esta investigación o a retirarse del estudio en cualquier momento. De todas maneras, agradecemos el tiempo dedicado a conocer este estudio.
- Si crees conveniente recibir información durante el proceso de la investigación o sobre los resultados del estudio, no dudes en consultar y solicitar a los investigadores, cuyos datos se encuentran al final del documento, asimismo, se consigna los datos del(a) asesor(a).

MANIFIESTA

Yo, Kiora Ximena Gonzales Gordora....., identificado(a) con D.N.I. N°, de 12..... años de edad, doy mi consentimiento para la participación en el proyecto de investigación titulado: "ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y NIVEL DE ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE LIMA 2021", llevado a cabo por el investigador: Cesar Glicerio Cuba Huaytalla.

Pongo mi nombre y/o huella digital en señal de aceptación, dos ejemplares; uno de los cuales queda en mi poder y otro en del investigador(a)(es) responsables del estudio.

Investigador	Apellidos y nombres	Cuba Huaytalla Cesar Glicerio
	D.N.I. N°	07472578
	Teléfono/celular	991082166
Asesor(a)	Email	Cesar_cuba70@hotmail.com
	Apellidos y nombres	Solano Ayala Pedro Miguel
	D.N.I. N°	
	Teléfono/celular	976676213
	Email	d.solano@upla.edu.pe

06 de Diciembre De 2021.



Kiora Gonzales
 Huella y/o nombre



UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
DIRECCIÓN DE LA UNIDAD DE INVESTIGACIÓN

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Luego de haber sido debidamente informada/o de los objetivos, procedimientos y riesgos hacia mi persona como parte de la investigación denominada "Adicción a Redes Sociales y Nivel de Ansiedad en una Institución Educativa de Lima, 2021", mediante la firma de este documento acepto participar voluntariamente en el trabajo que se está llevando a cabo conducido por el investigador responsable: "Cesar Glicerio Cuba Huaytalla"

Se me ha notificado que mi participación es totalmente libre y voluntaria y que aún después de iniciada puedo rehusarme a responder cualquiera de las preguntas o decidir suspender mi participación en cualquier momento, sin que ello me ocasione ningún perjuicio. Asimismo, se me ha dicho que mis respuestas a las preguntas y aportes serán absolutamente confidenciales y que las conocerá sólo el equipo de profesionales involucradas/os en la investigación; y se me ha informado que se resguardará mi identidad en la obtención, elaboración y divulgación del material producido.

Entiendo que los resultados de la investigación me serán proporcionados si los solicito y que todas las preguntas acerca del estudio o sobre los derechos a participar en el mismo me serán respondidas.

Lima, 09 de Diciembre 2021.



Rosa Ophelia Suarez Morante
 Apellidos y nombres: Suarez Morante Rosa Ophelia
 N° DNI: 25611364

1. Responsable de investigación

Apellidos y nombres: Cuba Huaytalla Cesar Glicerio

D.N.I. N° 07472578

N° de teléfono/celular: 991082166

Email: Cesar_cuba70@hotmail.com

2. Asesor(a) de investigación

Apellidos y nombres: Solano Ayala Pedro Miguel

D.N.I. N° 42769526

N° de teléfono/celular: 976676213

Email: d.solano@upla.edu.pe



UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
DIRECCIÓN DE LA UNIDAD DE INVESTIGACIÓN

ASENTIMIENTO INFORMADO

I. DATOS GENERALES

Título del proyecto : ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y NIVEL DE ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE LIMA, 2021

Escuela profesional : PSICOLOGÍA

Asesor(a)(es) : Pedro Miguel Solano Ayala

Duración del estudio : Del/...../..... al/...../.....

Institución : Institución Educativa Particular "San Marcelo"

Departamento: Lima Provincia: Lima **Distrito:** San Miguel

- Estimado menor, en estricto respeto a su opinión y de sus derechos de libre elección, usted tiene derecho a negarse a participar de esta investigación o a retirarse del estudio en cualquier momento. De todas maneras, agradecemos el tiempo dedicado a conocer este estudio.
- Si crees conveniente recibir información durante el proceso de la investigación o sobre los resultados del estudio, no dudes en consultar y solicitar a los investigadores, cuyos datos se encuentran al final del documento, asimismo, se consigna los datos del(a) asesor(a).

MANIFIESTA

Yo, Rosa Delia Pluzar Norante,
 identificado(a) con D.N.I. N° 27611964, de 15 años de edad, doy mi consentimiento para la participación en el proyecto de investigación titulado: "ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y NIVEL DE ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE LIMA 2021", llevado a cabo por el investigador: Cesar Glicerio Cuba Huaytalla.

Pongo mi nombre y/o huella digital en señal de aceptación, dos ejemplares; uno de los cuales queda en mi poder y otro en del investigador(a)(es) responsables del estudio.

Investigador	Apellidos y nombres	Cuba Huaytalla Cesar Glicerio
	D.N.I. N°	07472578
	Teléfono/celular	991082166
	Email	Cesar_cuba70@hotmail.com
Asesor(a)	Apellidos y nombres	Solano Ayala Pedro Miguel
	D.N.I. N°	42769526
	Teléfono/celular	976676213
	Email	d.psolano@upla.edu.pe

13 de Diciembre De 2021.




Rosa Delia Pluzar
 Huella y/o nombre

Anexo N°10: Fotos de la aplicación del instrumento





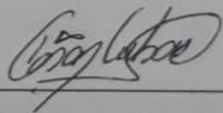
Anexo N°11: Declaración de confidencialidad


 **UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES**
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
DIRECCION DE LA UNIDAD DE INVESTIGACION

DECLARACION DE CONFIDENCIALIDAD

Yo, Cesar Glicerio Cuba Huaytalla, identificado con DNI Nro.07472578 y domiciliado en Jr. Mariscal Miller Nro.1030-Dpto.402-Jesus María, egresado de la Escuela Profesional de Psicología, vengo implementando el proyecto de tesis con título: "ADICCION A LAS REDES SOCIALES Y NIVEL DE ANSIEDAD,2021", en ese contexto declaro bajo juramento que los datos que se generen como producto de la investigación, así como la identidad de los participantes serán preservados, y se usaran únicamente con fines de investigación de acuerdo a lo especificado en los artículos 27 y 28 del reglamento general de investigación y en los artículos 4 y 5 del Código de Ética para la investigación científica de la Universidad Peruana los Andes, salvo con autorización expresa y documentada de alguno de ellos.

Lima, 13 de mayo del 2021



 Cesar Glicerio Cuba Huaytalla
DNI.07472578
Responsable de Investigación