

UNIVERSIDAD CATÓLICA SEDES SAPIENTIAE
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD



Ansiedad y adicción a las redes sociales en estudiantes de
secundaria de una institución educativa de Nueva Cajamarca

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

AUTORA

Leidy Yanet Vallejos Paredes

ASESOR

Richard Santillán Alva

Rioja, Perú

2024

METADATOS COMPLEMENTARIOS

Datos de los Autores

Autor 1

Nombres	Leidy Yanet
Apellidos	Vallejos Paredes
Tipo de documento de identidad	DNI
Número del documento de identidad	72374898
Número de Orcid (opcional)	0009-0005-6549-7534

Autor 2

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	DNI
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (opcional)	

Autor 3

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	DNI
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (opcional)	

Autor 4

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	DNI
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (opcional)	

Datos de los Asesores

Asesor 1

Nombres	Richard
Apellidos	Santillán Alva
Tipo de documento de identidad	DNI
Número del documento de identidad	01046928
Número de Orcid (Obligatorio)	https://orcid.org/0000-0002-7080-8131

Asesor 2

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	DNI
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (Obligatorio)	

Datos del Jurado

Presidente del jurado

Nombres	Giovani Martin
Apellidos	Diaz Gervasi
Tipo de documento de identidad	DNI
Número del documento de identidad	10301350

Segundo miembro

Nombres	Claudia Rebeca
Apellidos	Cahui Ramirez
Tipo de documento de identidad	DNI
Número del documento de identidad	75813812

Tercer miembro

Nombres	Brigida Carolina
Apellidos	Gutierrez Zuñiga
Tipo de documento de identidad	DNI
Número del documento de identidad	09583534

Datos de la Obra

Materia*	Ansiedad, adicción a las redes sociales, estudiantes.
Campo del conocimiento OCDE Consultar el listado: Enlace	https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.01.00
Idioma	SPA - español
Tipo de trabajo de investigación	Tesis
País de publicación	PE - PERÚ
Recurso del cual forma parte(opcional)	-
Nombre del grado	Licenciado en Psicología
Grado académico o título profesional	Título Profesional
Nombre del programa	Psicología
Código del programa Consultar el listado: Enlace	313016

*Ingresar las palabras clave o términos del lenguaje natural (no controladas por un vocabulario o tesauro).

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA DE ESTUDIOS DE PSICOLOGÍA SUSTENTACIÓN DE TESIS PARA LICENCIATURA

ACTA N° 133-2024

En la ciudad de Nueva Cajamarca, a los veintiún días del mes de Agosto del año dos mil veinticuatro, siendo las 15:45 horas, la Bachiller LEIDY YANET VALLEJOS PAREDES sustenta su tesis denominada **“Ansiedad y adicción a las redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Nueva Cajamarca”** para obtener el Título Profesional de Licenciado en Psicología, del Programa de Estudios de Psicología.

El jurado calificó mediante votación secreta:

- | | |
|---|----------------------|
| 1.- Prof. Giovanni Martin Díaz Gervasi | APROBADO : MUY BUENO |
| 2.- Prof. Brigida Carolina Gutierrez Zuñiga | APROBADO : BUENO |
| 3.- Prof. Claudia Rebeca Cahui Ramírez | APROBADO : BUENO |

Se contó con la participación del asesor:

- 4.- Prof. Richard Santillan Alva

Habiendo concluido lo dispuesto por el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad Católica Sedes Sapientiae y siendo las 16:40 horas, el Jurado da como resultado final, la calificación de:

APROBADO:BUENO

Es todo cuanto se tiene que informar.



Prof. Giovanni Martin Díaz Gervasi
Presidente



Prof. Brigida Carolina Gutierrez Zuñiga



Prof. Claudia Rebeca Cahui Ramírez



Prof. Richard Santillan Alva

Nueva Cajamarca, 21 de Agosto del 2024

Anexo 2

CARTA DE CONFORMIDAD DEL ASESOR DE TESIS CON INFORME DE EVALUACIÓN DEL SOFTWARE ANTIPLAGIO

Lima, 03 de Julio de 2024

Señor(a),
Dr. Yordanis Enríquez Canto
Jefe del Departamento de Investigación
Facultad de Ciencias de la Salud UCSS

Reciba un cordial saludo.

Sirva el presente para informar que la tesis, bajo mi asesoría, con título: **“Ansiedad y adicción a las redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Nueva Cajamarca”**, presentado por **Leidy Yanet Vallejos Paredes (Codigo de estudiante: 2019101314 DNI: 72374898)** para optar el título profesional de **Licenciado en Psicología** ha sido revisado en su totalidad por mi persona y **CONSIDERO** que el mismo se encuentra **APTO** para ser sustentado ante el Jurado Evaluador.

Asimismo, para garantizar la originalidad del documento en mención, se le ha sometido a los mecanismos de control y procedimientos antiplagio previstos en la normativa interna de la Universidad, **cuyo resultado alcanzó un porcentaje de similitud de 16 % (Dieciséis por ciento).*** Por tanto, en mi condición de asesor(a), firmo la presente carta en señal de conformidad y adjunto el informe de similitud del Sistema Antiplagio Turnitin, como evidencia de lo informado.

Sin otro particular, me despido de usted. Atentamente,



Richard Santillán Alva

Firma del Asesor (a)

DNI N°: 01046928

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7080-8131>

Facultad de Ciencias de la Salud

* De conformidad con el artículo 8°, del Capítulo 3 del Reglamento de Control Antiplagio e Integridad Académica para trabajos para optar grados y títulos, aplicación del software antiplagio en la UCSS, se establece lo siguiente:

Artículo 8°. Criterios de evaluación de originalidad de los trabajos y aplicación de filtros

El porcentaje de similitud aceptado en el informe del software antiplagio para trabajos para optar grados académicos y títulos profesionales, será máximo de veinte por ciento (20%) de su contenido, siempre y cuando no implique copia o indicio de copia.

ANSIEDAD Y ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES EN
ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA DE NUEVA CAJAMARCA

DEDICATORIA

A mis padres, porque me brindaron su respaldo absoluto;
a mi querido hermano, por sus palabras alentadoras para seguir adelante;
y a mi pareja, por el acompañamiento y el apoyo brindado.

AGRADECIMIENTO

A Dios, por sus innumerables bendiciones;
a mi familia, por su constante apoyo;
a la Universidad Católica Sedes Sapientiae,
por brindarme una educación integral a cada estudiante;
y a mi asesor, por su apoyo constante
en el proceso de investigación.

RESUMEN

Objetivo: Determinar la relación entre la ansiedad y la adicción a las redes sociales en estudiantes de una institución educativa de Nueva Cajamarca. Esta investigación fue de tipo no experimental, de corte transversal y de alcance correlacional. La población estudiada se conformó por 211 estudiantes; sin embargo, al aplicarse los métodos de inclusión y exclusión, la muestra final estuvo conformada por 210 estudiantes que pertenecían al tercer grado de secundaria de una institución educativa de Nueva Cajamarca. **Materiales y métodos:** La escala de ansiedad manifiesta en niños-revisada (CMAS-R) y el cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS). Para realizar el análisis estadístico, se utilizó el programa Stata 14 y la prueba de Chi-Cuadrado. **Resultados:** Se evidenció que existe una correlación entre las variables ansiedad y adicción a las redes sociales. También se observa que dichas redes pueden estar siendo utilizadas por esta muestra estudiada para disminuir síntomas de ansiosos que puedan presentar. **Conclusión:** La ansiedad y la adicción a las redes sociales se relacionan de manera significativa, demostrando ser variables relevantes durante el período de la adolescencia. También se demostró que el género femenino presenta mayor tendencia a desarrollar ansiedad y adicción a las redes sociales frente al género masculino.

Palabras claves: Ansiedad, adicción a las redes sociales, estudiantes (DeCS).

ABSTRACT

Objective: to determine the relationship between anxiety and addiction to social networks in students of an educational institution in Nueva Cajamarca. This research was non-experimental, cross-sectional and correlational in scope. The population studied consisted of 211 students; however, after applying the inclusion and exclusion methods, the final sample consisted of 210 students who belonged to the third grade of high school of an Educational Institution of Nueva Cajamarca was obtained. **Materials and methods:** manifest Anxiety Scale in Children-Revised (CMAS-R) and the Addiction Social Networks Questionnaire (ARS). The STATA 14 program and the Chi-Square test were used for statistical analysis. **Results:** it was found that there is a correlation between the variables Anxiety and Addiction to social networks. Likewise, it is observed that social networks could be used by this studied sample to cover anxiety symptoms. **Conclusions:** anxiety and addiction to social networks are significantly related, proving to be relevant variables during the period of adolescence. It was also shown that the female gender has a greater tendency to develop anxiety and addiction to social networks compared to the male gender.

Key words: Anxiety, Addiction to social networks, Students (DeCS).

ÍNDICE

Resumen	v
Índice	vii
Introducción	viii
Capítulo I. El problema de investigación	10
1.1. Situación problemática	10
1.2. Formulación del problema	11
1.3. Justificación de la investigación	11
1.4. Objetivos de la investigación	12
1.4.1. Objetivo general	12
1.4.2. Objetivos específicos	12
1.5. Hipótesis	12
Capítulo II. Marco teórico	13
2.1. Antecedentes de la investigación	13
2.2. Bases teóricas	15
Capítulo III. Materiales y métodos	20
3.1. Tipo de estudio y diseño de la investigación	20
3.2. Población y muestra	20
3.2.1. Tamaño de la muestra	20
3.2.2. Selección del muestreo	20
3.2.3. Criterios de inclusión y exclusión	20
3.3. Variables	21
3.3.1. Definición conceptual y operacionalización de variables	21
3.4. Plan de recolección de datos e instrumentos	22
3.5. Plan de análisis e interpretación de la información	24
3.6. Ventajas y limitaciones	24
3.7. Aspectos éticos	24
Capítulo IV. Resultados	26
Capítulo V. Discusión	29
5.1. Discusión	29
5.2. Conclusión	31
5.3. Recomendaciones	31
Referencias bibliográficas	33
Anexos	

INTRODUCCIÓN

La ansiedad es una respuesta conductual relacionada a ciertas situaciones que la persona considere como amenazantes. En la actualidad, afecta en gran medida a adolescentes y jóvenes. Por otra parte, al utilizar continuamente las redes sociales ha generado consecuencias negativas en los niños y adolescentes. Eso no se debe a la tecnología, sino al inadecuado uso, el motivo y el tiempo empleado, dejando de lado actividades académicas, déficit en las relaciones interpersonales. Así, se presenta síntomas ansiosos, poniendo en peligro la salud como los hábitos de sueños y alimentación (Escurra y Salas, 2014). La presente investigación hace referencia a la ansiedad y adicción a las redes sociales, considerando que ambos aspectos afectan de manera considerable las actividades académicas de los estudiantes en el ámbito educativo.

Una vez planteada esta situación, resulta crucial abordar la presente cuestión: ¿cuál es la relación entre ansiedad y adicción a las redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Nueva Cajamarca? También, el objetivo general es determinar la relación entre ansiedad y adicción a las redes sociales en estudiantes de una institución educativa de Nueva Cajamarca. La justificación de este estudio se fundamenta en el beneficio potencial para estudiantes, docentes y padres de familia, ya que busca crear consciencia sobre las posibles consecuencias del exceso de tiempo y uso de las redes sociales, así como la ansiedad que puede generarse. Por ende, resulta vital implementar un programa de prevención y brindar asistencia a los casos que lo requieran.

En la investigación de Rodríguez (2021), se evidenció que la adicción a las redes sociales son conductas derivadas del uso excesivo de las mismas y que, en la ansiedad, se presenta una sintomatología procedente de este uso. Asimismo, se encontró una relación significativa entre las variables antes mencionadas, donde los estudiantes que obtuvieron niveles altos de ansiedad presentaron síntomas fisiológicos como sudoración, tensión muscular, irritabilidad, temblor, etc., relacionándolo con la adicción a las redes sociales, donde la abstinencia conllevó a que se presentaran dichos síntomas. Trinidad y Varillas (2021) refuerzan esta idea, ya que evidenciaron que el uso adictivo de las redes sociales se relaciona directamente con la ansiedad. Se concluye que, si existe altos niveles de adicción a las redes sociales, existirá también alto nivel de ansiedad y viceversa.

Por ello, se planteó la hipótesis general de la investigación sobre la existencia de relación entre ansiedad y adicción a las redes sociales en estudiantes de una institución educativa de Nueva Cajamarca.

La ansiedad es un estado emocional que presenta síntomas como inquietud extrema, impotencia, frustración, desesperación. En relación a un evento indeterminado, según Oliver (2015), puede ser adaptativa en ciertas circunstancias; sin embargo, cuando es persistente o excesiva, puede interferir en el funcionamiento diario de la persona y causar malestar significativo. En cuanto a la adicción a las redes sociales, se define como un patrón de comportamiento compulsivo, caracterizado por la dependencia psicológica y pérdida de control sobre el tiempo dedicado a dichas redes, causando que las personas adictas experimenten síntomas ansiosos de no poder acceder a ellas (Echeburúa 2012).

El presente estudio ha sido distribuido en cinco capítulos que se encuentran organizados de la siguiente manera. En el primer capítulo, se encuentra detallado el planteamiento del problema, la justificación y fueron formulados los objetivos y las hipótesis. En el segundo capítulo, se presenta el marco teórico, haciendo referencia a literatura nacional e internacional, acerca de las variables estudiadas: ansiedad y adicción a las redes sociales. En el tercer capítulo, se explica la metodología del trabajo utilizado, los instrumentos, la población, variables de estudio, ventajas y limitaciones, aspectos éticos, entre otros. En el cuarto capítulo, se expone los resultados de la investigación.

Finalmente, en el último capítulo, se realizó la discusión, conclusiones y recomendaciones para nuevas investigaciones y desarrollo de intervenciones en relación a las variables estudiadas.

A partir de lo mencionado, resulta esencial investigar la relación entre la ansiedad y la adicción a las redes sociales en estudiantes de una institución educativa de Nueva Cajamarca.

CAPÍTULO I. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Situación problemática

En la actualidad, los adolescentes se ven expuestos a riesgos que abarcan una amplia gama de aspectos que pueden afectar su salud mental. Cada vez más se tornan vulnerables, especialmente ante los nuevos avances del campo tecnológico, ya que ha generado un gran impacto en cuanto al desarrollo de la sociedad y su forma de vida. Estos avances han transformado la manera de pensar, comercializar, comunicar, consumir, vivir, morir, luchar y hacer el amor (Castells, 2000).

Ciertos temas de investigación, como las conductas ansiosas, están generando una preocupación cada vez mayor en nuestra sociedad moderna. Esto se debe a que dichas conductas pueden tener impactos significativos en la salud mental de los adolescentes. Los estudiantes de la población estudiada no son ajenos a esta problemática, ya que diversos factores como la exposición a aparatos tecnológicos sin una supervisión adecuada, la edad, el sexo, el tipo de familia, entre otros, pueden influir en su capacidad para mantener un equilibrio saludable en cuanto al uso de la tecnología y su bienestar emocional. Debido a que estos aspectos son fundamentales en el desarrollo y ajuste psicológico de los estudiantes, es crucial abordar estos temas de manera adecuada.

La ansiedad es un proceso emocional, en la que se experimenta sensaciones psicológicas desagradables como el nerviosismo, tensiones, palpitación cardíaca anormal, náuseas y mareos, según Beck y Moreno (2014). Asimismo, se puede mencionar otros aspectos relacionados con la ansiedad, como la falta de adaptación, las relaciones estropeadas y el exceso de trabajo; la baja autoestima y los problemas en cuanto a las habilidades sociales. En cuanto a porcentajes relacionados a problemas ansiosos, el 14% de adolescentes, en edades de 10 a 19 años, presenta algún tipo de trastorno mental como la ansiedad, OMS (2021). En estudiantes que presentan ansiedad, existe una tendencia a los problemas de socialización (Gaeta y Otero, 2014). Por eso, se elige distintas maneras de interacción que no implique la presencia física, como el uso de redes sociales. Actualmente, las nuevas tecnologías, como las redes sociales, predisponen a los adolescentes a presentar síntomas de ansiedad cuando no se encuentran utilizándolas; por lo tanto, se puede desarrollar comportamientos adictivos; es decir, cuando existe una mayor adicción a las redes sociales hay mayor presencia de alguna sintomatología relacionada a la ansiedad. Esta interrelación entre ambas variables se debe a que la ansiedad se encuentra dentro de los síntomas de la adicción a las redes sociales (Choque, 2023).

De igual manera, se ha logrado encontrar diversas investigaciones, donde se relaciona la ansiedad y adicción a las redes sociales en adolescentes. Eso quiere decir que hay presencia de ansiedad y adicción a las redes sociales. En todo proceso de adicción, este riesgo se presenta debido a que dichos adolescentes intentan aliviar ciertos síntomas mediante el uso de estas redes, los mismos que, a través del manejo de dispositivos conectados a internet que se vienen explorando paulatinamente, está alterando el comportamiento de los usuarios y preocupa a la comunidad de salud mental (Prieto y Moreno, 2015).

Según Echeburúa (2011), citado por Damas (2016), la adicción es una patología que roba libertad al individuo al estrechar el campo de la cognición y limita el rango de sus preferencias. Esta patología mental es controlada por los reforzadores positivos, ya que son los aspectos placenteros de este comportamiento. Asimismo, se puede controlar por los reforzadores negativos, especialmente para aliviar la tensión emocional.

Si hablamos a nivel internacional, en Colombia, se encontró que existe relación entre las variables estudiadas. Así, cuanto más pronunciados sean los síntomas de ansiedad, mayor será la tendencia a la adicción a las redes sociales. Los niveles que alcanzaron en adicción a redes sociales, han sido de nivel moderado a leve (Ardila et al., 2022). En el Perú, la mayoría de adolescentes se conecta a las redes sociales desde casa,

utilizando un ordenador o teléfono móvil. La mayoría usa el Facebook, y lo que más les agrada es la facilidad de comunicación, ya que les permite las redes sociales, siendo mínimo el empleo en la parte académica (Salas y Ecurra, 2014). Por consiguiente, en el Perú, el 60% de las personas se conecta diariamente con un promedio de 2 horas y media aproximadamente, ocupándose el 76% en el uso de redes sociales, el 50% se dedica a chatear; el 47 %, a buscar información; y el 30%, a leer emails (DATUM, 2018). Por lo ya mencionado anteriormente, resulta esencial encontrar relación entre la ansiedad y la adicción a las redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Nueva Cajamarca.

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

1.2.2. ¿Cuál es la relación entre la ansiedad y adicción a las redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Nueva Cajamarca?

Problemas específicos

¿Cuál es el nivel de ansiedad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Nueva Cajamarca?

¿Cuáles son los niveles de adicción a las redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Nueva Cajamarca?

¿Cuál es la relación entre la ansiedad y los datos sociodemográficos en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Nueva Cajamarca?

¿Cuál es la relación entre la adicción a las redes sociales y los datos sociodemográficos en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Nueva Cajamarca?

1.3. Justificación de la investigación

La relevancia social de la investigación se fundamenta por ser un tema de interés para la salud mental a nivel, internacional y nacional, tema importante correspondiente a la ansiedad y adicción a las redes sociales. Prieto y Moreno (2015) señalan que la adolescencia es un periodo de cambios en sus diferentes áreas que se conforma como ser integral. En el mundo, del 15% al 30% de niños y adolescentes padece algún trastorno mental. La mayoría no tiene diagnóstico y no recibe tratamiento; además, se ha olvidado el valor de la salud mental, siendo importante examinar las alteraciones y conductas de riesgo, los cuales llegan a ser las principales causas de problemas psicológicos y muerte en la etapa de vida adolescente (Ruiz y Lago, 2005).

Del mismo modo, en cuanto a las implicaciones prácticas, los resultados sirven de apoyo para estudiantes, ya que ayudará a entender cómo el uso excesivo de las redes sociales puede afectar a su bienestar mental. Asimismo, eso permite reconocer los signos de ansiedad, ya sea en ellos mismos como en los demás, de igual manera permitirá a los estudiantes a reflexionar sobre sus propios hábitos de uso de las redes sociales para que se considere realizar cambios en estos comportamientos para su bienestar en general. Asimismo, eso sirve de apoyo para docentes y padres de familia, debido a que estos hallazgos ayudan a concienciar sobre las consecuencias de mantenerse por un tiempo elevado conectado a las redes sociales, y la existencia de síntomas ansiosos. Por esto, se espera que la entidad educativa de la que forma parte la población estudiada implemente un plan de intervención y derive los casos que lo requieran.

Por otra parte, la relevancia conceptual de esta investigación se fundamenta en múltiples teorías sobre la ansiedad y adicción a las redes sociales, permitiendo una mayor profundización en estos conceptos. Además, se contrastan los hallazgos con informes de investigación y artículos de revistas, lo que facilita la discusión de los resultados. Por ello, este trabajo sirve como informe y apoyo para quienes necesiten

información al respecto y como referencia para futuras investigaciones sobre el mismo tema.

Finalmente, en cuanto a la contribución metodológica, las herramientas utilizadas son válidas y confiables, y están ajustadas al contexto peruano.

1.4. Objetivos de la investigación

1.4.1. Objetivo general

Determinar la relación entre la ansiedad y adicción a las redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Nueva Cajamarca.

1.4.2. Objetivos específicos

- Describir los niveles de ansiedad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Nueva Cajamarca.
- Describir los niveles de adicción a las redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Nueva Cajamarca.
- Establecer la relación entre ansiedad y los datos sociodemográficos en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Nueva Cajamarca.
- Establecer la relación entre adicción a las redes sociales y los datos sociodemográficos en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Nueva Cajamarca.

1.5. Hipótesis

1.5.1. Hipótesis general:

- **HG1:** Existe relación entre ansiedad y adicción a las redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Nueva Cajamarca.
- **HG0:** No existe relación entre ansiedad y adicción a las redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Nueva Cajamarca.

1.5.2. Hipótesis específicas:

- HE1: Existe relación entre ansiedad y los datos sociodemográficos en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Nueva Cajamarca.
- HE0: No existe relación entre ansiedad y los datos sociodemográficos en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Nueva Cajamarca.
- HE2: Existe relación entre adicción a las redes sociales y los datos sociodemográficos en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Nueva Cajamarca.
- HE0: No existe relación entre adicción a las redes sociales y los datos sociodemográficos en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Nueva Cajamarca.

CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación

Ardila et al. (2022) realizaron un estudio titulado “La adicción a las redes sociales en estudiantes pertenecientes a la Universidad Cooperativa de Colombia, sede Villavicencio”. El objetivo fue determinar los niveles de adicción que presentaban los estudiantes de su muestra estudiada. La investigación fue de enfoque cuantitativo, descriptivo y correlacional. La muestra fue conformada por 106 estudiantes de edades entre 16 y 17 años. Para encontrar los resultados, se ejecutó el cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS) de Ecurra y Salas (2014). Los resultados fueron los siguientes: en cuanto a la adicción, 1% fue de nivel grave, 52% de nivel moderado y el 42 % de nivel leve; también encontraron niveles moderados en la falta de control personal en el uso de las redes sociales y un nivel bajo en la dimensión obsesión por las redes sociales. Se concluyó que los niveles de adicción en los estudiantes de dicha universidad se encuentran en un nivel moderado.

Zabala (2021), en su investigación titulada “Ansiedad, síntomas de adicción a las redes sociales y procrastinación en adolescentes de colegios públicos de Villavicencio”, tuvo el objetivo de relacionar la ansiedad y procrastinación. Fue una investigación de tipo cuantitativa, no experimental transaccional de alcance descriptivo y correlacional. Para la obtención de resultados, se aplicó el cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS), el DASS-21 y la escala de procrastinación académica (EPA). La muestra estuvo conformada por 75 adolescentes. Los resultados fueron los siguientes: 53,3% de los estudiantes presentó ausencia de síntomas ansiosos; 8%, ansiedad leve; 12%, ansiedad moderada; 8%, ansiedad severa; y 18,6%, ansiedad extremadamente severa (sexo femenino 16% y sexo masculino 2,6%). Así, se indicó que el sexo femenino puntúa más alto en los niveles de ansiedad. Respecto a los niveles de adicción a las redes sociales, se obtuvo que el 76% de los participantes evidenció niveles de adicción bajos, frente al 24% que demostró niveles altos. Se concluyó que existe una relación positiva y significativa entre las dos variables presentadas, en todas sus dimensiones. Por ello, mientras más ansiedad presente los estudiantes, mayor son los niveles de adicción a las redes sociales, debido a que usan las mismas como un medio de escape.

Castro et al. (2020), en su investigación que llevó por título “Ansiedad social y adicción a redes sociales en adolescentes del valle de Aburrá en base al estrato socioeconómico y el sexo”, tuvieron el objetivo de indagar sobre la presencia de ansiedad social y adicción a redes sociales en estudiantes de 13 a 18 años, comparando los estratos socioeconómicos del 1 al 5, y por sexo. La investigación fue de enfoque cuantitativo, no experimental, de corte transversal y de alcance descriptivo. Para ello, se aplicó las siguientes pruebas, escala de ansiedad social para adolescentes (SAS-A), cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS) y una ficha sociodemográfica e identificar variaciones entre grupos. La muestra estuvo conformada por 75 adolescentes con edades entre los 13 y 18 años. En los resultados, se obtuvo que, en cada dimensión estudiada, la significancia fue mayor a 0.05, lo que indicó que no existieron diferencias estadísticamente significativas. Se concluyó que, en la muestra estudiada, no se presentó niveles considerables de adicción a las redes sociales y ansiedad social, ni se identificó diferencias entre grupos.

Santacruz (2020), en su investigación titulada “Rasgos de personalidad y la adicción a redes sociales en estudiantes de la facultad de Ciencias Psicológicas de la Universidad Central del Ecuador durante el período de clases 2019 y 2020”, estableció el objetivo de asociar los rasgos de personalidad y adicción a redes sociales. Su enfoque fue cuantitativo de alcance descriptivo-asociativo, no experimental y corte transversal. Su muestra fue de 76 estudiantes. Utilizó los siguientes instrumentos: el test de adicción a

las redes sociales (ARS), el IPDE y una encuesta para determinar los datos sociodemográficos. Los resultados fueron los siguientes: el 23,7% de los participantes presentó rasgo límite; el 18,4%, un rasgo evitativo; y el 17,1%, un rasgo histriónico. En cuanto a la adicción a las redes sociales, el 14,5% de los estudiantes presentó una adicción moderada; y un 3,9%, una adicción severa. Se concluyó que no se presentó asociación significativa entre las variables estudiadas.

Villafuerte (2019) realizó una investigación titulada “Adicción a las redes sociales y la conducta psicosocial en adolescentes”. El objetivo fue determinar la adicción a las redes sociales y su efecto en la conducta psicosocial de los adolescentes. Su enfoque fue cuantitativo, de alcance descriptivo, no experimental. Su muestra fue conformada por 243 estudiantes. En el resultado encontrado, se obtuvo que el 59% de los estudiantes dedica más de 4 horas diarias a las redes sociales; el 21%, unas dos horas; el 11%, entre 3 a 4 horas; y el 8%, alrededor de una hora. Lo que los hizo vulnerables a presentar adicción. Se concluyó que los estudiantes que dedican más de 4 horas a las redes sociales muestran síntomas que los vuelve susceptibles a la adicción, siendo la seguridad percibida al comunicarse a través de estas redes una razón predominante. Además, se observa cambios en la conducta, nerviosismo, búsqueda de amistades y participación en grupos, en ausencia de control. Estos signos podrían indicar un patrón de adicción.

2.1.2. Antecedentes nacionales

Pérez y Walter (2022), en su investigación titulada “Asociación entre la adicción a la internet, trastornos de ansiedad y depresión en un grupo de estudiantes de secundaria de dos colegios de la ciudad de Chiclayo en tiempos de pandemia COVID-19 del año 2021”, determinó el objetivo de establecer la asociación entre adicción a internet, ansiedad y depresión en dichos estudiantes. La investigación fue de tipo transversal, de alcance descriptivo, no experimental. Su muestra estuvo conformada por 505 estudiantes de 1° al 5° del nivel secundario. Se aplicó los siguientes instrumentos: el inventario de depresión de Beck, el test de adicción a internet y el inventario de ansiedad de Beck. Los resultados fueron los siguientes: el 22,2% presentó adicción leve; y el 3,2%, adicción moderada. En cuanto al porcentaje de ansiedad, el 18,4% tenía ansiedad moderada; y el 9,3%, severa; mientras que, en cuanto a la depresión, el 29,7% presentó depresión leve; y el 34,8%, depresión severa. Se concluye que existe asociación significativa entre adicción a internet y la presencia de trastornos de ansiedad y depresión.

Choque (2021) realizó una investigación que llevó por título “Adicción a las redes sociales y ansiedad en estudiantes de 3°, 4° y 5° de secundaria en la institución educativa Antonio Raymondi”. El objetivo fue relacionar la adicción a las redes sociales y la ansiedad en estudiantes de la Institución Educativa Antonio Raymondi – Saylla, 2020. Tuvo alcance descriptivo, transversal y correlacional. Se utilizó los siguientes instrumentos: la escala de ansiedad estado rasgo y el cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). Su muestra estuvo conformada por 103 estudiantes. Los resultados obtenidos fueron que, a nivel medio, el 61.2% en cuanto a ansiedad y 82.5% en cuanto a adicción. Es decir, se encontró relación entre la asociación a las redes sociales y la ansiedad, encontrando un nivel de significancia $p=0.000$; y relación entre adicción a las redes con lugar de procedencia $p=0.003$, con la funcionabilidad familiar $p=0.000$, tipo de familia $p=0.000$ y nivel socioeconómico $p=0.000$. Se concluye que, existe relación entre adicción a redes sociales y ansiedad, por lo que la hipótesis planteada fue aceptada.

Rodríguez (2021) realizó una investigación titulada “Adicción a las redes sociales y ansiedad estado rasgo en estudiantes de 4° y 5° de secundaria de una institución educativa de la ciudad de Trujillo”. El objetivo fue relacionar la adicción a las redes sociales y la ansiedad estado rasgo en estudiantes de 4° y 5° de secundaria. Su enfoque fue cualitativo, no experimental, alcance descriptivo. Se aplicó el inventario de ansiedad estado rasgo y el cuestionario de adicción a las redes Sociales. La muestra estuvo conformada por 150 estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria. Los resultados obtenidos fueron los siguientes: el 49% presentó un nivel medio en adicción a las redes sociales, mientras que el 42% obtuvo un nivel alto; mientras que, en la variable ansiedad, el 65% presentó ansiedad estado, y el 35% ansiedad rasgo. Se concluye que existe relación significativa entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad con valores de $r=0.984$.

Trinidad y Varillas (2021) realizaron una investigación cuyo título fue “Adicción a redes sociales y ansiedad estado rasgo en estudiantes de secundaria del colegio privado Nikola Tesla, en Huacho 2021”. El objetivo fue relacionar la adicción a redes sociales y la ansiedad estado rasgo en adolescentes de secundaria. Su diseño fue descriptivo, no experimental, transversal y correlacional. Los cuestionarios utilizados fueron, el inventario de ansiedad estado rasgo y el cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS). Su muestra fue conformada por 215 estudiantes pertenecientes a todas las secciones de la Institución. Se obtuvo los siguientes resultados: 16.7% y 15.3% presentaron niveles bajos en adicción a las redes sociales y ansiedad, respectivamente; 27.4% alto en adicción a las redes sociales y 33% alto en ansiedad. Asimismo, se observó una relación significativa entre ansiedad y obsesión por las redes sociales $p=0.000$, uso de las redes sociales y falta de control personal $p=0.000$ y uso excesivo de las redes sociales $p=0.000$. Se concluye que se presenta una relación directa entre el uso excesivo de las redes sociales con ansiedad estado rasgo $p=0.000$ en dichos estudiantes.

Mohana y Romero (2020), en su investigación titulada “Adicción a las Redes Sociales y Ansiedad en estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana”, tuvieron como objetivo describir la relación entre adicción a las redes sociales y la ansiedad en adolescentes. El estudio fue no experimental, de alcance descriptivo, correlacional y transversal. Los instrumentos utilizados fueron el cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS) de Salas y Ecurra (2014) y la escala de ansiedad manifiesta en niños (CMAS-R) de Domínguez et al. (2013). La muestra fue conformada por 227 estudiantes. Los resultados obtenidos fueron que el puntaje más bajo fue obtenido en la dimensión falta de control personal, mientras que la más alta lo obtuvo la dimensión uso excesivo de las redes sociales; asimismo, en cuanto a la ansiedad, el puntaje más bajo lo obtuvo la dimensión ansiedad fisiológica y la más alta corresponde a la variable ansiedad con 0.61. Se concluyó que existe una correlación positiva, significativa y moderada en cuanto a los puntajes en ambas variables, es decir, a mayor adicción a las redes sociales, mayor el nivel de ansiedad manifiesta.

Alarcón y Montenegro (2019) realizaron una investigación titulada el “Uso del teléfono móvil y nivel de ansiedad en estudiantes de 3° a 5° grado de secundaria de una institución educativa de Jaén, 2018”. El objetivo fue describir los niveles de ansiedad que produce el exceso del teléfono móvil en los estudiantes. En la investigación descriptiva correlacional, se aplicó el inventario IDARE ansiedad estado rasgo y el test de dependencia al móvil en 180 adolescentes de 14 a 17 años. Los resultados fueron, correlación altamente significativa ($p<0.01$).

1.5.1. 2.2. Bases teóricas

2.2.1. Ansiedad

La ansiedad surge como una reacción ante el miedo, desencadenado por objetos o situaciones específicas. En dichos momentos, la persona experimenta nerviosismo, preocupación y temor, ante la posibilidad de un resultado negativo. Estos sentimientos subjetivos se acompañan de manifestaciones físicas como sudoración, dificultad para respirar, etc. La ansiedad es una emoción prospectiva que se anticipa a las amenazas (Moreno, 2017).

La ansiedad es un proceso emocional en el que se experimenta un estado emocional perturbador, como el estrés y la ansiedad; síntomas fisiológicos, taquicardia, temblor, náuseas y mareos (Beck y Moreno, 2014).

Echeburúa (2009) menciona cinco características de la ansiedad; las cuales son:

- **A nivel físico:** Se caracteriza por dolor en el pecho, falta de aire, temblor del cuerpo, generando cambios en la alimentación y problemas de sexualidad.
- **En la parte emocional:** La persona experimenta angustia, siente que se encuentra en riesgo, teme perder el control, se siente vacío y se le dificulta la toma de decisiones.
- **En el área conductual:** El individuo está en estado de alarma, presenta dificultad para mantenerse sin movimiento, se muestra inquieto, síntomas que van acompañados de cambios en la expresión y lenguaje corporal. Asimismo, adopta una postura rígida, con movimientos torpes de las manos, expresiones de asombro y alteraciones en la voz.
- **A nivel cognitivo:** Hay falta de concentración y atención, así como problemas memorísticos, lo que conllevaría a dificultades en el pensamiento.
- **En las relaciones sociales:** Se presenta dificultades para entablar y sostener una conversación, lo que limita al individuo en la expresión de ideas o hacer que sus derechos sean respetados por miedo a ocasionar conflictos.

Modelos teóricos

Reynolds y Richmond (1997), autores del test CMAS-R, indican que, aunque a menudo se piensa en el miedo como una respuesta para la adaptación a la amenaza, la ansiedad puede interferir con el funcionamiento normal de un individuo. Es posible que el nivel de ansiedad sea tan alto que impida al individuo a adoptar decisiones o realizar actos adecuados que ayuden a resolver los problemas que se puedan presentar. Claramente, estos niveles elevados intervendrán de manera negativa en el pensamiento lógico que forma parte de los procesos cognitivos, convirtiendo la ansiedad en un problema más grande que necesitará ser abordado por un profesional para su tratamiento.

Spielberger (1972) diferencia estrés, amenaza y ansiedad. Señala que la ansiedad es una respuesta emocional que se desencadena cuando una persona percibe la situación como amenazante, donde no importa si hay o no la existencia de algún peligro.

Los signos de ansiedad que se manifiestan en la persona surgen como una reacción a estímulos externos amenazantes, lo que puede llevar a respuestas rápidas y en ocasiones extremas frente a situaciones adversas. Respuestas fisiológicas como la liberación de adrenalina, el aumento de las palpitaciones y transpiración se desencadenan como parte de un intento de huir de la amenaza percibida. Por consiguiente, a nivel psicológico, la ansiedad puede desencadenar conductas inadecuadas como una respuesta no adaptativa al entorno.

Dimensiones de ansiedad

Reynold y Richmond (1997) interpretan tres subescalas de ansiedad que se emplearían para la obtención de información sobre la naturaleza de la ansiedad del niño.

Ansiedad fisiológica

Los síntomas ansiosos se manifiestan como expresiones físicas características de la ansiedad y, en niveles elevados, pueden provocar respuestas específicas en la persona.

Inquietud / hiperactividad

Esta dimensión aborda la preocupación, el miedo, los nervios y la hipersensibilidad a las presiones del entorno. Puntuaciones elevadas indican que la persona interioriza la ansiedad experimentada, lo que puede resultar abrumador al intentar superarla. La persona puede sentir inquietud por comprender y gestionar sus sentimientos de ansiedad, así como compartírselos con los demás.

Preocupaciones sociales/ concentración

Esta dimensión se centra en la preocupación generada por comparaciones con otros individuos, lo que puede dificultar la concentración. Aquellas personas con altos niveles en esta dimensión pueden experimentar síntomas de ansiedad debido a la presión de cumplir con las expectativas de los demás. Además, siente inquietud por no ser lo suficientemente buenos, lo que puede interferir en su capacidad para concentrarse en las tareas escolares y otras actividades.

Teoría cognitiva de Beck

Según esta teoría, en los trastornos afectivos, existe un sesgo en el procesamiento de la información. En situaciones de ansiedad, la percepción del peligro y la habilidad para enfrentarlo parecen estar exageradamente valoradas. Eso lleva a una sobreestimación del riesgo asociado a ciertas situaciones y una subestimación de la propia capacidad de adaptación del individuo.

Después de experimentar una pérdida, es común que la persona se retire temporalmente de ciertas emociones o comportamientos para conservar energía, lo que se considera un mecanismo de supervivencia.

Durante los episodios de depresión y ansiedad, se observa un procesamiento cognitivo distorsionado que se manifiesta en síntomas conductuales y emocionales. Estos síntomas pueden atribuirse a una variedad de factores, incluidos aspectos hereditarios, físicos y mentales, que contribuyen al desarrollo de la ansiedad y la depresión.

Con anterioridad, se ha mencionado que las causas del procesamiento distorsionado pueden incluir enfermedades físicas, traumas evolutivos, predisposición hereditaria, entre otros. Estas distorsiones son parte de un síndrome afectivo y puede alterar nuestro estado mental. La teoría de Beck indica que, en la ansiedad y la depresión, puede presentarse el procesamiento distorsionado, lo que podría ser también un desencadenante para los demás síntomas.

Después de considerar las causas posibles predisponentes de episodios ansiosos y depresivos, es importante reconocer que pueden manifestarse en situaciones específicas, como hablar en público. Los síntomas ansiosos que surgen en este contexto pueden dificultar los esfuerzos de la persona por afrontar la situación convirtiéndola en una amenaza percibida. Esto refuerza un sentimiento de inadecuación en la persona, lo que puede intensificar los síntomas existentes. Como resultado, la audiencia podría reaccionar negativamente, exacerbando más la percepción de amenaza para la persona. Finalmente, Beck (1987) indicó que, según los estresores que puedan presentarse, se lograría conducir a la ansiedad o depresión, haciendo referencia también a las diferentes personalidades de cada individuo.

Modelo teórico propuesto por Spielberg

Spielberger (1966) menciona que se debe diferenciar entre rasgo y estado de ansiedad con términos diferentes.

Los estados de ansiedad podrían describirse como episodios emocionales temporales que afectan el área física de quienes los experimentan, y su intensidad puede fluctuar con el tiempo. Se caracterizan por la presencia de diversas sensaciones como miedo, tensión y activación del sistema nervioso. La manera en que estos episodios se

manifiestan depende en gran medida de la personalidad del individuo, así como su manera de ver e interpretar ciertas situaciones que pueden ser percibidas como riesgosas.

Las personas podrían vivenciar o ser susceptibles a la ansiedad, debido a que la misma, se expresa respondiendo a situaciones u objetos que podrían percibirse como amenazas, lo que conllevaría a estas respuestas ansiosas. Además, cuando las situaciones se vuelven difíciles de sobrellevar, también se presentarían síntomas de ansiedad. A través de mecanismos estimulantes de las áreas sensorial y cognitiva ocasionaría que la persona los considere desagradables.

Por ello, como respuesta a los síntomas ansiosos, su magnitud se relacionaría con el nivel de la amenaza percibida y el cómo ha sido interpretada la situación.

Si las personas experimentan altos niveles de ansiedad, se puede manifestar otras características que resulten en una disminución de los niveles de autoestima. Como resultado, se puede adoptar conductas que activan las defensas psicológicas previamente utilizadas para reducir la ansiedad.

2.2.2. Definición

Redes sociales

Escurre y Salas (2014) mencionan que la adicción es patológica. Se caracteriza por comportamientos seguidos, continuos o repetitivos, que da placer en un principio; sin embargo, después, cuando se instala el mal hábito, crea un estado de necesidad que, de no ser controlado, se asociaría con altos niveles de ansiedad.

Al querer reducir los niveles de ansiedad, la persona desarrolla conductas adictivas, donde no se dará la búsqueda del placer, sino que se buscará manejar la ansiedad, la búsqueda de reducción de los niveles de ansiedad que les produce al no realizarlo (por evasión) en este ciclo de adicciones (Madrid, 2000). Los factores previamente mencionados (malestar-rechazo, satisfacción-recurrencia) permiten comprender lo que denominamos adicción y a distinguirla de otras formas de consumo de sustancias, así como a identificar su presencia o ausencia.

Escurre y Salas (2014) señalaron que, para desarrollar el cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS), se partió del DSM-IV-TR (2008), el cual es un manual de diagnóstico que aún no define a las adicciones como un trastorno psicológico. A pesar de eso, muchos autores se han basado como alusión los indicadores de la adicción a sustancias en las adicciones psicológicas.

Cuando un individuo comienza a exhibir comportamientos inadecuados, como la falta de control en sus actividades, se le considera adicto, lo que a menudo resulta en un manejo deficiente en su rutina diaria.

Carbonell y Oberst (2015) utilizan el término con un uso problemático al mencionar redes sociales. La cantidad de horas o la frecuencia no determina la adicción; por lo tanto, no es un indicador significativo. Las redes sociales es la dependencia psicológica, conductual y afectiva por la falta de control en su uso (Echeburúa & Paz de Corral, 2010).

Criterios diagnósticos para la adicción en adolescentes

Según Arnao y Surpachin (2016), existe cuatro criterios:

- Relacionado con la privación del sueño por una gestión deficiente del tiempo en redes sociales.
- El individuo se ausenta de ciertas actividades, lo que puede resultar en un bajo rendimiento laboral o académico.
- Falta de control sobre la actividad que se encuentra realizando.
- Ante las deficiencias en las habilidades sociales, la persona comienza a aislarse.

Dimensiones de las redes sociales

Escurra y Salas (2014) clasifican las redes sociales en tres dimensiones para la construcción del cuestionario de adicción a las redes sociales:

Obsesión por las redes sociales

Se hace partícipe excesivo de la mente con el uso de las redes sociales, pensando e imaginando continuamente, lo que provoca ansiedad y angustia en los niños y adolescentes por la falta de acceso a las redes sociales.

Falta de control personal

Se manifiesta una preocupación por el uso inapropiado de las redes sociales, lo que lleva a descuidar las responsabilidades académicas y laborales.

Uso excesivo de las redes sociales

Cuando el tiempo dedicado a las redes sociales es excesivo, se observa una pérdida de control en su utilización, lo que dificulta que la persona pueda dejarlas de lado.

Modelo de Echeburúa

Echeburúa y Paz de Corral (2010) explican que las nuevas tecnologías han mejorado nuestra comunicación diaria al facilitar la interacción con otros. Esto supone un beneficio para nuestro estilo de comunicación. Sin embargo, cuando los adolescentes dependen excesivamente de estas tecnologías, deja de ser algo positivo y puede tener efectos negativos, ya que se comienza a mostrar signos de obsesión por mantenerse cerca de dispositivos tecnológicos o que puede interferir en su vida cotidiana.

Estos comportamientos pueden pasar desapercibidos, ya que podrían interpretarse como una simple preferencia para mantenerse conectados; sin embargo, cuando esta conducta se vuelve descontrolada, puede resultar perjudicial para el individuo.

Según Echeburúa y Corral (1994), cualquier actividad en exceso puede convertirse en adicción, generando dependencia y limitando la libertad del individuo al ocupar su tiempo disponible para otras actividades. Aunque algunos comportamientos puedan parecer inofensivos en un principio con frecuencia se transforman en problemas graves en su rutina diaria.

Echeburúa y Paz de Corral (2010) indican que las adicciones pueden transformarse en un tipo de pasatiempo patológico, generando que la persona se muestre dependiente y dificultando la participación en otras actividades recreativas.

Echeburúa (2012) determina factores de riesgo más significativos en la adicción a las redes sociales:

- Exposición a contenidos inapropiados
- Acoso digital
- Acoso en el área sexual
- Sedentarismo
- Deficiencias en habilidades sociales

Modelo de Alonso Fernández

Fernández (2003) menciona que la adicción a las redes sociales trata de una adicción multiadictiva, que se asocia con otras adicciones de carácter social o químico. Además, existen dos tipos de adicción que son la ciberadicción complementaria y la ciberadicción autónoma.

- La ciberadicción complementaria se refiere a la relación patológica entre el individuo y la virtualidad, siendo las redes sociales la principal adicción.

- En cambio, en la ciberadicción autónoma, el problema patológico principal se establece con actividades fuera de su ambiente natural, mientras que la adicción a las redes o al internet en general pasa a un segundo plano.

Asimismo, se establece algunos aspectos para identificar la adicción social:

1. La persona puede presentar pensamientos y fantasías relacionadas con la virtualidad.
2. El individuo experimenta ansiedad cuando no se encuentra bajo su control el uso de las redes sociales.
3. El uso de la red proporciona al individuo niveles de gozo y complacencia.
4. La persistencia de los dos primeros criterios en un corto período de tiempo.
5. Se evidencia consecuencias negativas en la capacidad del individuo para realizar actividades diarias.

CAPÍTULO III. MATERIALES Y MÉTODOS

3.1. Tipo de estudio y diseño de la investigación

El proyecto fue de tipo descriptivo correlacional que consistió en describir e interpretar los instrumentos psicológicos aplicados a la muestra determinada para encontrar la casualidad entre las variables en una muestra determinada (Hernández, 2014). El diseño será no experimental, las variables de estudio principales no fueron manipuladas y se evaluó a todos los integrantes al mismo tiempo. Además, resolvieron las pruebas psicológicas en un día y hora específica, y fueron recogidas para el procesamiento de datos (Hernández, 2014).

3.2. Población y muestra

La población objetivo es el conjunto finito de elementos, con características comunes que sirven de referente para la obtención de conclusiones en la investigación (Fidias, 2012).

El censo poblacional es una investigación de tipo descriptiva que ayuda a medir una gama de conceptos en una nación y ocasión específicos (Hernández, 2014). Por ello, en esta investigación, se utilizó el censo poblacional, lo que implica que el estudio abarcó a toda la población en su totalidad.

La población fue conformada por 211 estudiantes del nivel secundario de una Institución educativa de Nueva Cajamarca.

Los instrumentos fueron aplicados a dicha población en el mes de abril del año 2022, post-confinamiento por la pandemia del COVID-19, donde no se presentaron restricciones para la aplicación de dichos instrumentos.

3.2.1. Tamaño de la muestra

En el tamaño de la muestra, 211 estudiantes pertenecientes al tercer grado de secundaria de una Institución Educativa de Nueva Cajamarca fueron considerados.

3.2.2. Selección del muestreo

Fue utilizado el censo poblacional por conveniencia, donde todos los estudiantes fueron considerados.

3.2.3. Criterios de inclusión y exclusión

Criterios de Inclusión

- Participaron estudiantes que pertenezcan al tercer grado de educación secundaria de una institución educativa de Nueva Cajamarca, región San Martín, de ambos sexos.

- Los estudiantes que expresaron su acuerdo para participar en la investigación al firmar el acta de consentimiento informado.
- Los estudiantes que completaron adecuadamente las pruebas psicológicas, respondiendo adecuadamente a todos los ítems.
- Los estudiantes que tuvieran edades comprendidas entre 14 a 17 años.

Criterios de exclusión

- Los estudiantes que no hayan firmado el consentimiento informado.
- Estudiantes que completaron inadecuadamente los ítems.

3.3. Variables

3.3.1. Definición conceptual y operacionalización de variables

Variables principales

Ansiedad

Definición conceptual

La ansiedad se define como una reacción o un estado de malestar que, a diferencia de otros estados, se caracteriza por la conjunción de cambios fisiológicos y experiencias. Incluye sentimientos de tensión, intranquilidad y aprensión (Spielberger y Rickman, 1990). Puede ser el resultado de una combinación de distintos factores como psicológicos, ambientales y biológicos, e incluir factores genéticos, experiencias traumáticas, estilos de crianza, entre otros. En ciertas circunstancias, puede ser útil, pero, si ocurre con frecuencia, puede volverse estresante y angustiante, lo que a su vez podría disminuir la productividad de la persona. Su curso varía de una persona a otra debido a varios factores como la gravedad del trastorno, la eficacia del tratamiento, la presencia de otros problemas de salud mental, las herramientas de afrontamientos y la eficacia del tratamiento. Este es uno de los principales desafíos que impactan la salud mental de las personas y puede dar lugar a otros problemas de salud mental. Por esta razón, profesionales de la salud mental buscan el hallazgo de una intervención o intervenciones más apropiadas para abordar este tema (Reynolds y Richmond, 1997).

Definición operacional

La ansiedad es una variable cualitativa ordinal. Posee las siguientes dimensiones: ansiedad fisiológica, inquietud-hiperactividad, preocupaciones sociales-concentración mental. El instrumento está conformado por 37 ítems, en los cuales la persona debe responder con "SÍ" o "NO", indicando afirmación o negación respectivamente. En cuanto a los resultados, fueron categorizados como bajo (0-8), medio (9-16) y alto (17-28), según el puntaje obtenido.

Para la medición de esta variable ansiedad, fue utilizada la escala de ansiedad manifiesta en niños-revisada (CMAS – R). (La operacionalización se puede visualizar en el anexo 6).

Redes sociales

Definición conceptual de adicción a las redes sociales

Según Salas (2014), la adicción se manifiesta como un problema donde se presenta síntomas en conductas repetitivas, las mismas que, en un primer momento, pueden resultar placenteras; sin embargo, con el paso del tiempo, se transforman en comportamientos difíciles de controlar.

Definición operacional

La variable es cualitativa ordinal y consta de tres dimensiones que se mencionan a continuación: obsesión por las redes sociales, falta de control personal y uso excesivo de las redes sociales.

El instrumento posee 24 ítems y presenta 4 opciones de respuesta que son “siempre (4)”, “casi siempre (3)”, “a veces (2)”, “rara vez (1)” y “nunca (0)”.

El instrumento utilizado para la medición de esta variable fue el cuestionario de adicción a las redes sociales de Miguel Ecurra Mayaute y Edwin Salas Blas (2014).

La operacionalización se puede visualizar en el anexo 7.

1.1.1. Variables sociodemográficas

1.1.2. Definición

Según Aguado & Ramos (2013), las particularidades sociales y demográficas constituyen un conjunto de características presenten en una población.

Edad. Se define como el tiempo transcurrido desde el nacimiento y se divide en períodos que marcan distintas etapas de la vida de la persona. Se considera también como un factor que predispone la aparición de enfermedades, debido a que, con el paso del tiempo, los cambios fisiológicos, sociales y comportamentales pueden inducir diversas alteraciones físicas en las personas. Por ello, algunas suelen presentarse exclusivamente en un grupo etéreo en particular, otras ocurren a lo largo de un mayor periodo, pero todas tienen la tendencia de prevalecer en cierto grupo de edad (Aguado y Ramos, 2013).

Sexo. Según Aguado & Ramos (2013), este término se refiere a las características que diferencian a las especies y es una distinción específica entre lo masculino y lo femenino. Esta diferenciación representa la división de la especie humana en dos géneros, que aún hoy en día se refleja n roles de género.

Grado de Instrucción. En nuestro país, el Ministerio de Educación es responsable de la educación, la cual incluye la educación inicial, primaria y secundaria que son de carácter obligatorio. Algunas universidades ofrecen educación gratuita a estudiantes con un alto rendimiento académico. En Perú, se cuenta con nivel inicial, primaria, secundaria y superior (INEI, 2018).

Tipo de familia. Este término se refiere a una estructura que puede cambiar con el tiempo. La configuración familiar no determina si una familia es funcional o disfuncional, sino que describe cómo está formada y quiénes son sus miembros. Esto está relacionado con el contexto histórico, económico y cultural (Corbin, 2016).

Repetición de grado. Se refiere a si la persona tuvo que repetir un grado durante su etapa escolar.

Número de hermanos. Indica la relación entre las personas, refiriéndose a si comparten los mismos padres o solo uno de ellos. (Fuente: RAE).

3.4. Plan de recolección de datos e instrumentos

En este estudio, se utilizaron técnicas psicométricas, que consisten en pruebas psicológicas con validez y confiabilidad, adaptadas para su uso en Perú. La recolección de datos se realizó a través de una encuesta, donde se entregó un instrumento a cada participante, quienes respondieron a cada ítem o seleccionaron una opción de las

alternativas. Posteriormente, la información recopilada se ingresó en una hoja de cálculo Excel para su codificación y análisis. Se garantizó la confidencialidad de los datos en todo momento. El proceso de investigación siguió una serie de pasos que incluyeron la coordinación con el director de la Institución para poner en marcha el estudio, donde fue presentada una solicitud que fue brindada por el comité de ética. Una vez obtenida la autorización, se coordinó horarios para la aplicación de los cuestionarios. Además, se realizó la entrega y recolección del consentimiento informado y asentimiento informado antes de la aplicación de los instrumentos.

3.4.1. Instrumentos

Se utilizaron los siguientes instrumentos:

Escala de ansiedad manifiesta en niños–revisada (CMAS – R)

Se empleó la escala de ansiedad manifiesta en niños CMAS-R que fue elaborada por Reynolds y Rinchmond en el año 1983. Las edades de aplicación oscilan desde los 6 a 19 años de edad. La resolución es de manera individual o colectiva, por un tiempo de 20 minutos. Esto permite evaluar los niveles de ansiedad que se pueden estar presentando.

La escala posee 37 ítems y sus opciones de respuesta son “SÍ” y “NO”. En caso de que la persona brinde respuestas “SÍ” estas se suman, permitiendo obtener la puntuación total de esta variable, de presentarse una puntuación elevada que estaría indicando altos niveles de ansiedad. Asimismo, este cuestionario está conformado por cuatro sub escalas: ansiedad fisiológica, conformada por 10 ítems; escala de inquietud/hiperactividad que posee 11 ítems; preocupaciones sociales; 7 ítems y la escala de mentiras, con 9 ítems.

Finalmente, para la calificación, se considera 28 ítems. Se asigna 1 punto a las respuestas “SÍ” y no se otorga ningún punto a las respuestas “NO”. Además, se evalúa una subescala de falsedad para detectar la falsificación de respuestas. Si el puntaje en esta subescala supera la desviación estándar > 13 , se le excluye al participante de la investigación.

Confiabilidad

Para garantizar la confiabilidad del instrumento, se llevó a cabo un análisis en una muestra conformada por 435 niños y adolescentes de Lima Metropolitana, con edades que oscilan entre 10 a 18 años de edad. En cuanto a los resultados, se mostró una confiabilidad aceptable. Esto se demostró mediante la utilización de la consistencia interna KR20, donde se obtuvo como resultado un coeficiente de .838 en la escala total (.839 para mujeres y .822 para varones). Así también, el coeficiente global alpha de Crombach fue 0.791; en la escala ansiedad fisiológica 0.572, en inquietud/hiperactividad 0.699 y para la subescala preocupaciones sociales/concentración fue 0.636, considerándose dichos resultados como valores confiables (Domínguez et al., 2013).

Validez

En cuanto a la validez, se encontró validez factorial. Se identificó tres factores que explican el 41.139% de varianza. También se presentó la existencia de validez criterial, donde se observó diferencias en los dos grupos a favor del grupo consultante. Dicha validez se consideró a través de los coeficientes de correlación producto – momento de Spearman, confirmándose la validez de constructo, las correlaciones entre las dimensiones y el constructo en general es 437, indicando que no hay significancia entre las variables (Domínguez et al., 2013).

Cuestionario de adicción a las redes sociales de Miguel Ecurra Mayaute y Edwin Salas Blas (2014)

Se utilizó el cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS) desarrollado por Miguel Ecurra Mayaute y Edwin Salas Blas (2014). Este cuestionario es aplicado a adolescentes y jóvenes desde los 13 años de edad. Su aplicación es de 15 minutos. Tiene como objeto evaluar niveles de adicción a las redes sociales. Presenta tres escalas que son las siguientes: obsesión por las redes sociales conformado por 10 ítems, falta de control personal con 6 ítems y uso excesivo de las redes sociales conformado por 8 ítems, los mismos que forman parte de los 24 ítems de este instrumento.

Para la puntuación, se debe considerar lo siguiente: siempre 4 puntos, casi siempre 3 puntos, algunas veces 2 puntos, rara vez 1 punto y nunca 0 puntos. Luego, se realiza la sumatoria de estos puntajes, obteniendo la siguiente clasificación: 1 a 13 puntos, nivel bajo, 14 a 33 puntos, nivel medio y 34 a 96 puntos, nivel alto (Salas y Ecurra, 2014).

Confiabilidad

Para garantizar la confiabilidad, se sustenta con el coeficiente de Crombach elevados, entre 0.91 en el factor 1; 0.88; factor 2; 0.92 y factor 3; 0.95. El nivel de consistencia interna puede considerarse alto, supera la magnitud de 85. Los intervalos de confianza indican que la estimación de confiabilidad de los puntajes en la muestra total presenta valores elevados, siendo apta para aplicarlo al Perú (Ecurra y Salas, 2014).

Validez

Este instrumento es válido, ya que fue utilizada la prueba de Spearman Brown para la interpretación ítem – test e ítem- factor, y analizar el comportamiento del conjunto de datos. Se utilizó la prueba de normalidad de Kolmogorov – Smirnow para determinar el tipo de estadística en el análisis de variables (Ecurra y Salas, 2014).

3.5. Plan de análisis e interpretación de la información

Para el análisis y la interpretación fue utilizado el programa estadístico STATA14, a través del análisis descriptivo, se empleó frecuencias y porcentajes para las variables cualitativas. A nivel inferencial, se utilizó la prueba de Chi-Cuadrado con un nivel de significancia de 0.05 para determinar la relación entre las variables categóricas.

3.6. Ventajas y limitaciones

Ventajas

La investigación cuenta con bajos costos de elaboración. Asimismo, se obtuvo acceso a la población de estudio, lo cual facilitó la aplicación de encuestas e instrumentos para recolectar los datos, ya que el estudio se realizó en el mes de abril del año 2022 (post-confinamiento por el COVID-19) donde no se presentaron restricciones para la aplicación de dichos instrumentos. Los instrumentos utilizados cuentan con adaptación y validación en el entorno peruano.

Limitaciones

Entre las imitaciones encontradas fue el mal llenado del cuestionario escala de ansiedad manifiesta en niños-revisada, ya que uno de los participantes en uno de los ítems, emitió varias respuestas invalidando el instrumento. Asimismo, por ser una investigación de alcance correlacional, no puede proporcionar datos de causa y efecto. Finalmente, los instrumentos pueden verse afectados por la deseabilidad social, aunque se trató de controlar este aspecto mediante la sensibilización de los participantes, resaltando el anonimato de las respuestas y el uso exclusivo con fines de investigación.

3.7. Aspectos éticos

Se enfatiza el respeto hacia el ser humano, en el código de ética del colegio de psicólogos del Perú, para las personas que reciban tratamiento psicológico, así como el

compromiso de preservar y proteger los derechos humanos. Además, promueve a facilitación del conocimiento sobre la conducta humana y el entendimiento del individuo, tanto para sí mismos como para los demás con el fin de promover el bienestar. Cuando se realiza una evaluación psicológica, es imperativo que el profesional proteja la integridad y la privacidad del individuo evaluado. Por lo tanto, aquellos que participan en la investigación deben recibir un trato igualitario, sin que se vean vulnerados sus derechos. El código de ética profesional del psicólogo peruano tiene un contenido de consideraciones morales que deben ser obedecidas y cumplidas durante el entrenamiento de su profesión (Colegio de Psicólogos del Perú, 2011).

Respeto de la privacidad

Se garantizó la confidencialidad de la información, incluyendo datos personales, nombres, etc., para asegurar un uso adecuado y seguro de la información recolectada.

No discriminación y libre participación

Se ofreció igualdad de oportunidades a todos los estudiantes para participar en la investigación, sin importar su situación económica, social o género.

Los estudiantes tuvieron la libertad de decidir si deseaban participar o no en el estudio.

Consentimiento informado

Los padres de familia fueron debidamente informados sobre la aplicación de pruebas psicológicas a través de un consentimiento informado. Su participación fue voluntaria y manifestaron su aceptación mediante la firma o huella digital.

Calidad de investigación, autoría y uso de los resultados

Los procedimientos de recolección de datos se realizaron, siguiendo los estándares de la investigación científica, con la asistencia de profesionales en psicología, buscando brindar la seriedad de la investigación, dando así una exactitud en cada uno de los resultados.

Se consideró diversos factores que podrían afectar a los participantes, garantizando así su seguridad y bienestar. Se buscó brindar confianza y respeto en todo momento con el objetivo de mejorar la comprensión de los problemas identificados y ofrecer soluciones efectivas.

CAPÍTULO IV. RESULTADOS

En la tabla 1, se observa que la mayoría de los estudiantes proviene de una familia extensa, representando el 57.1% del total de la muestra. Por otra parte, en cuanto a edad, el 95.7% tiene entre 14 y 15 años; con respecto al género, el 51.0% representa al femenino; por otro lado, el 95.7% no repitió de grado y en cuanto a número de hermanos el 64.3% tiene dos hermanos.

Tabla 1. Características sociodemográficas de los estudiantes de una institución educativa de Nueva Cajamarca

Datos sociodemográficos	n	%
Tipo de familia		
Nuclear	77	36.7%
Extensa	120	57.1%
Monoparental	8	3.8%
Reconstituida	5	2.4%
Edad		
14 a 15	201	95.7%
16 a 17	9	4.3%
Género		
Masculino	103	49.0%
Femenino	107	51.0%
Repitió de grado		
Sí	9	4.3%
No	201	95.7%
Número de hermanos		
Ninguno	5	2.4%
Uno	68	32.4%
Dos	135	64.3%
Tres a más	2	1.0%

Fuente: Elaboración propia.

En la tabla 2, se observa que existe una relación significativa ($p=0.000$) entre las variables ansiedad y adicción a las redes sociales. El 59.3% de los estudiantes que presenta un nivel medio de ansiedad, también presenta un nivel medio en adicción a las redes sociales y un 87.7% que presenta un nivel de ansiedad alto presenta un nivel de adicción medio.

Tabla 2. Relación entre ansiedad y adicción a las redes sociales en estudiantes de una institución educativa de Nueva Cajamarca

Nivel de ansiedad	Nivel de adicción a las redes sociales						Total	p-valor	
	Baja		Media		Alta				
	n	%	n	%	n	%			
Bajo	14	77.8	4	22.2	0	0.0	18	8.6	0.000
Medio	35	40.7	51	59.3	0	0.0	86	40.9	
Alto	12	11.3	93	87.7	1	0.9	106	50.5	

Fuente: Elaboración propia.

En la tabla 3, se puede observar un análisis descriptivo de la variable ansiedad. Se contempla que, en mayor proporción, los estudiantes presentan un nivel de ansiedad alta, presentando el 50.5%, seguido del 40.9% que poseen un nivel de ansiedad media y el 8.6% presenta una ansiedad baja.

Tabla 3. Nivel de ansiedad de los estudiantes de una institución educativa de Nueva Cajamarca

Ansiedad

Nivel de ansiedad	cantidad	Porcentaje
Baja	18	8.6%
Media	86	40.9%
Alta	106	50.5%
Total	210	100.0

Fuente: Elaboración propia.

En la tabla 4, en un análisis descriptivo, se observa que, en cuanto a niveles de adicción a las redes sociales, un mayor porcentaje de los estudiantes presentan un nivel de adicción medio, representando el 70.4%, seguido del 29.1% que presenta un nivel de adicción bajo y el 0.5% que presentan un nivel alto en adicción a las redes sociales.

Tabla 4. Nivel de adicción a las redes sociales en estudiantes de una institución educativa de Nueva Cajamarca.

Adicción a las redes sociales		
Nivel de adicción a las redes sociales	Cantidad	Porcentaje
Bajo	61	29.1%
Medio	148	70.4%
Alto	1	0.5%
Total	210	100.0

Fuente. Elaboración propia.

En la tabla 5, se observa un análisis con respecto a la relación entre los datos sociodemográficos y nivel de ansiedad de los estudiantes. Se encontró que, en la variable sociodemográfica género, hay presencia de una cantidad similar de estudiantes de sexo femenino y masculino (51% y 49% respectivamente). Asimismo, se observa que existe relación significativa ($p=0.000$) entre género y nivel de ansiedad, siendo el género femenino (35.2% en nivel alto) el que presenta mayor grado de ansiedad.

Tabla 5. Relación entre variable ansiedad y datos sociodemográficos en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Nueva Cajamarca

Características sociodemográficas	Nivel de ansiedad						Total	p-valor	
	Baja		Media		Alta				
	n	%	n	%	n	%			
Tipo de familia									
Nuclear	5	2.4	28	13.3	44	21	77	36.7	0.669
Extensa	11	5.2	54	25.7	55	26.2	120	57.1	
Monoparental	1	0.5	3	1.4	4	1.9	8	3.8	
Reconstituida	1	0.5	1	0.5	3	1.4	4	2.4	
Edad									
14 a 15	18	8.6	82	39.1	101	48.1	201	95.7	0.643
16 a 17	0	0	4	1.9	5	2.4	9	4.3	
Género									
Masculino	15	7.1	56	26.7	32	15.2	103	49	0.000
Femenino	3	1.4	30	14.3	74	35.2	107	51	
Repitió de grado									
Sí	0	0	4	1.9	5	2.4	9	4.3	0.643
No	18	8.6	82	39.1	101	48.1	201	95.7	
Número de hermanos									
Ninguno	0	0	4	1.9	1	0.5	5	2.4	0.143
Uno	8	3.8	26	12.4	34	16.2	68	32.4	
Dos	9	4.3	56	26.6	70	33.3	135	64.2	
Tres a más	1	0.5	0	0	1	0.5	2	1	

Fuente: Elaboración propia.

En la tabla 6, se evidencia información sobre la relación entre la adicción a las redes sociales y datos sociodemográficos. Se encontró asociación entre adicción a las redes sociales y la variable sociodemográfica género ($p=0.026$), siendo el 49% del género masculino y 51 % del femenino, donde un 40% de estudiantes del género femenino presenta un nivel de adicción media a las redes sociales.

Tabla 6. Relación entre variable adicción a las redes sociales y características sociodemográficas en estudiantes de una institución educativa de Nueva Cajamarca

Características sociodemográficas	Adicción a redes sociales								p-valor	
	Baja		Media		Alta		Total			
	n	%	n	%	n	%	n	%		
Tipo de familia										
Nuclear	26	12.4	50	23.7	1	0.5	77	36.6	0.706	
Extensa	31	14.8	89	42.4	0	0.0	120	57.2		
Monoparental	3	1.4	5	2.4	0	0.0	8	3.8		
Reconstituida	1	0.5	4	1.9	0	0.0	5	2.4		
Edad										
14 a 15	60	28.6	140	66.7	1	0.5	201	95.8	0.463	
16 a 17	1	0.5	8	3.7	0	0.0	9	4.2		
Género										
Masculino	38	18.1	64	30.4	1	0.5	103	49	0.026	
Femenino	23	11.0	84	40.0	0	0.0	107	51		
Repitió de grado										
Sí	1	0.5	8	3.7	0	0.0	9	4.2	0.463	
No	60	28.6	140	66.7	1	0.5	201	95.8		
Número de hermanos										
Ninguno	0	0.0	5	2.4	0	0.0	5	2.4	0.378	
Uno	24	11.4	43	20.5	1	0.5	68	32.4		
Dos	36	17.1	99	47.1	0	0.0	135	64.2		
Tres a más	1	0.5	1	0.5	0	0.0	2	1		

Fuente: Elaboración propia.

CAPÍTULO V. DISCUSIÓN

5.1. Discusión

Los resultados obtenidos en la presente investigación revelan una relación significativa entre la ansiedad y adicción a las redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Nueva Cajamarca. Respecto a la asociación entre la ansiedad y las variables sociodemográficas, se observa una conexión entre el género y nivel de ansiedad, así como también entre esta variable sociodemográfica y los niveles de adicción a las redes sociales, demostrando que el género femenino presenta niveles más elevados tanto en la variable ansiedad como en la variable adicción a las redes sociales.

También se observa que, el nivel medio de ansiedad se relaciona con un nivel también medio en adicción a las redes sociales. Este resultado se asemeja al estudio realizado por Mohanna et al. (2019), donde refiere que dicha relación puede deberse a que la ansiedad se presenta como un síntoma que se manifiesta durante el síndrome de abstinencia y que se presentaría ante la imposibilidad temporal de acceder a las redes sociales. Por su parte, Pulido et al. (2013) explican que esta relación puede deberse a que los adolescentes utilizan las redes sociales como medio de escape de los procesos ansiosos; asimismo, que esta ansiedad puede ocasionar que se utilice de manera inmoderada las redes sociales. Otra explicación a esta interrelación es que puede existir una falta de consciencia en cuanto al uso excesivo de las redes sociales, así como la falta de normalización. Eso genera que no se considere presentar dificultades en el control de uso de dichas redes; sin embargo, ante esta situación, se desencadenaría síntomas ansiosos en distintos niveles, dependiendo de la adicción Rodríguez et al. (2012). Por esto mismo, las personas que hacen mayor uso de las redes sociales expresan conductas que interfieren con sus actitudes y pensamientos, acarreando problemas que afecten el bienestar de los de los mismos (Pacheco, 2019).

Asimismo, se encontró niveles altos de ansiedad. Estos similares resultados a Trinidad y Varillas (2021) indican que el constante flujo de actividad en las redes sociales contribuye al aumento de ansiedad entre los adolescentes. La preocupación por su uso se vuelve persistente y, al sumergirse en ellas, pierden la noción del tiempo y descuidan otras actividades. Rodríguez (2021) explica que los niveles elevados de ansiedad pueden deberse a la dependencia en cuanto al uso de las tecnologías como las redes sociales, ya que, al volverse esenciales en la vida de los estudiantes, incrementa la ansiedad por la necesidad de mantenerse conectados. Asimismo, Beck y Clark (2013) explican que estos niveles de ansiedad en los adolescentes pueden deberse a la forma que interpretan y valoran ciertas situaciones que pueden afectar en su comportamiento y sentimientos y cuando enfrentan un evento que provoca pensamientos recurrentes de preocupación y angustia puede conllevar a que se presenten altos niveles de ansiedad. Además, la preocupación y la obsesión por las redes sociales pueden ocasionar altos niveles de ansiedad (Escurra y Salas 2014).

Se encontró también niveles medios de adicción a las redes sociales, resultado similar al encontrado por Santos (2023) esto puede deberse también a que, a lo largo de los años las actividades de ocio de los adolescentes han ido cambiando. La era digital abarca la mayor parte del tiempo empleado de dichos adolescentes para utilizar aparatos electrónicos sin salir del hogar; por ello, se da un aumento en el uso de dispositivos electrónicos y redes sociales, conllevando así a presentar síntomas ansiosos Cruz (2017). Otra posible explicación a estos niveles de adicción, es que, durante esta etapa, los adolescentes buscan satisfacer su necesidad de interacción social y pertenencia. Por ello, su comportamiento en las redes sociales se orienta a la búsqueda de su identidad, el desarrollo de la autoconfianza y la creación de su círculo social, sin establecer un control en el uso de estas redes (Mohana y Romero, 2019). Por lo tanto, cuando los adolescentes encuentran un refuerzo positivo como la fama, la aprobación y el reconocimiento de otros individuos a través de las redes sociales, podría llevar a desarrollar niveles de adicción (Andreassen, 2015).

En cuanto a las variables ansiedad y género, se encontró una relación significativa, ya que, a comparación del género masculino, el género femenino presenta un nivel de ansiedad más elevado. En estudios previos, se ha encontrado resultados similares en Zabala (2021) se explica, que estos niveles de ansiedad podrían estar relacionados con factores personales netamente relacionado al género, como es el ciclo o cambios perimenstruales, es decir, no se refiere únicamente a los cambios hormonales que se producen antes de periodo menstrual, sino al conjunto total (antes, durante y después de dicho ciclo) u otros factores de riesgo como el ambiente social, cultural o agentes bioquímicos y hormonales (Borrás et al., 2009). Otra explicación a dichos resultados se les atribuye principalmente a las diferencias en la educación relacionada con el género, ya que a las mujeres se les permite expresar sus miedos con libertad, mientras que a los hombres se les enseña a reprimir su ansiedad, debido a que se espera que enfrenten situaciones amenazantes sin mostrar temor Echeburúa y De Corral (2009). Además, el desarrollo sexual, la maduración, los cambios hormonales y los factores psicológicos involucrados se relacionan con en la sintomatología ansiosa relacionada al género (Caballo y Simón, 2013).

Asimismo, en las variables adicción a las redes sociales y género, se encontró relación significativa, evidenciando que el género femenino presenta mayor adicción a las redes sociales. En anteriores estudios, se encontró resultados similares. Delfino et al. (2017) indicaron que las mujeres utilizan en mayor medida las redes sociales como fuente para obtener información, así también, se exhibe un interés más elevado por los rumores publicados en dichas redes y para estar en contacto con amigos y familia. Otra posible explicación para esta diferencia es que, el género femenino suele ser más autocrítico debido a experiencias personales e influencias culturales Pillaca (2019). Asimismo, las mujeres tienden a ser más activas y generan mayor contenido en las redes sociales, mostrando un comportamiento más dinámico y espontáneo. Este género otorga gran

importancia a las reacciones que sus publicaciones reciben, ya que se preocupan por la imagen que transmiten a los demás (Colás et al., 2013). Además, el género femenino se preocupa más por aumentar su círculo social, ser parte de un grupo y comunicar sus emociones, por lo que pueden pasar largos periodos de tiempo conectadas a las redes sociales (Zanno, 2013).

5.2. Conclusiones

En la presente investigación, se aprecia que la ansiedad se relaciona con los niveles de adicción a las redes sociales. Eso significa que los estudiantes experimentan un constante deseo de acceder a las redes sociales, lo que genera síntomas ansiosos al sentir la necesidad persistente por mantenerse siempre conectado.

Existe relación entre ansiedad y adicción a las redes sociales. Se concluye que, al presentarse niveles de adicción a dichas redes, existirá también niveles de ansiedad y viceversa.

Se presenta niveles altos de ansiedad. Este hallazgo se evidencia a través de puntuaciones obtenidas en los instrumentos aplicados. Estos puntajes también resaltan la necesidad de continuar realizando investigaciones relacionadas a la salud mental de los estudiantes y la implementación de programas de apoyo y estrategias para reducir los niveles de ansiedad, promoviendo el bienestar mental de la población estudiantil.

Se evidenció un nivel medio de adicción a las redes sociales, donde la mayoría de los estudiantes obtuvo este puntaje en los instrumentos aplicados. Este es un indicador del uso desmedido de dichas redes, donde los estudiantes pueden mantener un comportamiento rutinario frente a las pantallas.

La ansiedad se relaciona con los factores sociodemográficos. Se observó que el género femenino presenta niveles más elevados de ansiedad con respecto al género masculino; sin embargo, esto puede deberse también a otros factores de riesgo como hormonales, sociales, bioquímicos, etc.

Asimismo, la adicción a las redes sociales se relaciona con el factor sociodemográfico género, ya que se presentó niveles más elevados de adicción a las redes sociales.

Los niveles de ansiedad en la mayoría de los estudiantes fueron altos y el nivel de adicción a las redes sociales fue medio. Ello demuestra que dichos niveles de ansiedad pueden deberse a otros factores sumados a la adicción a las redes sociales, ya sea personal o ambiental que puede contribuir al desarrollo de los síntomas de dicho trastorno y que pueda afectar en el desenvolvimiento adecuado de los estudiantes.

5.3. Recomendaciones

Se recomienda continuar investigando los factores relacionados con las variables estudiadas en esta población. Permanecer en un entorno vulnerable, puede aumentar los niveles de adicción y ansiedad. Por eso, es importante profundizar en este tema para comprender mejor sus implicaciones y encontrar posibles intervenciones preventivas o de tratamiento.

De igual manera, ya que la investigación mostró la presencia de síntomas ansiosos en los estudiantes, se sugiere al director de la institución, realizar acciones preventivas e intervenciones en los estudiantes que padezcan estos síntomas. Es crucial informar sobre las posibles consecuencias del uso excesivo de las redes sociales y proponer actividades alternativas que ayuden a reducir su dependencia a estas plataformas, así como sus niveles de ansiedad.

Basándonos en los resultados obtenidos, se sugiere implementar intervenciones psicológicas dirigidas a los estudiantes para mitigar tanto la ansiedad como la adicción a las redes sociales.

Además, se propone organizar sesiones informativas para los padres, donde se aborde los riesgos del uso excesivo del teléfono móvil.

Asimismo, se recomienda la implementación de intervenciones preventivas y promocionales por parte de los psicólogos en el ámbito de la institución educativa, con el objetivo de educar a los estudiantes sobre cómo identificar los síntomas de ansiedad y adicción a las redes sociales.

Finalmente, se recomienda ampliar las investigaciones en relación a los problemas planteados, con el fin de explorar otras variables asociadas a la ansiedad y adicción a las redes sociales.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Andreassen, C. (2015). *Online social network site addiction: A comprehensive review*. Current Addiction Reports.
2. Aguado y Ramos. (2013). *Factores sociodemográficos y estilos de vida en estudiantes de enfermería padre Luis Tezza – 2013*. Escuela de Enfermería Padre Luis Tezza.
3. Ardila, I., Orozco, P. y Potosí, B. (2022). *Adicción a las redes sociales en estudiantes de la Universidad Cooperativa de Colombia Sede Villavicencio*. Universidad Cooperativa de Colombia.
4. Arnao, J. y Surpachin, M. (2016). *Uso y abuso de las redes sociales digitales en adolescentes y jóvenes*.
5. American Psychological Association (2010). *Manual de publicaciones de la American Psychological Association*. 6.ª ed. Editorial El Manual Moderno.
6. Alarcón, A. y Montenegro, R. (2019). *Uso del teléfono móvil y nivel de ansiedad en los estudiantes del 3º al 5º grado de la Institución Educativa N° 16003 Jaén 2018*. Universidad de Chiclayo.
7. Bandura, A. (1977). *Social Learning Theory*. Prentice Hall.
8. Bandura, A. y Ribes, E. (1975). *Modificación de conducta*. México.
9. Beck, A. y Clark, D. (2013). *Terapia cognitiva para trastornos de ansiedad*. Descleé de Brouwer.
10. Beck, E. y Moreno, B. (2014). *Trastornos de ansiedad y fobias: una perspectiva cognitiva*. Editorial Descleé de Brouwer.
11. Borrás, C., Pérez, F. y Palmer, A. (2001). Ansiedad y diagnóstico del síndrome premenstrual (SPM). *Clínica y Salud*, (12)3, 341 – 366. <https://www.redalyc.org/pdf/1806/180618319004.pdf?fbclid=IwAR1jSN4JYr3nYnLkzFmfDcRcZTXz0sUbBLLayZUPCmWaFwGB2AFgl2iz2tg>
12. Caballo, V. y Simón, M. (2013). *Manual de psicología clínica infantil y del adolescente: Trastornos Específicos*.
13. Carbonell, X. y Oberst, U. (2015). *Las redes sociales en línea no son adictivas*. *Revista de Psicología, Ciències de l'Educació i de l'Esport*, 33 (2), 13-19.
14. Casado, I. (1994). *Ansiedad, stress y trastornos psicofisiológicos*. Universidad Complutense, Madrid.
15. Castells, M. (2000). *La sociedad red, la era de la información: economía, sociedad y cultura*. Alianza Editorial.
16. Castro, J., Gómez, E., Rodríguez, Toro, L. y Zapata, A. (2020). *Ansiedad social y adicción a redes sociales en adolescentes del valle de Aburrá en función del estrato socioeconómico y el sexo*. Tecnológico de Antioquia Institución Universitaria, Colombia.
17. Cía A. (2013). 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. *Rev. Neuropsiquiatra* 76 (4), 210-217. <https://revistas.upch.edu.pe/index.php/RNP/article/view/1169/1201>
18. Colegio de Psicólogos del Perú. (2011). *Código de ética profesional*.
19. Colás, M. González, T. y De Pablos, J. (2013). *Juventud y redes sociales: motivaciones y usos preferentes*.
20. Choque, C. (2021). *Adicción a las redes sociales y ansiedad en estudiantes de 3º, 4º y 5º grado de secundaria en la I.E. Antonio Raymondi Saylla, 2020*. Universidad Nacional de San Antonio, Perú.
21. Choque, C. (2023). *Correlación entre adicción a redes sociales y sintomatología de ansiedad en estudiantes de secundaria de un colegio nacional en Lima-Perú*. Universidad Nacional Federico Villarreal.
22. Corbin, J. (2016). *Los 8 tipos de familia y sus características*. Psicología y mente. <https://psicologiymente.com/social/tipos-de-familias>.

23. Cruz, L. (2017). *Adolescentes y redes sociales en la era digital*. http://dspace.uib.es/xmlui/bitstream/handle/11201/3808/Cruz_Diana_Laura.pdf?sequence=1
24. Datum (2018). *Internet en el Perú*. https://www.datum.com.pe/new_web_files/files/pdf/Internet.pdf
25. Delfino, G., Sosa, F. y Zubieta, E. (2017). *Uso de internet en Argentina: Género y edad como variables asociadas a la brecha digital*. *Investigación y Desarrollo*, 25(2), 100-123.
26. Díaz, C. y Santos, L. (2017). La ansiedad en la adolescencia. *Revista de SEAPA Enfermería Comunitaria*, 6(1), 21-31.
27. Diccionario de la Real Academia Española (2005).
28. Domínguez, S., Villegas, G. y Padilla, O. (2013). Propiedades psicométricas de la escala de ansiedad manifiesta en niños – CMASR en niños y adolescentes de Lima Metropolitana. *Revista Peruana de Psicología y Trabajo Social*, 2 (1), 15 – 32.
29. Ecurra, M. y Salas, D. (2014). *Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales ARS*. Universidad San Martín De Porres, Perú.
30. Echeburúa, E. y Requesens, A. (2012). *Adicción a las redes sociales y nuevas tecnologías en niños y adolescentes*. Guía para educadores.
31. Echeburúa, E. y De Corral, P. (2010). *Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: Un nuevo reto*. España.
32. Echeburúa, E. y De Corral, P. (2009). *Trastornos de ansiedad en la infancia y adolescencia*.
33. Echeburúa, E. y De Corral, P. (1994). Adicciones psicológicas: más allá de la metáfora. *Revista Clínica y Salud*, (5), 251-258.
34. Fernández, A. (2003). *Las nuevas adicciones*. TEA ediciones.
35. Fidas G. Arias. (2012). *El proyecto de investigación*. 6.ª ed. Editorial Episteme.
36. Gaeta, L. y Otero, V. (2014). La ansiedad en alumnos mexicanos de primaria: variables personales, escolares y familiares. *Revista Iberoamericana de Educación*, 66, 45-58.
37. *Guía de práctica clínica para el manejo de pacientes con trastornos de ansiedad en atención primaria*. (2008). Madrid.
38. Guzmán, Y. (2018). *Adicción a las redes sociales y sintomatología depresiva en alumnos de 3,4 y 5 grado de secundaria, 2017*. Universidad Católica Sedes Sapientiae, Lima, Perú.
39. Hernández, R., Fernández, C. y Bautista, P. (2014). *Metodología de Investigación*. 6.ª ed. Mc. Graw Hill.
40. INEI. (2018). *Perú Indicadores de Educación por Departamentos, 2007-2017*. https://www.inei.gov.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1529/libf
41. Lewis, A. (1980). *Problems presented by the ambiguous word "anxiety" as used in psychopathology*. In G. D. Burrows y B. Davies (Eds.), *Handbook of studies on anxiety*. Elsevier/North-Holland
42. Madrid, R. (2000). *La adicción a Internet*. Psicología Online.
43. Mohana, G. y Romero, D. (2020). *Adicción a las Redes Sociales y Ansiedad en estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana*. Universidad Peruana De Ciencias Aplicadas de la ciudad de Lima, Perú.
44. Morduchowicz, R. Morán, A. Sylvestre, V y Ballestrini, F. (2010). *Los adolescentes y las redes Sociales, guía Ministerio de educación de la nación*. Argentina.
45. Moreno, P. (2017). *Aprender de la ansiedad: la sabiduría de las emociones* (4a. ed.). Editorial Desclée de Brouwer.
46. Moreno, S. (2018). *Propiedades psicométricas del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) en adolescentes del distrito de Comas, 2018*. Universidad César Vallejo de Lima, Perú.

47. Oliver, E., (2015). *Síndromes psicopatológicos: Ayer y hoy*. Libro Amigo EIRL.
48. Ortega, I., Soto, I. y Cerdán, C. (2016). *Generación Z. El último salto generacional*.
49. Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021). *Salud mental del adolescente 2021*.
50. Pacheco, D. (2019). *Adicción al internet, impulsividad y ansiedad en estudiantes de nivel secundaria de dos instituciones educativas de Villa el Salvador*. Universidad Autónoma del Perú.
51. Pérez, J. y Walter, D. (2022). *Asociación entre la adicción a la internet, trastornos de ansiedad y depresión en estudiantes de secundaria de dos colegios particulares de la ciudad de Chiclayo en tiempos de pandemia COVID-19, 2021*. Universidad De San Martín De Porres de Chiclayo.
52. Pillaca, J. (2019). *Adicción a redes sociales y autoestima de una universidad privada de Lima Sur*. Universidad Autónoma del Perú.
53. Prieto, J. y Moreno, A. (2015). *Las redes sociales de internet ¿una nueva adicción?* Revista Argentina de Clínica Psicológica, (24) 2, pp. 149-155.
54. Quispe, S. y Solis, L. (2015). *Prácticas de crianza parental y ansiedad en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Lima este, 2015*. Universidad Peruana Unión.
55. Ramírez, R., Álvarez, M. y Rodríguez, M. (2015). *Características sociodemográficas y trastornos mentales en niños y adolescentes de consulta externa psiquiátrica infantil de una clínica de Medellín*. Revista Colombiana de Psiquiatría, 44(2), 115-120.
56. Real Academia Española. (2021). *Diccionario de la lengua española*.
57. Reynolds, C. y Richmond, B. (1997). *Escala de ansiedad manifiesta en niños*. Editorial El Manual Moderno.
58. Rodríguez, C. (2021). *Adicción a las redes sociales y ansiedad estado-rasgo en estudiantes de 4° y 5° de secundaria de una institución educativa de Trujillo*. Universidad Privada Antenor Orrego – UPAO.
59. Rodríguez, R., Martínez, I., García, M.; Guilén, V. Valero, M. y Díaz, S. (2012). *Adicción a las nuevas tecnologías de la información y la comunicación (NTICS) y Ansiedad en adolescentes*. International Journal of Development and Educational Psychology, 1(1), 347-356.
60. Rojas, E. (2002). *La ansiedad*. Planeta Mexicano.
61. Ruiz, A. y Lago, B. (2005). *Trastornos de ansiedad en la infancia y en la adolescencia*. Exlibris Ediciones.
62. Salas, E. y Ecurra, M. (2014). *Uso de redes sociales entre estudiantes universitarios limeños*. Revista de Peruana de Psicología y Trabajo Social 2014, 3 (1), 75-90.
63. Santos, R. (2023). *Adicción a las redes sociales y cansancio emocional durante el COVID-19 en estudiantes de la UNTUMBES*. Universidad Nacional de Tumbes.
64. Santacruz, C. (2020). *Rasgos de personalidad y adicción a redes sociales en estudiantes de la facultad de Ciencias Psicológicas de la Universidad Central del Ecuador durante el período lectivo septiembre 2019 – febrero 2020*. Universidad Central Del Ecuador.
65. Tipantiña, K. (2013). *Adicción a internet y sus consecuencias en adolescentes de la ciudad de Quito en el año 2013*. Pontificia universidad católica del ecuador de Quito.
66. Trinidad, L. y Varillas, G. (2021). *Adicción a redes sociales y ansiedad estado rasgo en estudiantes de secundaria del colegio privado Nikola Tesla, Huacho 2021*. Universidad César Vallejo.
67. Villafuerte, M. (2019). *Adicción a las redes sociales y la conducta psicosocial en adolescentes*. Universidad Estatal del Sur de Manabí.

68. Zabala, S. (2021). *Ansiedad síntomas de adicción a las redes sociales y procrastinarían en adolescentes de colegios públicos de Villavicencio*. Universidad Santo Tomás.
69. Zanno, M. (2013). *Factors associated with young adult use of Facebook for emotional support*. Theses, Dissertations, and Projects.

ANEXOS

Anexo 1

“ANSIEDAD Y ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE NUEVA CAJAMARCA”

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variabes	Población y muestra	Metodología	Instrumentos	Análisis estadístico
<p>Problema general: ¿Cuál es la relación entre la ansiedad y adicción a las redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Nueva Cajamarca?</p> <p>Problemas específicos: 1. ¿Cuál es el nivel de ansiedad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Nueva Cajamarca? 2. ¿Cuáles son los niveles de la adicción a las redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa de</p>	<p>Objetivo general: Determinar la relación entre la ansiedad y adicción a las redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Nueva Cajamarca.</p> <p>Objetivos específicos: 1. Describir los niveles de ansiedad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Nueva Cajamarca. 2. Describir los niveles de la adicción a las redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Nueva Cajamarca.</p>	<p>Hipótesis general: HG₁: Existe relación entre la ansiedad y adicción a las redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Nueva Cajamarca. HG₀: No existe relación entre la ansiedad y adicción a las redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Nueva Cajamarca. Hipótesis específicas: HE₁: Existe relación entre la ansiedad y los datos sociodemográficos en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Nueva Cajamarca. HE₀: No existe relación entre la ansiedad y los datos sociodemográficos en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Nueva Cajamarca.</p>	<p>V1: Ansiedad Escala de ansiedad manifiesta en niños – revisada (CMAS – R) Se evidenció confiabilidad aceptable a través del método de consistencia interna KR20, obteniéndose un coeficiente de .838 en la escala total para toda la muestra .822 para varones y .839 para mujeres. Se obtuvo validez factorial, evidenciándose tres factores que explican el 41.139% de varianza; se obtuvo validez criterial, se evidenció diferencias significativas entre ambos a favor del grupo consultante. Se estimó la validez mediante los coeficientes de correlación producto – momento de Spearman, donde se confirma validez de constructo, las correlaciones entre las dimensiones y el constructo en general es 437, indicando que no hay</p>	<p>Población: La población estará conformada por un número de 211 estudiantes del sexo femenino y masculino pertenecientes al tercer grado de una institución educativa de Nueva Cajamarca.</p> <p>Muestra: La muestra será de 211 estudiantes del sexo femenino y masculino de tercer grado de secundaria de una institución educativa de Nueva Cajamarca.</p> <p>Tipo de muestreo: No probabilístico o por conveniencia.</p> <p>Criterios de Inclusión - Participarán los estudiantes del tercer grado de educación</p>	<p>Tipo de investigación n: Descriptivo - Correlacional Diseño de investigación n: No experimental-transversal con enfoque cuantitativo.</p>	<p>V1: Escala de ansiedad manifiesta en niños – Revisada (CMAS – R). V2: Cuestionario de adicción a las redes sociales de Miguel Escurra Mayaute y Edwin Salas Blas (2014).</p>	<p>Estadística descriptiva Se utilizará el programa Stata 14 para la realización del análisis descriptivo pues aquí se obtienen los porcentajes y frecuencias para las variables categóricas que son ansiedad, adicción a las redes sociales y variables sociodemográficas</p> <p>Estadística inferencial Se utilizará la prueba de Chi cuadrado que evaluará las dos variables categóricas, para medir la relación entre las variables estudiadas, para las variables sociodemográficas, se utilizará también la prueba de Chi cuadrado debido a que estos datos se han categorizado con un nivel de significancia de 0.05.</p>

<p>Nueva Cajamarca?</p> <p>3. ¿Cuál es la relación entre la ansiedad y los datos sociodemográficos en estudiantes de secundaria de una institución educativa de nueva Cajamarca?</p> <p>4. ¿Cuál es la relación entre la adicción a las redes sociales y los datos sociodemográficos en estudiantes de secundaria de una institución educativa de nueva Cajamarca?</p>	<p>3. Establecer la relación entre la ansiedad y los datos sociodemográficos en estudiantes de secundaria de una institución educativa de nueva Cajamarca.</p> <p>4. Establecer la relación entre adicción a las redes sociales y los datos sociodemográficos en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Nueva Cajamarca.</p>	<p>HE₂: Existe relación entre adicción a las redes sociales y los datos sociodemográficos en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Nueva Cajamarca.</p> <p>HE₀: No existe relación entre adicción a las redes sociales y los datos sociodemográficos en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Nueva Cajamarca.</p>	<p>significancia entre las variables.</p> <p>V2: Adicción a las redes sociales Se aplicará el cuestionario de adicción a las redes sociales de Miguel Escurra Mayaute y Edwin Salas Blas (2014).</p> <p>La confiabilidad se sustenta bajo coeficiente de Crombach elevados, entre 0.91 en el factor 1; 0.88; factor 2; 0.92 y factor 3; 0.95. El nivel de consistencia interna puede considerarse alto, superan magnitud de 85, los intervalos de confianza indican que la estimulación de confiabilidad de los puntajes en la muestra total presenta valores elevados, siendo apta para aplicarlo al Perú.</p> <p>La prueba es válida, ya que se utilizó la prueba de Spearman Brown para el análisis ítem – test e ítem-factor, y analizar el comportamiento del conjunto de datos.</p>	<p>secundaria de una Institución Educativa secundaria del distrito de Nueva Cajamarca, Región San Martín; del sexo femenino y masculino.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Estudiantes que estén de acuerdo en participar en la investigación; para lo cual, deberán entregar firmado el acta de consentimiento informado. - Los estudiantes que hayan desarrollado por completo las pruebas psicológicas, es decir contestados debidamente los ítems. - Estudiantes con las edades oscilen entre los 14 a 17 años, según refiere las fichas técnicas de las variables de estudio. <p>Criterios de exclusión</p> <ul style="list-style-type: none"> - Estudiantes que no deseen participar 			
--	---	--	---	--	--	--	--

				<p>del llenado de las pruebas psicológicas.</p> <ul style="list-style-type: none">- Estudiantes que hayan llenado los ítems inadecuadamente.			
--	--	--	--	--	--	--	--

Anexo 2
Cuestionario de adicción a redes sociales (ARS)
 Cuestionario A

A continuación, se presenta 24 ítems referidos al uso de las redes sociales, no existe respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o malas. Asegúrate de no dejar sin responder ninguna pregunta. Marque un aspa (X) en el espacio que corresponda a lo que Ud. siente, piensa o hace:

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

	redes sociales.					
23	Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).	S	CS	AV	RV	N
24	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.	S	CS	AV	RV	N

Anexo 3

Escala de ansiedad manifiesta en niños - revisada (CMAS-R)

Questionario B

Aquí hay varias oraciones que dicen cómo piensan y sienten algunas personas acerca de ellas mismas. Lee con cuidado cada oración. Marque la palabra SÍ, si piensas que así eres. Si piensas que no tiene ninguna relación contigo marque la palabra NO. Contesta todas las preguntas, aunque en algunas sea difícil tomar una decisión. No marques "SÍ" y "NO" en la misma pregunta. No hay respuestas correctas ni incorrectas. Solo tú puedes decirnos cómo piensas y sientes respecto a ti mismo.

N°	Descripción	SI	NO
1	Me cuesta trabajo tomar decisiones	SI	NO
2	Me pongo nervioso(a) cuando las cosas no me salen como quiero	SI	NO
3	Parece que las cosas son más fáciles para los demás que para mí	SI	NO
4	Todas las personas que conozco me caen bien	SI	NO
5	Muchas veces siento que me falta el aire	SI	NO
6	Casi todo el tiempo estoy preocupado(a)	SI	NO
7	Muchas cosas me dan miedo	SI	NO
8	Siempre soy amable	SI	NO
9	Me enojo con mucha facilidad	SI	NO
10	Me preocupa lo que mis papás me vayan a decir	SI	NO
11	Siento que a los demás no les gusta cómo hago las cosas	SI	NO
12	Siempre me porto bien	SI	NO
13	En las noches, me cuesta trabajo quedarme dormido(a)	SI	NO
14	Me preocupa lo que la gente piense de mí	SI	NO
15	Me siento solo(a) aunque esté acompañado(a)	SI	NO
16	Siempre soy bueno(a)	SI	NO
17	Muchas veces siento asco o náuseas	SI	NO
18	Soy muy sentimental	SI	NO
19	Me sudan las manos	SI	NO
20	Siempre soy agradable con todos	SI	NO
21	Me canso mucho	SI	NO
22	Me preocupa el futuro	SI	NO
23	Los demás son más felices que yo	SI	NO
24	Siempre digo la verdad	SI	NO
25	Tengo pesadillas	SI	NO
26	Me siento muy mal cuando se enojan conmigo	SI	NO
27	Siento que alguien me va a decir que hago las cosas mal	SI	NO
28	Nunca me enojo	SI	NO
29	Algunas veces me despierto asustado(a)	SI	NO
30	Me siento preocupado(a) cuando me voy a dormir	SI	NO
31	Me cuesta trabajo concentrarme en mis tareas escolares	SI	NO
32	Nunca digo cosas que no debo decir	SI	NO
33	Me muevo mucho en mi asiento	SI	NO
34	Soy muy nervioso(a)	SI	NO
35	Muchas personas están contra mí	SI	NO
36	Nunca digo mentiras	SI	NO
37	Muchas veces me preocupa que algo malo me pase	SI	NO

Anexo 4
CONSENTIMIENTO INFORMADO

Estimado padre:

El presente documento, es para autorizar la participación de su menor hijo a participar de una investigación psicológica para un proyecto de tesis, con la finalidad de evaluar el nivel de ansiedad y adicción a las redes sociales.

La evaluación será a través de un cuestionario auto aplicado:

- Voluntaria: Puede participar respondiendo a todas las preguntas o negarse a contestar alguna de ellas o retirarse por completo sin acarrearle sanción alguna.

- Anónima y confidencial: Los datos obtenidos no serán revelados y evitarán identificar a los participantes. Dicha información se mantendrá en reserva y serán de uso exclusivo para la investigación presente accediendo sólo a ella, el asesor de investigación y mi persona.

Su participación es de gran importancia, pues beneficiará y aportará a nuevos estudios y /o proyectos psicológicos ya que los resultados serán publicados en artículos de base científica. Por ello, antes de firmar el presente documento, usted tiene derecho a preguntar sobre los puntos que no le hayan sido claros.

Finalmente, si tiene alguna pregunta con respecto al desarrollo ético del estudio, puede comunicarse con la estudiante responsable de la investigación: 2019101314@ucss.pe o con el presidente del comité de ética de la Universidad Católica Sedes Sapientiae: Dr. Luis Quiroz, escribiéndole a su mail: lquiroz@ucss.edu.pe

Acepto participar voluntariamente en el estudio, según lo descrito líneas arriba.

Acepto ()

No acepto ()

Firma del padre

Firma del investigador

Anexo 5
ASENTIMIENTO INFORMADO

Estimado alumno(a): _____

El presente documento es para invitarlo a participar voluntariamente de una investigación psicológica para un proyecto de tesis, con la finalidad de evaluar la salud mental.

La evaluación será a través de un cuestionario auto aplicado:

- Voluntaria: Puede participar respondiendo a todas las preguntas o negarse a contestar alguna de ellas o retirarse por completo sin acarrearle sanción alguna.
- Anónima y confidencial: Los datos obtenidos no serán reveladas y evitarán identificar a los participantes, dicha información se mantendrá en reserva y serán de uso exclusivo para la investigación presente accediendo solo a ella, el asesor de investigación y mi persona.

Su participación es de gran importancia, pues beneficiará y aportará a nuevos estudios y/o proyectos psicológicos ya que los resultados serán publicados en artículos de base científica. Es por ello, que antes de firmar el presente documento, usted tiene derecho a preguntar sobre los puntos que no le hayan sido claros.

Finalmente, si tiene alguna pregunta con respecto al desarrollo ético del estudio, puede comunicarse con la estudiante responsable de la investigación: 2019101314@ucss.pe o en todo caso con el presidente del comité de ética de la Universidad Católica Sedes Sapientiae: Dr. Luis Quiroz, escribiéndole a su mail: lquiroz@ucss.edu.pe

Acepto participar voluntariamente en el estudio, según lo descrito líneas arriba.

Acepto ()

No acepto ()

Firma del investigador

Firma del participante

Anexo 6
Operacionalización de la variable principal ansiedad

Nombre de la variable	Definición operacional	Tipo de variable	Dimensión	Ítems	Categorías	Indicadores
Ansiedad	Se utilizará la Escala de ansiedad manifiesta en niños –Revisada (CMAS – R). El cuestionario está compuesto por 37 ítems, con dos opciones de respuestas, “SI” o “NO”, si la puntuación es elevada indica un alto nivel de ansiedad, el test consta de cuatro sub escalas; la escala ansiedad fisiológica (10), la escala inquietud/hiperactividad (11), la escala de preocupaciones sociales/ concentración (7) y la escala de mentira (9). Reynolds y Richmond (1997).	Cualitativa	Ansiedad fisiológica	1,5,9,13,17,19,21,25,29 y 33	Alto	17 - 28
			Politómica ordinal	Inquietud/Hiperactividad	2,6,7,10,14,18,22,26,30,34 y 37	Medio
		Preocupaciones sociales/ concentración		3, 11, 15, 23, 27, 31 y 35	Bajo	0 - 8
		Mentira		4,8,12,16,20,24,28,32 y 36	Inválido (considerar las tablas de acuerdo a la edad)	13 a más

Anexo 7

Operacionalización de la variable adicción a las redes sociales

Nombre de la variable	Definición operacional	Tipo de variable	Dimensión	Ítems	Categorías	Indicadores		
Adicción a las redes sociales	El cuestionario consta de 24 ítems, evalúa tres escalas; obsesión por las redes sociales, falta de control personal y uso excesivo de redes sociales; presenta cinco opciones de respuesta: Siempre (4), Casi Siempre (3), A veces (2), Rara vez (1) y Nunca (0). Donde bajo sería un puntaje de 0 a 26, medio 25 a 75 y alto 76 a 96. Ecurra y Salas (2014).	Cualitativa	Obsesión por las redes sociales	2,3,5,6,7, 13,15,19,22, y,23	Bajo	0 -7		
					Moderado	8 – 19		
					Alto	20 - 30		
		Politómica Ordinal	Falta de control personal	4,11,12,14, 20 y 24	Bajo	0 - 6		
					Moderado	7 – 13		
					Alto	14 - 21		
					Uso excesivo de las redes sociales	1,8,9,10,16, 17, 18,21	Bajo	0 - 8
							Moderado	9 – 16
							Alto	17 - 25

Anexo 8

Tabla 4. Operacionalización de la variable sociodemográfica

Variable	Tipo	Indicadores	Categoría	Clase
Tipo de familia	Cualitativa	Familia nuclear Familia extensa Familia monoparental Familia reconstituida	Nominal	Politómica
Edad	Cualitativa	14 - 15 años 16 -17 años		
Sexo	Cualitativa	Varón Mujer	Nominal	Dicotómica
Repitió grado	Cualitativa	Si No	Nominal	Dicotómica
Número de hermanos	Cualitativa	Uno Dos Otros	Ordinal	Dicotómica

Anexo 9
FICHA SOCIODEMOGRÁFICA

Instrucciones: En seguida, se presenta preguntas de las cuales deberá marcar (x) y completar para obtener información sobre aspectos personales, laborales, etc.

- 1. Marcar con una x el sexo al que perteneces:**
 - A. Femenino ()
 - B. Masculino ()

- 2. ¿Cuál es tu edad? Anotar los años cumplidos-----**

- 3. Repitió de grado**
 - A. Sí
 - B. No

- 4. Tipo de familia:**
 - A. Familia nuclear
 - B. Familia extensa
 - C. Familia monoparental
 - D. Familia reconstituida

- 5. Número de hermanos**
 - A. Cero
 - B. Uno
 - C. Dos
 - D. Otros