

# FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de Psicología

## “DEPENDENCIA AL MÓVIL Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE UN INSTITUTO DE SALUD DE CAJAMARCA, 2024.”

Tesis para optar al título profesional de:

**Licenciado en Psicología**

**Autores:**

Wilber Eugenio Chavez

Wilson Mendoza Becerra

**Asesor:**

Dra. Ps. Blanca Nathalie Dávila Estrada

<https://orcid.org/0000-0001-5684-0234>

**Cajamarca - Perú**

2025

## JURADO EVALUADOR

Jurado 1 Presidente(a)	MILAGROS DEL PILAR MIRANDA VITERI
	Nombre y Apellidos

Jurado 2	JOAN CARLOS ESPINOZA SOTELO
	Nombre y Apellidos

Jurado 3	BLANCA NATHALIE DAVILA ESTRADA DE LOYOLA
	Nombre y Apellidos

## Informe de Similitud



Página 2 de 67 - Descripción general de integridad

Identificador de la entrega trnoid::1:3352737737

### 19% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...




#### Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Coincidencias menores (menos de 8 palabras)

#### Exclusiones

- N.º de coincidencias excluidas

#### Fuentes principales

- 18%  Fuentes de Internet
- 4%  Publicaciones
- 7%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

#### Marcas de integridad

##### N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

## **Dedicatoria**

A nuestros padres, por su amor incondicional, su apoyo constante y enseñarnos el valor del esfuerzo y la perseverancia. Gracias por creer en nosotros durante todo este proceso de camino profesional.

También a nuestros amigos, por ser quienes nos dan alegría y compañía, además su apoyo incondicional en los momentos difíciles. Su amistad ha sido fundamental para alcanzar este logro.

Y a nosotros mismos, por no rendirnos cuando el camino se volvió difícil, por confiar en nuestras capacidades y seguir adelante con determinación. Esta dedicación también es un reconocimiento al esfuerzo, las horas de estudio y los momentos de duda que logramos superar. Porque cada paso que dimos nos trajo hasta aquí.

## **Agradecimiento**

Agradecemos a Jehová Dios por darnos la sabiduría y la fortaleza para poder luchar por nuestros sueños, queremos expresar nuestros más profundos agradecimientos a nuestros padres por su apoyo constante y enseñarnos a valorar el esfuerzo del día a día.

Agradecemos también a nuestra asesora Dra. Psi. Blanca Nathalie Dávila Estrada, por su invaluable orientación, apoyo y paciencia a lo largo de este proceso. Su experiencia y conocimientos han sido fundamentales para la realización de este trabajo.

A todos nuestros profesores por compartir su conocimiento, guiarnos con paciencia y fomentar en nosotros esa confianza y el amor por el aprendizaje e investigación. Sus enseñanzas han sido el pilar fundamental de nuestra formación académica.

Finalmente, estamos agradecidos mutuamente los dos por tener esa comprensión de realizar este trabajo de la mano, gracias por estar en todo el proceso.

## Tabla de contenidos

Índice de tablas.....	7
Índice de Figuras.....	8
Resumen.....	9
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN.....	10
1.1. Realidad problemática.....	10
1.2. Formulación del problema.....	21
1.3. Objetivos.....	21
1.4. Hipótesis.....	22
CAPÍTULO II: METODOLOGÍA.....	24
CAPÍTULO III: RESULTADOS.....	29
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.....	33
<b>REFERENCIAS.....</b>	<b>41</b>

## Índice de tablas

<b>Tabla 1.</b> <i>Relación entre dependencia al móvil y ansiedad en estudiantes de un Instituto de Salud de Cajamarca, 2024</i> .....	29
<b>Tabla 2.</b> <i>Relación entre dimensión abstinencia al móvil y la ansiedad en estudiantes de un Instituto de Salud de Cajamarca, 2024</i> .....	31
<b>Tabla 3.</b> <i>Relación entre la dimensión abuso y dificultad en controlar el impulso al usar el móvil y la ansiedad en estudiantes de un Instituto de Salud de Cajamarca, 2024</i> .....	31
<b>Tabla 4.</b> <i>Relación entre la dimensión problemas ocasionados por el uso excesivo y la ansiedad en estudiantes de un Instituto de Salud de Cajamarca, 2024</i> .....	32
<b>Tabla 5.</b> <i>Relación entre la dimensión tolerancia al uso excesivo del móvil y la ansiedad en estudiantes de un Instituto de Salud de Cajamarca, 2024</i> .....	32
<b>Tabla 6.</b> <i>Kolmogorov-Smirnov</i> .....	58

## Índice de Figuras

<b>Figura 1.</b> <i>Diagrama de la muestra a estudiar</i> .....	24
<b>Figura 2.</b> <i>Niveles de dependencia al móvil en estudiantes de un Instituto de Salud de Cajamarca, 2024</i> .....	29
<b>Figura 3.</b> <i>Niveles de ansiedad en estudiantes de un Instituto de Salud de Cajamarca, 2024</i> .....	30

## Resumen

El uso excesivo del teléfono móvil se ha convertido en un problema de salud pública, generando ansiedad y afectando diversas áreas, provocando preocupación y malestar cuando no está disponible. Por lo tanto, el objetivo general fue determinar la relación entre la dependencia al móvil y la ansiedad en estudiantes de un Instituto de Salud de Cajamarca, 2024. La metodología utilizada fue de enfoque cuantitativo, diseño no experimental, corte transversal y alcance correlacional, el muestreo utilizado fue de tipo aleatorio simple, por lo que la muestra fue de 141 estudiantes de distintos sexos entre los 18 a 36 años. Los instrumentos utilizados fueron Test de dependencia al móvil (TDM) y la Escala de Autoevaluación de la Ansiedad de Zung (EAA), siendo la recolección de datos de manera presencial. Los resultados encontrados indican que existe una correlación directa y baja entre la dependencia al móvil y la ansiedad ( $Rho = 0.296$ ); así mismo se halló un nivel moderado de dependencia al móvil (77.30%) y un nivel de ansiedad normal (61%); también existe una correlación directa y significativa entre las dimensiones de dependencia al móvil (abstinencia, el abuso y dificultad en controlar el impulso, problemas ocasionados por el uso excesivo, la tolerancia) y ansiedad. Se concluye que, a mayor grado de dependencia al móvil, mayor será el nivel de ansiedad en los estudiantes.

**Palabras Claves:** Dependencia móvil, ansiedad, estudiantes.

## CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

### 1.1. Realidad problemática

En los últimos años, el uso de la tecnología se ha vuelto un problema universal, por lo que la Organización Mundial de la Salud (OMS) indica que podría ser muy importante que los países regulen el uso de los celulares, casi similar a la restricción de algunos productos de acuerdo a la edad, para así poder combatir el aumento preocupante de casos de adicción a estos dispositivos (Torres, 2024).

De tal forma, la tecnología ha dado pasos agigantados permitiendo disfrutar de sus beneficios como el uso del teléfono móvil; sin embargo, es importante identificar en qué momento se convierte en un problema que daña la salud de las personas, ya que al ser tantos los servicios que ofrece un teléfono móvil éste se ha vuelto una herramienta básica y difícil de prescindir para la población (Pino et al., 2018). Es así, que las personas con uso excesivo al teléfono móvil, suelen presentar mayor deterioro afectivo y social, debido a que pueden llegar a descuidar actividades importantes, sentir angustia o ansiedad cuando no tienen el teléfono a la mano, de tal forma que este uso afecta de modo descontrolado y silencioso en los diversos aspectos de las personas, llegando así a encubrirse en modas o en supuestas necesidades de ocio (Castillo et al., 2021).

Este problema se refleja en una estadística de adicción mundial al teléfono móvil realizado en el 2024, que indica que existen 6.64 mil millones de usuarios que utilizan un teléfono móvil en el planeta, así mismo, que el 71% de éstos duermen con este dispositivo y el 83% se siente incómodo cuando deja su teléfono en casa, por lo que no debería haber dudas de que el uso excesivo del teléfono móvil es un problema para muchos usuarios (Sabio, 2024). Otro estudio realizado en Europa en el 2018, estima que el 77% de las personas que tienen un teléfono padecen de síntomas de ansiedad por no poder tener

acceso a este móvil (Ibáñez, 2018).

De igual manera, en nuestro país se encuentra el estudio realizado por el Instituto Nacional de Estadística e Informática [INEI] (2023), registrando que el 91.3% de la población mayores de 6 años usa el internet por medio de un teléfono móvil, cifra mayor a lo registrado en el 2022, así mismo se encuentra que en el 95.5% de hogares del país existe al menos un miembro que tiene un teléfono celular.

De tal manera, este problema se ha vuelto mucho más frecuente, dificultando el descanso, la organización y la concentración, lo cual se ve más reflejado cuando se perciben problemas de pareja, estrés, rupturas y miedos, siendo así el 90% de las personas que asisten a consulta por algunas de estas razones, mira el teléfono al despertarse y al acostarse, así como pasar largas horas frente a la pantalla durante el día. De este modo, cuando llevan demasiado tiempo sin mirar el teléfono suelen padecer ansiedad, se muestran desanimados y desmotivados (Camacho, 2023).

Por otro lado, en este estudio también se exponen las variables a investigar, de tal manera, que la dependencia al móvil, según la definición de Mathey (2017) indica que es la desorientación temporal durante el uso del dispositivo, pérdida de interés y abandono de actividades planificadas, reflejándose así en estados de tensión, ira e incluso síntomas de depresión al no poder ingresar al teléfono móvil.

De igual forma, en otro estudio se describe como la dificultad que experimenta una persona en varias áreas de su vida debido al excesivo uso del teléfono. Esto puede manifestarse en el número de llamadas y mensajes enviados, la interferencia en actividades diarias, cambios en las relaciones personales y el impacto negativo en la salud y el bienestar, señalando que el teléfono domina la vida de alguien, éste va afectando su funcionamiento diario y su bienestar general (Chóliz, 2012; como se citó en De la Cruz y Torres, 2019).

En cuanto a las dimensiones de la dependencia al móvil se encuentra la **abstinencia** del uso del móvil es una señal clave de los trastornos adictivos, evidenciada por el malestar intenso cuando no se puede usar durante un período prolongado o si hay problemas técnicos. Luego está **el abuso y dificultad en controlar el impulso**, manifestado en un uso excesivo del dispositivo en cualquier situación, reflejando la dificultad para detener su uso y controlar la conducta. Seguidamente se encuentra **problemas ocasionados por el uso excesivo**, lo cual puede generar gastos excesivos, interferencia en actividades principales y dificultades en relaciones sociales. Finalmente, **la tolerancia**, una característica distintiva de los trastornos adictivos, se manifiesta en la necesidad creciente de utilizar el móvil para alcanzar el mismo nivel de satisfacción, lo que sugiere que el uso moderado ya no resulta suficiente (Caballero, 2024).

La presente variable hace hincapié a la teoría de Usos y Gratificaciones, la cual se usa para explicar el comportamiento de uso de teléfonos móviles, esta indica que al tener diferentes utilidades para en el uso diario de las personas, tales como para comunicarse, navegar, multimedia, productividad, publicidad y entretenimiento, de tal forma que el consumidor está envuelto en ver cómo usar este dispositivo y motivado a cubrir ciertas necesidades, lo cual llega a usar como un calmante; por lo tanto, las principales recompensas del uso del móvil incluyen aspectos como la sociabilidad, el entretenimiento, la validación psicológica, el estatus, la movilidad y el acceso instantáneo (Gaspar, 2016).

Por otro lado, el modelo principal que explica la variable dependencia al móvil es el cognitivo-conductual, donde se explica que las conductas adictivas a menudo se inician debido a recompensas positivas, como la sensación de euforia o placer, que aumentará la probabilidad de continuar con el comportamiento. Esta tendencia puede ser reforzada socialmente por la aprobación de amigos, el incremento del estatus social y la sensación

de pertenencia al grupo. Sin embargo, con el tiempo, el refuerzo puede volverse negativo, ya que la conducta adictiva se convierte en una forma de evitar malestar emocional, como el síndrome de abstinencia, que implica aliviar la ansiedad causada por la falta de uso del dispositivo (Echeburúa y Corral, 2009). Así mismo, en un estudio más actual se indica que este modelo se centra en los comportamientos ya que estos son aprendidos a través de la observación de conductas que realizan los demás o la propia experiencia de vida, de tal forma que debemos identificar los momentos en que se produce esta conducta, analizando la intensidad y la frecuencia de ésta (Herrera et al., 2020; como se citó en Muñoz, 2024).

Es importante destacar que, en su estudio Morales (2012) identifica una serie de signos reveladores de la dependencia al teléfono móvil. Estos incluyen la necesidad de usar el celular durante períodos prolongados para sentirse satisfecho, presentando síntomas de abstinencia después de un uso prolongado, como: agitación motora, obsesión y ansiedad cuando el celular no está disponible, tener fantasías o sueños relacionados con el dispositivo, sentir malestar en diferentes áreas como lo social, interpersonal, familiar y académico debido a la ausencia del celular. De este modo, actualmente han surgido estudios que definen este uso excesivo como un trastorno psicológico, denominado nomofobia, la cual es un tipo de fobia situacional descrita por la reacción exagerada tanto física como emocional, producida por el miedo irracional de salir sin el teléfono móvil, para así no privarse de los múltiples servicios que este ofrece (Medina y Veytia, 2022).

Sin embargo, la variable dependencia al móvil aún no se encuentra registrada en la Clasificación Internacional de Enfermedades, 10ª revisión (CIE-10), por lo tanto, la comorbilidad aun no podría ser descrita con claridad (Organización Mundial de la Salud), no obstante, Rodríguez (2021) indica que la dependencia al móvil se puede identificar por algunas consecuencias como: afectación del autocontrol, la concentración, el aumento de la tolerancia, los conflictos familiares, sociales y laborales, así como la depresión,

ansiedad, dificultades en el manejo de situaciones estresantes, baja autoestima y problemas en las relaciones interpersonales, entre otros.

Del mismo modo, se encuentra la estrecha relación que existe entre el uso desmedido del teléfono celular y las consecuencias negativas a nivel psicopatológico que puede ocasionar, presentándose síntomas de ansiedad, problemas de sueño y deterioro de las relaciones familiares, esto se puede deber a la alta atención que se da al uso de este dispositivo por miedo a perderse experiencias o sentirse excluido por su grupo (Álvarez, 2022).

Por otro lado, la variable ansiedad según Chacón et al (2021) la define como una respuesta fisiológica ante una amenaza, que puede ocasionar sensaciones desfavorables como preocupación, irritabilidad, inquietud, hipervigilancia o agitación; sin embargo, puede transformarse en un trastorno de ansiedad si se vuelve una respuesta incontrolable y persistente por parte del paciente.

Asimismo, otros autores definen la ansiedad como una emoción humana persistente, vinculada a la preocupación por eventos futuros inciertos o fuera de control, que generan temor e incomodidad, por lo que este estado emocional negativo surge cuando una persona interpreta una situación como amenazante, implicando así una reacción generalizada a nivel físico, emocional, mental y conductual, buscando anticiparse a posibles escenarios adversos que no pueden ser evitados o gestionados fácilmente (Morales et al., 2025).

En cuanto a las dimensiones de la ansiedad, éstas se dividen según la sintomatología fisiológica o somática y la sintomatología afectiva o emocional. La dimensión *somática* es toda reacción fisiológica que da por la ansiedad y la dimensión *afectiva* están las respuestas relacionadas a síntomas emocionales (Salazar y Salazar, 2021). Y, según la teoría de Clark y Beck, indican que la ansiedad es un sistema complejo

de respuestas: conductuales, afectivas, fisiológicas y cognitivas, las cuales dan inicio cuando anticipan hechos o sucesos que son percibidas como acontecimientos imprevisibles e incontrolables, que amenaza a los intereses vitales del sujeto (Díaz y De la Iglesia, 2019).

Además, esta variable toma como modelo principal el modelo cognitivo del procesamiento de la información, la cual asume que el desarrollo del trastorno de ansiedad como tal, se da por el proceso de aprendizaje, indicando que este aprendizaje no se da por medio de asociaciones simples entre estímulos, sino por representaciones simbólicas de estos estímulos y sus respuestas, de tal manera que mediante el tiempo pase, estas estructuras se hacen más complejas y se almacenan en la memoria (Viedma, 2008; como se citó en Cabarcas y Córdoba, 2012). Tal cual, se señala en un estudio actual de la teoría cognitiva, indicando que la ansiedad viene a ser el resultado de los métodos inadecuados de aprendizaje, donde una acción incorrecta produce una sensación nerviosa en el desarrollo del individuo (García, 2024).

Se encuentra que la ansiedad al igual que otras emociones como la rabia, la ira o la alegría, se caracteriza por tres componentes: cognitivo, fisiológico y conductual. En el aspecto cognitivo, se refiere a la experiencia interna del individuo y cómo evalúa los estímulos que lo rodean. En el plano fisiológico, se manifiesta como la respuesta del organismo ante un estímulo percibido como amenazante. Por último, en el aspecto conductual, se evidencia a través de acciones observables como expresiones faciales, movimientos corporales y respuestas de escape o evitación (Ugaz, 2018).

Por otro lado, la ansiedad se puede delimitar de tres maneras; como primer punto está la ansiedad normal, la cual es una condición humana que brinda ventajas sobre otras especies, lo cual permite al sujeto relevar y analizar información sobre situaciones, para así actuar estratégicamente ante ello; en segundo punto está la ansiedad como rasgo de

personalidad, la cual indica la presencia de diferencias entre los sujetos que predisponen a que éste desarrolle un trastorno emocional, mediante la afectividad negativa; y, por último, está la ansiedad patológica, que viene a ser la respuesta exagerada y desproporcionada del sujeto frente a un estímulo de amenaza, lo cual deriva de una cognición disfuncional de una valoración errónea de peligro, delimitación de ansiedad que se estudia en esta investigación (Díaz y De la Iglesia, 2019).

Según la Clasificación Internacional de Enfermedades, 10ª revisión (CIE-10), la ansiedad se encuentra categorizada en distintos trastornos, dependiendo de los estímulos o situaciones que la desencadenan. En términos generales, esta condición se caracteriza por una sensación de aprensión difusa, acompañada de síntomas fisiológicos asociados a una activación autonómica excesiva, así como por una preocupación persistente o pensamientos anticipatorios. (Organización Mundial de la Salud, 1992).

La comorbilidad del trastorno de ansiedad es un fenómeno ampliamente documentado en la literatura científica, donde se observa una alta prevalencia de este trastorno en conjunto con otras condiciones médicas y psiquiátricas. Numerosos estudios epidemiológicos han demostrado que los individuos diagnosticados con trastorno de ansiedad tienen una mayor probabilidad de padecer simultáneamente trastornos del estado de ánimo, trastornos de personalidad, trastornos de sueño, abuso de sustancias, adicción, bipolaridad, TOC, enfermedades clínicas, como trastornos digestivos, cardiovasculares, entre otros (Katzman et al., 2014).

Por otra parte, la presente investigación contó con antecedentes internacionales, como el estudio de Medina y Veytia (2022) tuvo como objetivo comparar niveles de dependencia al móvil y ansiedad; su muestra fue de 1009 estudiantes de dos universidades de México; el análisis utilizado fue factorial por lo que se centraron en medir las dimensiones de emociones y físico-social; encontraron que la dependencia al móvil afecta

más en la dimensión físico-social y en cuanto a la dimensión de emociones no se encuentran diferencias significativas; en conclusión, se observó que el 13% de los estudiantes experimentan ansiedad cuando no tienen acceso al teléfono móvil.

Además, se encontró el estudio de Delgado et al. (2024), que tuvo como propósito investigar la relación entre dependencia a móvil y las variables procrastinación académica y ansiedad; su muestra fue de 187 estudiantes de Panamá; los instrumentos empleados son: el Test de Dependencia al Teléfono Móvil (TDM), a Escala de Procrastinación Académica (EPA) y el Inventario de Ansiedad de Zung; donde los resultado mostraron una correlación ( $r= 0.21$ ;  $p=.779$ ) entre las variables dependencia la móvil y ansiedad, en cuanto a los niveles de dependencia la móvil, el 66% presento baja dependencia , el 32% media y el 2% alta, así mismo en los niveles de ansiedad 41% muestra niveles de ansiedad normal, 51% nivel de ansiedad leve, 6% nivel de ansiedad moderado y el 2% ansiedad intensa. Concluyendo que no existe relación entre las variables dependencia la móvil y ansiedad, por lo que a pesar de haber preocupaciones individuales estas no se conectan entre sí.

También, se encontró el estudio de Silva (2023) que propuso analizar la relación entre la ansiedad y la dependencia móvil; su muestra fue de 103 estudiantes de un bachillerato perteneciente a Colombia; se aplicó los instrumentos de Escala de Ansiedad de Hamilton y el Test de Dependencia al Teléfono Móvil (TDM); ante los resultados se evidenció niveles de dependencia al teléfono móvil moderado con un 52.9% de la población total, y altos, con un 34.6%, y en cuanto a los niveles de ansiedad se observó que el más común es el leve, presente en el 46.2% de la población total, seguido por el nivel grave, que afecta al 27.9%, además en cuanto a la relación de ambas variables se encontró una relación positiva, moderada ( $r = .343$ ;  $p = <.001$ ) y a modo de conclusión, se encontraron que los estudiantes que dan uso excesivo al móvil, generan dependencia a

esta y como consecuencia los niveles de ansiedad pueden ser altos o viceversa.

En cuanto a los antecedentes nacionales, se encontró el estudio realizado por Ontaneda (2021), donde se buscó investigar la conexión entre el grado de dependencia al teléfono móvil y el nivel de ansiedad en una muestra de 1995 individuos de Junín. Se emplearon el IDARE para evaluar la ansiedad y el cuestionario TDM para medir la dependencia al móvil. Los resultados revelaron una correlación significativa entre la dependencia al celular y la ansiedad ( $\chi^2=15,379$ ;  $p=0,04$ ). Además, se identificó una relación significativa entre la ansiedad y diversas dimensiones de la dependencia al móvil, como la abstinencia ( $\chi^2= 24,766$ ;  $p=0.001$ ), el abuso y la dificultad para controlar el impulso ( $\chi^2= 28,095$ ;  $p=0.001$ ), y la tolerancia ( $\chi^2=19,146$ ;  $p=0.001$ ). En conclusión, se evidenció una relación significativa entre la dependencia al teléfono móvil y los niveles de ansiedad en la población estudiada.

Además, se encontró el estudio de Pastor (2022) que tuvo como objetivo conocer la incidencia de ansiedad y estrés en la dependencia del móvil; su muestra estuvo conformada por 267 estudiantes de un instituto de educación técnico-productiva de Lima; Los instrumentos utilizados en el estudio incluyeron el Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE), la Escala de Percepción Global del Estrés (EPGE-1) y el Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q); como resultado obtuvo un  $R^2 = 0.019$ , el cual indica un resultado deficiente debido a que las variables de la ansiedad y el estrés representan al 1.9% por lo que se concluye la ansiedad y el estrés no influyen de manera significativa en la dependencia al móvil entre los estudiantes de educación técnico-productiva.

También, se destacó el estudio realizado por Almeida (2022), cuyo propósito fue examinar la relación entre la dependencia al móvil y la ansiedad. La muestra consistió en 385 personas de Arequipa de las edades de 18 a 29 años, y los instrumentos utilizados fueron el Test de Dependencia Emocional (TDM) de Mariano Chóliz y el IDARE -

Inventario de Ansiedad: Rasgo- Estado de Spielberger, Gorsuch y Lushene. Los resultados se analizaron mediante el coeficiente Rho de Spearman, encontrando ( $r = -.151^{**}$ ;  $p = .003$ ) entre ansiedad-estado y dependencia al móvil y ( $r = .304^{**}$ ;  $p = .000$ ) entre ansiedad-rasgo y dependencia la móvil. Estos hallazgos concluyeron que existe una relación entre niveles más altos de dependencia al teléfono móvil y niveles más elevados de ansiedad en la población estudiada.

A nivel local, se obtuvo la investigación de Leon (2023), quien tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre la dependencia y adicción al smartphone con la procrastinación en estudiantes de una Universidad de Cajamarca, con una muestra conformada por 135 estudiantes. Empleando como instrumentos de medición la Escala de Dependencia y Adicción al Smartphone (EDAS) y la Escala de Procrastinación Académica (PASS), donde se encontró que ambas variables presentan una relación directa y significativa ( $r = .510^{***}$ ;  $p < .001$ ). Concluyendo así que, a mayor uso de los dispositivos móviles, mayor será el nivel de procrastinación de los estudiantes.

Además, se encontró el estudio de Huamán (2024), quien se plateó como objetivo determinar la relación entre depresión y ansiedad en una universidad de Cajamarca, con una muestra de 175 estudiantes de entre 18 y 35 años, de ambos sexos. Donde se empleó el Inventario de Depresión de Beck (BDI-II) y la Escala de Ansiedad de Zung (EAA) para medir las variables. Como resultado encontraron niveles de ansiedad normales 60%, ansiedad mínima 22.86%, ansiedad moderada 16.57% y ansiedad severa 1 0.57%, así mismo, que existe una correlación significativa entre las variables ( $r = .768^{**}$ ;  $p < .000$ ). Concluyendo que a mayores niveles de depresión se tiende a presentar mayores niveles de ansiedad.

La presente investigación tiene relevancia práctica al abordar un problema emergente en la sociedad contemporánea: la dependencia al móvil celular y su posible

relación con la ansiedad en jóvenes estudiantes. En este sentido, comprender esta relación puede proporcionar información crucial para diseñar intervenciones y programas de prevención dirigidos a promover un uso saludable de los dispositivos móviles y reducir los niveles de ansiedad en esta población. Además, los resultados obtenidos podrían orientar a educadores, padres y profesionales de la salud mental en la implementación de estrategias efectivas para abordar estos problemas en el contexto educativo y comunitario.

De igual manera, a nivel teórico, este estudio contribuye al entendimiento de los mecanismos subyacentes que vinculan la dependencia al móvil y la ansiedad en los jóvenes; al examinar estas variables en conjunto, se puede comprender mejor en cómo el uso descontrolado de los dispositivos móviles puede afectar en la salud mental, así como en la identificación de posibles factores de riesgo y protectores asociados; por lo tanto, estos hallazgos podrían enriquecer las teorías existentes sobre la relación entre la tecnología y la salud mental, proporcionando una base segura para las nuevas investigaciones en este campo.

Así mismo, a nivel metodológico, este estudio emplea instrumentos de medición validados y ampliamente utilizados, como el Test de Dependencia al Móvil Celular (TDM) y la Escala de Autoevaluación de la Ansiedad de Zung (EAA), lo que garantiza la fiabilidad y validez de los datos recopilados; además, al centrarse en una muestra específica de jóvenes estudiantes de un instituto de salud, se puede obtener información relevante y específica sobre este grupo demográfico particular. El enfoque metodológico riguroso utilizado en este estudio garantiza la obtención de resultados confiables y significativos que pueden informar la práctica clínica y la formulación de políticas en el ámbito de la salud mental juvenil.

Por otro lado, a nivel social, esta investigación contribuye significativamente a la comprensión de un problema de salud pública emergente que afecta no solo a jóvenes adultos y aunque el enfoque estuvo centrado en estudiantes de un instituto, los hallazgos permiten extrapolar las implicaciones sociales más amplias del uso excesivo de teléfonos móviles. Además, al evidenciar la relación directa entre dependencia emocional al móvil y niveles de ansiedad, se genera conciencia sobre cómo este fenómeno impacta negativamente en las interacciones sociales, la productividad y la salud mental colectiva. Por lo que, este estudio sienta las bases para futuras investigaciones que podrían explorar intervenciones comunitarias encaminadas a mitigar los efectos adversos del uso problemático de dispositivos móviles.

## **1.2. Formulación del problema**

¿Cuál es la relación entre dependencia al móvil y ansiedad en estudiantes de un Instituto de Salud de Cajamarca, 2024?

## **1.3. Objetivos**

Se plantea como objetivo general: Determinar la relación entre dependencia al móvil y ansiedad en estudiantes de un Instituto de Salud de Cajamarca, 2024.

Como objetivos específicos:

- Identificar los niveles de dependencia al móvil en estudiantes de un Instituto de Salud de Cajamarca, 2024.
- Identificar los niveles de ansiedad en estudiantes de un Instituto de Salud de Cajamarca, 2024.
- Determinar la relación entre la dimensión abstinencia al móvil y la ansiedad en estudiantes de un Instituto de Salud de Cajamarca, 2024.

- Determinar la relación entre la dimensión abuso y dificultad en controlar los impulsos a usar el móvil y la ansiedad en estudiantes de un Instituto de Salud de Cajamarca, 2024.
- Determinar la relación entre la dimensión problemas ocasionados por el uso excesivo al móvil y la ansiedad en estudiantes de un Instituto de Salud de Cajamarca, 2024.
- Determinar la relación entre la dimensión tolerancia al uso excesivo del móvil y la ansiedad en estudiantes de un Instituto de Salud de Cajamarca, 2024

#### **1.4. Hipótesis**

Se plantea como hipótesis general que existe relación significativa entre dependencia al móvil y ansiedad en estudiantes de un Instituto de Salud de Cajamarca, 2024.

Y como hipótesis específicas:

- Existen niveles altos de dependencia al móvil en estudiantes de un Instituto de Salud de Cajamarca, 2024.
- Existen niveles moderados de ansiedad severa en estudiantes de un Instituto de Salud de Cajamarca, 2024.
- Existe relación entre la dimensión abstinencia al móvil y la ansiedad en estudiantes de un Instituto de Salud de Cajamarca, 2024.

- Existe relación entre la dimensión abuso y dificultad en controlar los impulsos a usar al móvil y la ansiedad en estudiantes de un Instituto de Salud de Cajamarca, 2024.
- Existe relación entre la dimensión problemas ocasionados por el uso excesivo al móvil y la ansiedad en estudiantes de un Instituto de Salud de Cajamarca, 2024.
- Existe relación entre la dimensión tolerancia al uso excesivo del móvil y la ansiedad en estudiantes de un Instituto de Salud de Cajamarca, 2024.

## CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

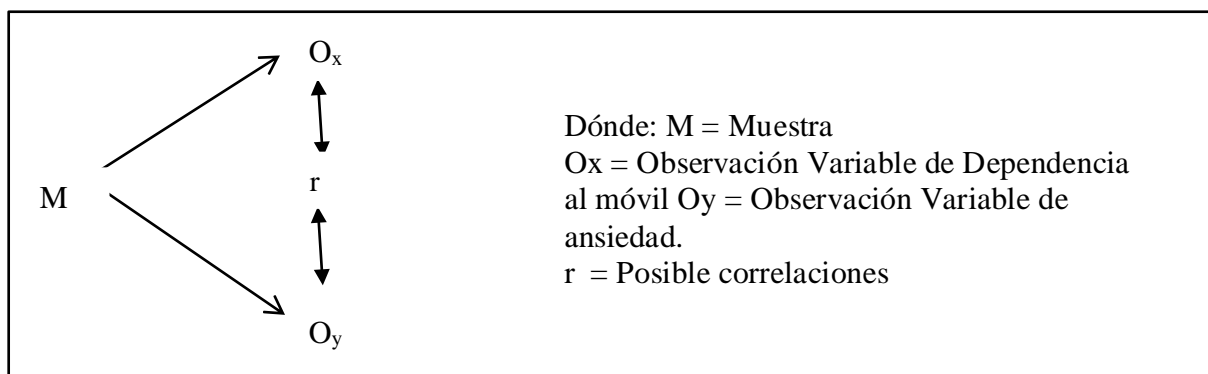
La presente investigación es de tipo básica porque está inmersa en descubrir nuevos conocimientos de tal manera que sirve de cimiento para la investigación, y así mismo busca ampliarlo mediante la refutación de estas leyes existentes (Nicomedes, 2018). Así mismo, es de enfoque cuantitativo porque permitió la evaluación de manera científica, buscando la relación de estos; de tal manera, este estudio incrementó conocimientos mediante el análisis de datos (Acosta, 2023).

Del mismo modo, el diseño considerado en esta investigación fue no experimental, ya que no se realizó ninguna manipulación de las variables, permitiendo observar éstas tal y como son en el contexto natural (Agudelo et al., 2008). Además, este estudio fue de corte transversal, debido a que la recolección de información se dio en un momento y lugar determinado (Rodríguez y Mendivelso, 2018).

Además, esta investigación fue de tipo correlacional buscando así establecer la intensidad y el sentido de la relación entre ambas variables, de esta manera ver qué sucede con una variable si la otra aumenta o disminuye (Mousalli-Kayat, 2015).

### Figura 1

*Diagrama de la muestra a estudiar*



*Nota:* Se realizó muestras en las variables de dependencia al móvil y ansiedad.

Respecto a la población de esta investigación, se entiende como el conjunto de sujetos, que cumplen con una serie de criterios predeterminados y están disponibles para realizar este estudio, permitió poder generalizar los resultados encontrados en la muestra (Arias-Gómez et al., 2016). Por esta razón, la población fue de 220 estudiantes de un Instituto de Salud de la ciudad de Cajamarca, entre las edades de 18 a 36 años, varones y mujeres, del tercero y cuarto ciclo de la carrera de enfermería del turno mañana (**Anexo 3**).

Con respecto al muestreo, fue probabilístico de tipo aleatorio simple, considerando así que todos los sujetos de la población tengan la misma oportunidad de ser elegidos para la muestra, es así que se seleccionó al azar un subgrupo de toda esta población (Otzen y Manterola, 2017). Considerando, así como muestra a 141 estudiantes de un Instituto de Salud de Cajamarca, entre las edades de 18 a 36 años, varones y mujeres, del tercero y cuarto ciclo de la carrera de enfermería turno mañana.

De este modo, este estudio también contó con criterios de inclusión, los cuales fueron: que sean estudiantes matriculados en el semestre académico, que sean mayores de 18 y menores de 36 años, que firmen el consentimiento informado (**Anexo 4**) y que hayan resuelto el instrumento en el momento indicado. Por otro lado, los criterios de exclusión fueron: instrumentos que no fueron llenados adecuadamente, estudiantes que no tenían las capacidades cognitivas de poder llenar las pruebas o estudiantes que decidieron abandonar la investigación.

Con respecto al método en este estudio fue el deductivo, el cual permitió estipular características particulares que se estudian mediante los resultados de la ciencia, estudiados con anterioridad, deduciendo así conclusiones generales aceptadas, a través de

estudios analíticos (Palmero, 2021).

Del mismo modo, en la presente investigación se aplicó la técnica de la encuesta, la cual es utilizada para obtener y elaborar datos de manera rápida y efectiva, siendo un procedimiento estandarizado que recoge y analiza información de la población en la que se quiere explorar ciertas características, con la ayuda de un instrumento o cuestionario (Mantilla et al. 2020). Los instrumentos utilizados para la recolección de los datos fueron: el Test de dependencia al móvil celular (TDM) y la Escala de Autoevaluación de la Ansiedad de Zung (EAA) (**Anexo 5**).

De acuerdo con lo indicado, el Test de dependencia al móvil celular (TDM), cuyo autor es Cholíz en el 2010 y fue adaptado a la población peruana por Flores y Gamero en el 2014 en la ciudad de Arequipa. Este instrumento cuenta con 22 ítems, de acuerdo a esto, las 10 primeras preguntas cuentan con un tipo de respuesta de 5 opciones de escala Likert que van desde 0 que es “nunca”, 1 “rara vez”, 2 “a veces”, 3 “con frecuencia” y 4 “muchas veces”; y las próximas 12 preguntas también cuentan con un tipo de respuesta de 5 opciones de escala Likert que van desde 0 “totalmente en desacuerdo”, 1 “un poco en desacuerdo”, 2 “neutral”, 3 “un poco de acuerdo” y 4 “totalmente de acuerdo”; llegando así a un rango total de 0 a 88 puntos (Novoa y Sánchez, 2019). Posteriormente se adaptó en la población cajamarquina por Novoa y Sánchez en el 2019 mediante una prueba piloto, donde se realizó una validez a través de criterio de jueces y la confiabilidad mediante el Alfa de Cronbach obteniendo 0.900, evidenciando la validez y confiabilidad para la aplicación en el contexto cajamarquino. Por lo tanto estas dimensiones se dividen en cuatro aspectos principales: *la abstinencia, el abuso y dificultad en controlar el impulso, problemas ocasionados por el uso excesivo y la tolerancia*, que se reflejan en la aparición de conductas adictivas y en el malestar significativo al estar alejado del uso del

móvil; el abuso y la dificultad para controlar el impulso, caracterizados por un uso desproporcionado del teléfono sin importar el contexto; y, finalmente, los problemas ocasionados por el uso excesivo, que hacen referencia a las consecuencias negativas derivadas del uso inapropiado del dispositivo (Romero, 2020).

Del mismo modo, la Escala de Autoevaluación de la Ansiedad de Zung, cuyo autor es Zung en el 1971 y fue adaptada en la ciudad de Arequipa por Villanueva en el año 2017, este instrumento cuenta con 20 ítems con un tipo de respuesta de Likert, que va desde 1 que significa “muy pocas veces”, 2 “algunas veces”, 3 “muchas veces”, y 4 que significa “casi siempre”. Así mismo, cuenta con dos dimensiones: *afectiva*, que hace referencia a connotaciones psicológicas; y *somáticas*, que hace referencias a connotaciones fisiológicas (Asencio y Sangay, 2022). Posteriormente, fue adaptada a la población cajamarquina por Lozano y Tirado (2022) encontrando validez y confiabilidad a través del Coeficiente Alfa de Cronbach de 0.85, además, para la dimensión afectivos (psicológicos) se obtuvo de fiabilidad de 0.78 y para la dimensión somático se obtuvo el 0.8, indicando así que la prueba es fiable para ser aplicada a la población cajamarquina **(Anexo 6)**.

En relación con la recolección de datos se gestionó un permiso al director del Instituto de Salud de Cajamarca **(Anexo 7)**, solicitando así las condiciones necesarias para la aplicación de los instrumentos de investigación y así poder recabar la información descriptiva. Asimismo, se les informó a los estudiantes sobre los fines del estudio, asegurando así su colaboración voluntaria y comunicando el anonimato de la evaluación mediante el consentimiento informado; posteriormente, se aplicaron los instrumentos según las instrucciones de cada uno de ellos.

Después de haber finalizado este proceso, los datos obtenidos fueron organizados de manera eficiente para facilitar el análisis, utilizando el programa de Microsoft Excel y para la correlación el Software Estadísticos SPSS versión 29 (**Anexo 9**), donde se inició aplicando la prueba de normalidad según Kolmogorov Smirnov (**Anexo 8**), porque la muestra fue mayor a 50. Por consiguiente, se realizó las correlaciones respectivas usando el método estadístico Rho Spearman porque se obtuvo una significancia  $<0.005$ , lo que indica que las variables tienen una distribución diferente a la normal. También, se analizó los niveles de cada variable.

En la fase final, se consideraron los aspectos éticos de la investigación según la American Psychological Association [APA] (2010), asegurando que el estudio contribuye al bienestar de la comunidad y cuenta con el respaldo universitario. Además, se enfoca en mejorar la salud de la población objetivo a largo plazo, generando conocimientos aplicables a partir de los resultados obtenidos. La metodología empleada fue adecuada para garantizar respuestas precisas a las interrogantes del estudio. La selección de los participantes se realizó de forma justa, y se obtuvo su consentimiento informado, respetando su autonomía y derecho a decidir. Se protegió la privacidad de la información y se permitió a los participantes abandonar el estudio cuando lo desearan, respetando su libertad y privacidad.

### CAPÍTULO III: RESULTADOS

Se presentan los hallazgos estadísticos que se alinean con el propósito de este estudio; de tal manera, se detalla el objetivo general y los objetivos específicos, cada uno de ellos se presenta de manera estructural en tablas y gráficos que facilitan su comprensión.

**Tabla 1**

*Relación entre dependencia al móvil y ansiedad en estudiantes de un Instituto de Salud de Cajamarca, 2024.*

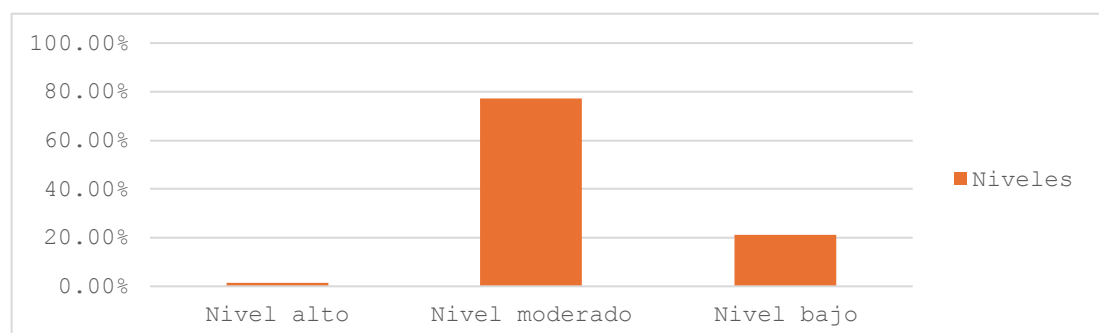
		Ansiedad
	Coefficiente de correlación	0.296**
Dependencia al móvil	Sig. (bilateral)	<0.001
	N	141

*Nota.* Clasificación de intensidad de la relación según Rho de Spearman: baja  $0.2 < r < 0.4$ ; directa.

En cuanto al análisis de la dependencia al móvil y la ansiedad, mediante el coeficiente Rho de Spearman, se encuentra una correlación directa, baja y con significancia ( $r=0.296^{**}$ ;  $p<0.001$ ), de tal manera que se reafirma la hipótesis general de la presente investigación, evidenciándose en la Tabla 1.

**Figura 2**

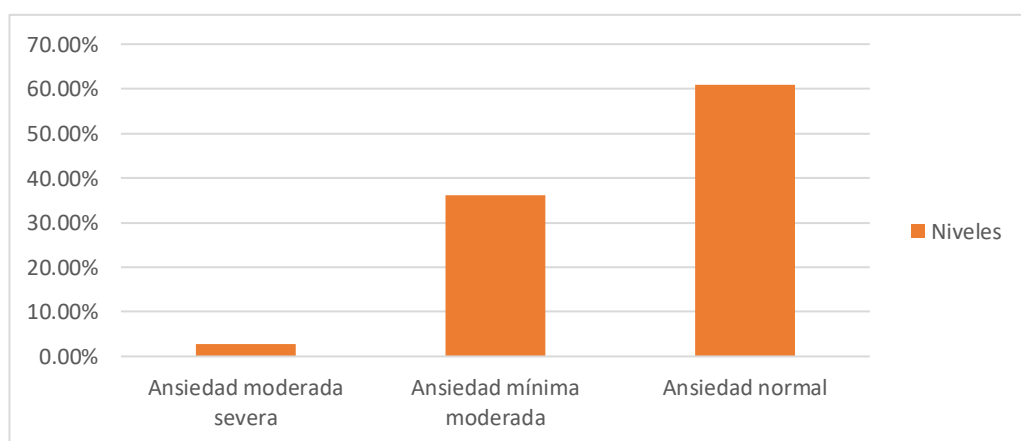
*Niveles de dependencia al móvil en estudiantes de un Instituto de Salud de Cajamarca, 2024.*



Con respecto a los niveles de dependencia al móvil, señalado en el objetivo uno, se halló que, en el nivel moderado de dependencia, se encontró un 77.30%, es decir, 109 estudiantes. En el nivel bajo de dependencia se observa un 21.30%, es decir, 30 estudiantes. Por último, un 1.40% se encontró en un nivel de dependencia alta, es decir, 2 estudiantes; evidenciándose en la Figura 2. Por tal razón no se acepta la hipótesis específica uno, ya que no se encontraron niveles altos; sino, moderados de dependencia al móvil.

### Figura 3

*Niveles de ansiedad en estudiantes de un Instituto de Salud de Cajamarca, 2024.*



Respecto a los niveles de ansiedad, mencionados en el objetivo específico dos, se encontró, en el nivel de ansiedad normal un 61.00%, es decir, 86 estudiantes. En cuanto al nivel de ansiedad mínima moderada se observa un 36.20%, es decir, 51 estudiantes. Por último, en el nivel de ansiedad moderada severa se halló un 2.80%, es decir, 4 estudiantes, todos estos datos se evidencian en la Figura 2. Por tal razón no se acepta la hipótesis específica dos, ya que no se encontraron niveles moderados; sino, niveles normales de ansiedad.

**Tabla 2**

*Relación entre dimensión abstinencia al móvil y la ansiedad en estudiantes de un Instituto de Salud de Cajamarca, 2024.*

Abstinencia		
0.425**	Coeficiente de correlación	
<0.001	Sig. (bilateral)	Ansiedad
141	N	

*Nota:* Clasificación de intensidad de la relación según Rho de Spearman: moderada  $0.4 < r < 0.6$ ; directa.

En la correlación de la dimensión “abstinencia” y la ansiedad existe una relación directa, moderada y significativa ( $r=0.425^{**}$ ;  $p<0.001$ ), como se muestra en la Tabla 2. Por tanto, se afirma la hipótesis específica tres.

**Tabla 3**

*Relación entre la dimensión abuso y dificultad en controlar el impulso al usar el móvil y la ansiedad en estudiantes de un Instituto de Salud de Cajamarca, 2024.*

Abuso y dificultad en controlar el impulso		
0.458**	Coeficiente de correlación	
<0.001	Sig. (bilateral)	Ansiedad
141	N	

*Nota.* Clasificación de intensidad de la relación según Rho de Spearman: moderada  $0.4 < r < 0.6$ ; directa.

La correlación de la dimensión “abuso y dificultad en controlar el impulso” y la ansiedad existe una relación directa, moderada y significativa ( $r=0.458^{**}$ ;  $p<0.001$ ), como se muestra en la Tabla 3. Por tanto, se afirma la hipótesis específica cuatro.

**Tabla 4**

*Relación entre la dimensión problemas ocasionados por el uso excesivo y la ansiedad en estudiantes de un Instituto de Salud de Cajamarca, 2024.*

Problemas ocasionados por el uso excesivo		
0.370**	Coeficiente de correlación	
<0.001	Sig. (bilateral)	Ansiedad
141	N	

*Nota:* Clasificación de intensidad de la relación según Rho de Spearman: baja  $0.2 < r < 0.4$ , directa.

En la correlación de la dimensión “problemas ocasionados por el uso excesivo” y ansiedad existe una relación directa, baja y significativa ( $r=0.370^{**}$ ;  $p<0.001$ ), como se muestra en la Tabla 4. Por tanto, se afirma la hipótesis específica cinco.

**Tabla 5**

*Relación entre la dimensión tolerancia al uso excesivo del móvil y la ansiedad en estudiantes de un Instituto de Salud de Cajamarca, 2024.*

Tolerancia		
0.478**	Coeficiente de correlación	
<0.001	Sig. (bilateral)	Ansiedad
141	N	

*Nota:* Clasificación de intensidad de la relación según Rho de Spearman: moderada  $0.4 < r < 0.6$ ; directa.

Finalmente, en la correlación de la dimensión “tolerancia” y ansiedad existe relación directa, moderada y significativa ( $r=0.478^{**}$ ;  $p<0.001$ ), como se evidencia en la Tabla 5. Por tanto, se afirma la hipótesis específica seis.

## CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

En la presente investigación se planteó como objetivo principal determinar la relación entre dependencia al móvil y ansiedad en estudiantes de un Instituto de Salud de Cajamarca, 2024. Fue así que el resultado encontrado para este objetivo es una correlación baja, directa y significativa entre dependencia al móvil y ansiedad ( $Rho = 0.296$ ;  $p < 0.001$ ), por lo que se acepta la hipótesis de la presente investigación. Esto sugirió que, aunque la relación no era fuerte, existía una tendencia significativa a que los estudiantes con mayor dependencia al móvil también presentaran niveles más altos de ansiedad. Además, el carácter directo de la correlación indicaba que ambas variables se comportaban en el mismo sentido, es decir, a medida que aumentaba la dependencia al móvil, también tendían a incrementarse los niveles de ansiedad.

Por lo tanto, la teoría del aprendizaje explica que las conductas adictivas usualmente inician por recompensas positivas; sin embargo, en el transcurso del tiempo este refuerzo suele convertirse en negativo, debido a que la conducta negativa se transforma en una manera de evitar el malestar emocional, lo cual lleva a tratar de calmar esta ansiedad por el no uso del teléfono (Echeburúa y Corral, 2009). Así también, en la investigación de Silva (2023), encontró una correlación moderada, directa y significativa entre la ansiedad y dependencia al teléfono móvil en una población de adolescentes de bachillerato de Colombia ( $Rho = 0.343$ ;  $p < 0.001$ ). En lo que respecta al análisis de la fuerza, la postura adoptada, difiere de la planteada por el autor. Sin embargo, en lo referido a la relación entre las variables, coincide con el autor. Asimismo, comparte su perspectiva en cuanto a la significancia.

De la misma manera, el estudio de Almeida (2022), encontró que casi la mayor parte de arequipeños de 18 a 29 años, presenta nivel marcado y alto de dependencia

al móvil, es así que, al utilizar el estadístico Rho de Spearman, se encontró ( $r = -.151^{**}$ ;  $p = .003$ ) entre ansiedad-estado y dependencia al móvil y ( $r = .304^{**}$ ;  $p = .000$ ) entre ansiedad-rasgo y dependencia la móvil. De tal modo, se infiere que, si se incrementa la dependencia al teléfono móvil en estudiantes de un Instituto, se verá afectada su salud psicológica al aumentar los niveles de ansiedad. No obstante, cabe señalar que, en la presente investigación, se identificó un nivel bajo de dependencia al móvil, lo que difiere de los resultados reportados por el autor mencionado. Por otra parte, la postura adoptada coincide con dicho autor en cuanto a la relación directa entre las variables analizadas. Finalmente, existe coincidencia con el hallazgo respecto a la significancia estadística.

Por otro lado, el estudio de Delgado et al. (2024), realizado en estudiantes de Panamá, encontraron una relación ( $r = 0.21$  ;  $p = .779$ ) entre las variables de dependencia al móvil y ansiedad, por lo que no se podría indicar que la dependencia al móvil estaría relacionada a los síntomas de ansiedad, sin embargo con respecto a los niveles de ansiedad encontrados en este estudio, si son similares, ya que en ambos se encuentran porcentajes elevados de dependencia al móvil baja, de igual manera ocurre con los nivel de ansiedad, donde ambos estudios encontraron porcentajes altos de ansiedad normal. Por lo que la postura de ambos autores solo difieren con respecto a la relación de ambas variables, lo cual podría deberse a las diferencias, en las características de las poblaciones estudiadas.

Referente a los objetivos específicos, se identificó el nivel de dependencia al móvil en estudiantes de un Instituto de Salud de Cajamarca, 2024. Para ello, se tomó como referencia a la Teoría de Usos y Gratificaciones, destacándose que el teléfono móvil tiene diversas utilidades en el uso diario de las personas. Este dispositivo cubre ciertas necesidades del consumidor y puede ser utilizado como calmante. Así, el usuario encuentra recompensas como el entretenimiento, la validación psicológica, la movilidad

y el acceso espontáneo (Gaspar, 2016). En cuanto al resultado, se encontró un mayor porcentaje en el nivel moderado de dependencia al móvil con un 77.30%, es decir, 109 estudiantes, en un nivel bajo de dependencia al móvil con un 21.30%, es decir, 30 estudiantes y en un nivel alto de dependencia al móvil con un 1.40%, es decir, 2 estudiantes de la muestra, por lo que no se acepta la hipótesis específica uno. Lo que indica que la mayoría de los estudiantes utilizan el móvil de manera significativa en su vida diaria, aunque sin llegar a niveles extremos de adicción. Este hallazgo concuerda con el estudio de Silva (2023), quien encontró porcentajes significativos en el nivel moderado de dependencia al teléfono móvil con un 52.9% en la muestra de estudiantes de bachillerato en Colombia. Sin embargo, el estudio de Almeida (2022), encontró porcentajes significativos en el nivel mínimo de dependencia al teléfono móvil con un 26.5%, en Arequipa. Por lo tanto, se revela que la mayoría de los estudiantes muestran un nivel moderado de dependencia al móvil, lo que sugiere un uso significativo, pero no extremo del dispositivo en su vida diaria.

El siguiente objetivo específico fue identificar el nivel de ansiedad en estudiantes de un Instituto de Salud de Cajamarca, 2024. De acuerdo a la teoría de Clark y Beck, manifiestan que la ansiedad viene hacer un sistema complejo de respuestas, tales como conductuales, afectivas, fisiológicas o cognitivas, las cuales se manifiestan ante la anticipación de hechos percibidos como acontecimientos incontrolables (Diaz, 2019). Es así que el resultado de este objetivo muestra porcentajes altos de ansiedad normal con un 61%, es decir 86 estudiantes, en ansiedad moderada un 36.20%, es decir, 51 estudiantes, por último, en el nivel de ansiedad severa se halló un 2.80%, es decir, 4 estudiantes, por lo que no se acepta la hipótesis específica dos. Por lo tanto, esto

significa que la mayoría de los estudiantes no experimentan niveles de ansiedad clínicamente significativos o preocupantes.

Estos hallazgos concuerdan con el estudio de Huamán (2024) quien en su estudio encontró niveles altos de ansiedad normales en estudiantes de Cajamarca, demostrando que el 60 % de la población lo presenta; sin embargo, solo el 0.57% presenta niveles severos de ansiedad. Así mismo, Medina y Veytia (2022) quienes también encontraron porcentajes bajos de ansiedad elevada con un 13% en estudiantes universitarios de México. De acuerdo a ello, se infiere que la mayoría de los estudiantes tienen niveles de ansiedad considerados normales o bajos, lo que puede ser un indicador positivo de bienestar emocional en esta población, frente al uso de dispositivos móviles.

Por último, en el tercer objetivo específico fue determinar la relación entre las dimensiones de la Dependencia al móvil y ansiedad en estudiantes de un Instituto de Salud de Cajamarca, 2024. Ante esto, el modelo cognitivo del procesamiento de la información indica que el desarrollo de la ansiedad se da a través del proceso de aprendizaje, donde las experiencias e interacciones tienen un papel importante y frente al uso del teléfono móvil, este aprendizaje implica la asociación cognitivas y emocionales entre el uso del móvil, las situaciones estresantes y la ansiedad experimentada (Viedma, 2008; como se citó en Cabarcas y Córdoba, 2012). Por lo tanto, el resultado de este objetivo indica que existe una relación directa, moderada y significativa entre la dimensión “*abstinencia*” y ansiedad ( $Rho = 0.425$ ;  $p < 0.001$ ). En cuanto a la dimensión “*abuso y dificultad en controlar el impulso*” y ansiedad existe una relación directa, moderada y significativa ( $Rho = 0.458$ ;  $p < 0.001$ ). Entre la dimensión “*problemas ocasionados con el uso excesivo*” y ansiedad, existe una relación directa, baja y significativa ( $Rho = 0.370$ ;  $p < 0.001$ ). Finalmente, en cuanto a la dimensión “*tolerancia*” y ansiedad existe una relación directa, moderada y significativa ( $Rho = 0.478$ ;  $p < 0.001$ ).

Por tanto, se aceptan las hipótesis específicas tres, cuatro, cinco y seis de la presente investigación.

El estudio de Ontaneda (2021) realizado en una comunidad campesina de Junín, indica que se encontró una relación significativa entre la ansiedad y las dimensiones de abstinencia ( $\chi^2= 24.766$ ;  $p=0.001$ ), abuso y dificultad en controlar el impulso ( $\chi^2= 28.095$ ;  $p=0.001$ ), y tolerancia ( $\chi^2= 19.146$ ;  $p=0.001$ ). Sin embargo, no se halló una relación significativa entre la ansiedad y la dimensión de problemas por el uso excesivo del móvil ( $\chi^2= 4.997$ ;  $p=0.290$ ). Mientras que en el estudio de Almeida (2022) realizado en personas de entre 18 a 29 años de Arequipa, mostró que la dimensión de abuso y dificultad en controlar el impulso generaba niveles de ansiedad significativos tanto en su forma de estado ( $r= -.151^{**}$ ;  $p=0.005$ ) como de rasgo ( $r= .304^{**}$ ;  $p=0.000$ ). Igualmente, la dimensión de tolerancia y la de problemas ocasionados por el uso excesivo de la dependencia al móvil también mostraron una relación significativa con la ansiedad en su forma de rasgo ( $r=.179^{**}$ ;  $p=0.095$  y  $r=.212^{**}$ ;  $p=0.101$  respectivamente), pero no en su forma de estado. Estos hallazgos sugieren que las diferentes dimensiones de la dependencia al móvil están asociadas de manera significativa con la ansiedad en los estudiantes, lo que respalda la idea de que el uso excesivo del móvil puede contribuir al desarrollo o exacerbación de la ansiedad en este grupo de población.

Por otra parte, este estudio presentó algunas limitaciones en la aplicación de las encuestas de los test aplicados, es así que uno de los principales desafíos fue conseguir el compromiso por parte de los participantes al completar los cuestionarios, esto se debió, en gran medida, a que se utilizó tiempo del horario de clases para realizar la aplicación de las encuestas, ya que al interrumpir sus actividades académicas, los estudiantes pudieron haber experimentado distracción, prisa o desinterés, lo que podría

haber afectado la calidad y la precisión de sus respuestas. Asimismo, otra limitación encontrada en el estudio fue la recopilación de investigaciones que relacionen ambas variables de estudio por lo que dificultó la elaboración de un marco teórico amplio y la comparación de los resultados obtenidos con hallazgos previos.

También, este estudio cuenta con implicancias a nivel práctico, ya que los hallazgos son cruciales para educadores, profesionales de la salud y responsables de políticas educativas, gracias a la identificación de una relación significativa entre el uso del móvil y la ansiedad, esta sugiere la necesidad de intervenciones para promover un uso equilibrado de los dispositivos móviles entre los estudiantes. De tal forma que futuros estudios podrían centrarse en evaluar la eficacia de diversas estrategias y programas diseñados para reducir la dependencia al móvil y sus efectos en la salud mental; además, sería valioso explorar cómo diferentes métodos de intervención pueden adaptarse a diversos entornos educativos y culturales.

A nivel teórico, refuerza la teoría del aprendizaje, que postula que las conductas adictivas inician con recompensas positivas y se transforman en mecanismos para evitar el malestar emocional; es así que, la correlación significativa entre la dependencia al móvil y la ansiedad, aunque baja, sugiere que un mayor uso del móvil está asociado con mayores niveles de ansiedad. Por lo tanto, futuros estudios deberían profundizar en esta relación, explorando las causas subyacentes y cómo estas dinámicas se desarrollan en diferentes contextos y edades; considerando investigaciones longitudinales que serían útiles para observar cómo evolucionan la dependencia al móvil y la ansiedad a lo largo del tiempo.

A nivel metodológico demuestra la efectividad de herramientas como la Escala de Autoevaluación de la Ansiedad de Zung y el Test de Dependencia al Móvil-Celular para medir la ansiedad y la dependencia al móvil. Entonces, futuras investigaciones

podrían replicar este estudio en otros contextos y con muestras más amplias para validar los resultados y aumentar su generalidad.

Además, a nivel social, los hallazgos resultan de gran relevancia, ya que ponen en evidencia cómo la dependencia al teléfono móvil y su asociación con la ansiedad no solo afectan de manera individual a los estudiantes, sino que también repercuten en la dinámica familiar, comunitaria y en la calidad de las interacciones sociales. Esta situación plantea la necesidad de promover campañas de sensibilización y programas comunitarios que fomenten un uso responsable y saludable de la tecnología, orientados a prevenir conductas adictivas y a fortalecer los vínculos sociales presenciales. En este sentido, futuros estudios podrían enfocarse en analizar cómo las iniciativas sociales y comunitarias, tales como talleres de convivencia, proyectos juveniles o campañas de salud pública, contribuyen a disminuir la dependencia tecnológica y a mejorar el bienestar colectivo, considerando las particularidades culturales y sociales de cada comunidad.

Finalmente, como conclusión, se determinó la relación directa, baja y significativa entre la dependencia al móvil y ansiedad en estudiantes de un instituto de salud, Cajamarca, 2024. Encontrando un coeficiente de Rho de Spearman de 0.296\*\* y un nivel de significancia bilateral de  $<0.001$ ; por lo que se sugiere implementar programas de concientización y promoción de un uso equilibrado de los dispositivos móviles entre los estudiantes, incorporando estrategias para reducir la dependencia y fomentar el bienestar emocional.

Se identificó un nivel moderado de dependencia al móvil y ansiedad en estudiantes de un Instituto de Salud de Cajamarca, 2024; encontrando un 77.30%, es decir, 109 estudiantes en este nivel; por lo que se recomienda proporcionar recursos y apoyo para ayudar a los estudiantes a gestionar su uso del móvil de manera más saludable.

También, se identificó un nivel de ansiedad normal en estudiantes de un Instituto de Salud, Cajamarca, 2024; encontrando un 61%, es decir 86 estudiantes en este nivel; por lo que se podría considerar la implementación de programas de prevención de la ansiedad dirigidos específicamente a la población estudiantil.

Además, se determinó la relación directa y significativa entre las dimensiones de la dependencia al móvil y la ansiedad en estudiantes de un Instituto de Salud de Cajamarca, 2024; encontrando un coeficiente de correlación Rho de Spearman de 0.425 entre la dimensión de abstinencia al móvil y la ansiedad; entre la dimensión , abuso y dificultad en controlar el impulso al usar el móvil y la ansiedad de 0.458; entre la dimensión problemas ocasionados por el uso excesivo al móvil y la ansiedad de, 0.370; y entre la dimensión tolerancia al uso excesivo del móvil y la ansiedad, de 0.478; todas estas dimensiones corresponden a la variable dependencia al móvil y presentaron una significancia bilateral de  $<0.001$ . Esto sugiere la necesidad de realizar investigaciones adicionales para explorar más a fondo estas relaciones y comprender mejor cómo influyen en el bienestar emocional de los estudiantes a largo plazo.

## REFERENCIAS

- Almeida, B. J. R. (2022). *Dependencia al móvil y ansiedad en personas de 18 a 29 años, Arequipa 2022* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejos]. Repositorio institucional de la Universidad César Vallejos. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/91391>
- Álvarez, E. J. (2022). El uso excesivo del móvil puede provocar ansiedad, depresión, falta de sueño y deterioro de relaciones. *Navarra-sociedad*. <https://www.noticiasdenavarra.com/sociedad/2022/08/16/excesivo-movil-provocar-ansiedad-depresion-5917212.html>
- Asencio, L. C. L., & Sangay, P. J. L. (2022). *Niveles de ansiedad en mujeres embarazadas en el Centro de Salud Pachacutec de la ciudad de Cajamarca, 2021* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo]. Repositorio institucional Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo. <http://65.111.187.205/bitstream/handle/UPAGU/2275/Tesis%20Final.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Caballero, A. E. P. (2024). *Funcionalidad familiar y dependencia al celular en estudiantes de una Universidad de Lima Metropolitana* [Tesis de licenciatura, Universidad Tecnológica del Perú]. Repositorio Institucional UTP. [https://repositorio.utp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12867/10042/E.Caballero\\_Tesis\\_Titulo\\_Profesional\\_2024.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.utp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12867/10042/E.Caballero_Tesis_Titulo_Profesional_2024.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Cabarcas, M. A. J., & Córdoba, M. K. G. (2012). *Descripción de los valores de ansiedad y consistencia interna de la escala Zung ansiedad en una muestra de la población del Salado Corregimiento del Carmen de Bolívar* [Tesis de licenciatura,

- Universidad Tecnológica de Bolívar]. Repositorio institucional de la Universidad Tecnológica de Bolívar. <https://biblioteca.utb.edu.co/notas/tesis/0064522.pdf>
- Camacho, R. (2023). Mirar el móvil y ansiedad: superar la adicción tecnológica. *Psicología y mente*. <https://psicologiaymente.com/clinica/mirar-movil-ansiedad-adiccion-tecnologica>
- Castillo, G. M. E., Tenezaca, S. J. R., & Mazón, N. J. P. (2021). Dependencia al dispositivo móvil e impulsividad en estudiantes universitarios de Riobamba-Ecuador. *Revista Eugenio Espejo*, 15(3), 59–68. [http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?pid=S2661-67422021000300059&script=sci\\_arttext](http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?pid=S2661-67422021000300059&script=sci_arttext)
- Chacón, D. E., Xatruch, C. D., Fernández, L. M., & Murillo, A. R. (2021). Generalidades sobre el trastorno de ansiedad. *Revista Cúpula*, 35(1), 23–36. <https://www.binasss.sa.cr/bibliotecas/bhp/cupula/v35n1/art02.pdf>
- De la Cruz, S. D. M., & Torres, Z. L. L. (2019). *Relación entre dependencia al celular y habilidades sociales en estudiantes de una Universidad Privada de Lima Este* [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Unión]. Repositorio institucional de la Universidad Peruana Unión. [https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/1654/Diana\\_Tesis\\_Licenciatura\\_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/1654/Diana_Tesis_Licenciatura_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Delgado, D.J., Vargas, M., & Santos, E. M. (2024). Dependencia al teléfono móvil y su relación con la procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de la Facultad de Psicología. *REDEPSIC*, 3(1), 81-98. <https://doi.org/10.48204/red.v3n1.4545>

- Díaz, K. L., & de la Iglesia, G. (2019). Ansiedad: revisión y delimitación conceptual. *Summa Psicológica UST*, 16(1), 42–50. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7009167>
- Echeburúa, O. E., & Corral, G. P. (2009). Las adicciones con o sin drogas: una patología de la libertad. In *Adicción a las nuevas tecnologías en adolescentes y jóvenes* (pp. 29–44). <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5027197>
- García, M. F. L. (2024). *Ansiedad en adultos mayores en el distrito de Aguas Verdes durante la Covid-19 Tumbes, 2022* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de Tumbes]. Repositorio Institucional de la Universidad de Tumbes. <https://repositorio.untumbes.edu.pe/server/api/core/bitstreams/d4f0dcca-f2c3-426d-a7f0-46b7090ad44b/content>
- Gaspar, H. S. (2016). *Bases psicosociales del uso del smartphone en jóvenes: un análisis motivacional y cross-cultural* [Tesis de doctorado, Universidad Complutense de Madrid]. Repositorio institucional de la Universidad Complutense de Madrid. <https://docta.ucm.es/rest/api/core/bitstreams/e2196b51-4de7-41e2-b7ef-2bc959e4fa94/content>
- Huamán, S. J. L. (2024). *Depresión y ansiedad en estudiantes universitarios de la carrera de psicología, Cajamarca, 2024* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte]. Repositorio de la Universidad Privada del Norte. <https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/38539/TESIS%20DEPRE%20Y%20ANSIEDAD.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ibáñez, E. (2018). Síntomas de ansiedad por no usar el móvil. *Ivane Salud*. <https://www.ivanesalud.com/ansiedad-por-no-usar-el-telefono-movil>

Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2023). El 91,3% de la población de 6 y más años de edad que usa internet accedió a través de un teléfono celular. *INEI*. <https://m.inei.gob.pe/prensa/noticias/el-913-de-la-poblacion-de-6-y-mas-anos-de-edad-que-usa-internet-accedio-a-traves-de-un-telefono-celular-14458>

Katzman, M., Bleu, P., & Van, A. M. (2014). Diagnóstico y tratamiento de la ansiedad. *Revista BMC Psychiatry*, *14*(1), 2–9. [https://www.siicsalud.com/pdf/gd\\_roem\\_trastor\\_ansiedad\\_40116.pdf](https://www.siicsalud.com/pdf/gd_roem_trastor_ansiedad_40116.pdf)

Leon C, J. M. (2023). *Dependencia, adicción a los smartphones y procrastinación en universitarios de la Facultad de Ciencias Económicas, Contables y Administrativas de una universidad de Cajamarca, 2022* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte]. Repositorio institucional de la Universidad Privada del Norte. <https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/34214>

Mathey, C. A. K. (2017). *Dependencia al celular entre los y las estudiantes de la facultad de educación de una universidad de Chiclayo-2016* [Tesis de licenciatura, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio institucional de la Universidad Señor de Sipán. <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/3074>

Medina, M. G. C., & Veytia, B. M. G. (2022). El impacto de la adicción al celular o nomofobia en estudiantes universitarios: caso de dos universidades mexicanas. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, *6*(1), 2123–2138. <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/1639>

Morales, E. A. G., Bucio, R. J. L., & Peralta, H. (2025). ¿Qué es la ansiedad? Alcance conceptual y retos del profesional. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*,

28(2),

550–559.

<https://revistas.unam.mx/index.php/repi/article/download/91953/80404/288144>

Morales, S. L. F. (2012). Adicción al teléfono móvil o celular. *Revista Psicológica Arquipa*, 2(1), 94–102. <https://silo.tips/download/adiccion-al-telefono-movil-o-celular>

Muñoz, G. M. R. (2024). *Programa cognitivo conductual para disminuir el uso excesivo de la tecnología en adolescentes de una institución educativa, San Ignacio* [Tesis de licenciatura, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio Institucional de la Universidad Señor de Sipán. <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/14647/Mu%c3%b1oz%20Gonzales%20Mary%20Roxana.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Ontaneda, C. M. (2021). *Dependencia del uso de celular y su relación con la ansiedad en una comunidad campesina de Tarma en el año 2021* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada San Juan Bautista]. Repositorio institucional de la Universidad Privada San Juan Bautista. <https://repositorio.upsjb.edu.pe/handle/20.500.14308/3156>

Organización Mundial de la Salud. (1992). *Clasificación internacional de enfermedades: Décima revisión (CIE-10). Trastornos mentales y del comportamiento. Descripciones clínicas y pautas para el diagnóstico*. Meditor.

Paredes, P. M. J. (2017). *Relación de dependencia al móvil e inteligencia emocional en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada de Cajamarca* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte]. Repositorio

institucional de la Universidad Privada del Norte.

<https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/12806g>

Pastor, M. L. (2022). Ansiedad y estrés en nomofobia de estudiantes de educación técnico-productiva de Lima, Perú. *Horizontes Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 6(23), 511–522.

<http://www.scielo.org.bo/pdf/hrce/v6n23/a12-511-522.pdf>

Pino, P. N. Y., & Hurtado, P. S. N. (2018). Uso del teléfono celular como distractor del proceso enseñanza–aprendizaje. *Enfermería Investiga*, 3(4), 166–171.

<https://www.researchgate.net/publication/329914655>

Rodríguez, C. R. (2021). Adicción al móvil: la dependencia del siglo XXI. *Psicología Global*. [https://www.psicoglobal.com/blog/adiccion-movil-dependencia-del-](https://www.psicoglobal.com/blog/adiccion-movil-dependencia-del-siglo-xxi)

[siglo-xxi](https://www.psicoglobal.com/blog/adiccion-movil-dependencia-del-siglo-xxi)

Sabio, J. (2024). Estadísticas de adicción al teléfono celular 2024 (datos mundiales y de EE. UU.). *Earthweb*. <https://earthweb.com/es/cell-phone-addiction-statistics>

Salazar, G. E., & Salazar, G. L. M. (2021). *Ansiedad y agresividad en estudiantes de una institución secundaria pública de Villa El Salvador, Lima 2021* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejos]. Repositorio institucional de la Universidad César Vallejos.

[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/82514/Salazar\\_GL-M-Salazar\\_GE-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/82514/Salazar_GL-M-Salazar_GE-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Silva, C. A. D. (2023). *Ansiedad y su relación con la dependencia al teléfono móvil en estudiantes de bachillerato* [Tesis de licenciatura, Universidad Técnica de

Ambato]. Repositorio institucional de la Universidad Técnica de Ambato.

<https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/38064>

Torres, S. (2024, 4 de octubre). ¿Regular los teléfonos? El consejo de la OMS para frenar

la adicción al celular. *Folou*. [https://folou.co/ciencia/adiccion-celular-regulacion-](https://folou.co/ciencia/adiccion-celular-regulacion-oms)

[oms](https://folou.co/ciencia/adiccion-celular-regulacion-oms)

Ugaz, B. E. (2018). *Condición del estado civil y nivel de ansiedad y depresión en*

*gestantes adolescentes Centro Materno Perinatal Simón Bolívar Cajamarca 2018*

[Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de Cajamarca]. Repositorio

institucional de la Universidad Nacional de Cajamarca.

<http://190.116.36.86/bitstream/handle/20.500.14074/2276>

**ANEXO 1. Matriz de Consistencia Interna.**

Formulación del Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Método
<p><b>Propósito</b> Identificar si existe una correlación entre el uso excesivo de dispositivos móviles y la presencia de síntomas de ansiedad.</p> <p><b>Enunciado Interrogativo:</b> ¿Cuál es la relación entre dependencia al móvil y ansiedad en estudiantes de un instituto de salud, Cajamarca, 2024?</p>	<p><b>Objetivo Principal</b> Determinar la relación entre dependencia al móvil y ansiedad en estudiantes de un instituto de salud, Cajamarca, 2024.</p> <p><b>Objetivos Secundarios</b> Identificar el nivel de dependencia al móvil en estudiantes de un instituto de salud, Cajamarca, 2024.</p> <p>Identificar el nivel de ansiedad en estudiantes de un instituto de salud, Cajamarca, 2024.</p> <p>Determinar la relación entre las dimensiones de la dependencia al móvil y la ansiedad en estudiantes de un instituto de salud, Cajamarca, 2024.</p>	<p><b>Hipótesis general:</b> Existe relación significativa entre dependencia al móvil y ansiedad en estudiantes de un instituto de salud, Cajamarca, 2024.</p> <p><b>Hipótesis específica:</b> Existe relación significativa entre las dimensiones de la dependencia al móvil y la ansiedad en estudiantes de un instituto de salud, Cajamarca, 2024.</p>	<p><b>Variable 1</b> Dependencia al móvil</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dimensión 1 Tolerancia y abstinencia</li> <li>• Dimensión 2 Abuso-dificultad de para controlar el impulso.</li> <li>• Dimensión 3 Problemas ocasionados por el uso excesivo.</li> </ul> <p><b>Variable 2</b> Ansiedad</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dimensión 1 Factores somáticos</li> <li>• Dimensión 2 Factores afectivos.</li> </ul>	<p><b>Tipo de investigación:</b> Básica.</p> <p><b>Enfoque de investigación:</b> Cuantitativo.</p> <p><b>Diseño:</b> No experimental, descriptiva, correlacional.</p> <p><b>Técnica:</b> Encuesta.</p> <p><b>Muestreo:</b> Probabilístico por conglomerados</p> <p><b>Población:</b> 220 estudiantes entre varones y mujeres de 18 a 36 años de edad, del tercer y cuarto ciclo de la carrera de enfermería turno mañana, de un instituto de salud, Cajamarca.</p> <p><b>Muestra:</b> 141 estudiantes entre varones y mujeres de 18 a 36 años de edad, del tercer y cuarto ciclo de la carrera de enfermería turno mañana, de un instituto de salud, Cajamarca.</p> <p><b>Análisis de Datos:</b> SPSS</p> <p><b>Medición:</b> Escala de Autoevaluación de la Ansiedad de Zung (EAA) y Tes de Dependencia al Móvil-Celular (TDM).</p>

## ANEXO 2. Matriz de Operacionalización de las Variables

<b>Variab</b> les	<b>Definición Conceptual</b>	<b>Definición Operacional</b>	<b>Indicador</b>	<b>Valor final</b>	<b>Tipo de Variable</b>
<b>Variable 1: Dependencia emocional</b>	Es el problema generado en diversas áreas de la vida, como la cantidad de llamadas y mensajes enviados, la interferencia que genera en otras actividades cotidianas, los cambios en las relaciones interpersonales y el impacto en la salud y el bienestar del sujeto (Chóliz, 2012; como se citó en De la Cruz y Torres, 2019).	Este instrumento cuenta con 22 ítems, de acuerdo a esto, las 10 primeras preguntas cuentan con un tipo de respuesta de 5 opciones de escala Likert que van desde 0 que es “nunca”, 1 “rara vez”, 2 “a veces”, 3 “con frecuencia” y 4 “muchas veces”; y las próximas 12 preguntas también cuentan con un tipo de respuesta de 5 opciones de escala Likert que van desde 0 “totalmente en desacuerdo”, 1 “un poco en desacuerdo”, 2 “neutral”, 3 “un poco de acuerdo” y 4 “totalmente de acuerdo”; llegando así a un rango total de 0 a 88 puntos (Novoa y Sánchez, 2019).	Suma total de las respuestas de los ítems 1 al 22.	Nivel de dependencia al móvil alto. Nivel de dependencia al móvil moderado. Nivel de dependencia al móvil bajo.	Ordinal
<b>Variable 2: Ansiedad</b>	Se caracterizan por un miedo excesivo y la evitación ante objetos o situaciones específicas que en realidad no representan un peligro real. Además, son las perturbaciones psiquiátricas más frecuentes a lo largo de la vida, ya que se distinguen	Este instrumento cuenta con 20 ítems con un tipo de respuesta de Likert, que va desde 1 que significa “muy pocas veces”, 2 “algunas veces”, 3 “muchas veces”, y 4 que significa “casi siempre”. Así mismo, cuenta con dos dimensiones: afectiva, que hace referencia a connotaciones psicológicas; y somáticas, que hace referencias a connotaciones fisiológicas (Asencio y Sangay, 2022).	Suma total de las respuestas de los ítems 1 al 20	Ansiedad modera-severa. Ansiedad mínima moderada. Ansiedad normal.	Ordinal

“Dependencia al móvil y ansiedad en estudiantes de un instituto de salud de Cajamarca, 2024.”

	principalmente por un temor desproporcionado hacia situaciones que no conllevan ninguna amenaza genuina (Martínez y López, 2011).				
<b>Dimensión 1 V1: Tolerancia-abstinencia</b>	Donde surgen conductas adictivas y se experimenta malestar significativo al estar alejado del uso del móvil (Romero, 2020).	Puntaje obtenido en la escala de Dependencia al móvil de 1 a 22 preguntas 11 al 22.	Necesidad progresiva por utilizar el móvil	Nivel de dependencia al móvil alto. Nivel de dependencia al móvil moderado. Nivel de dependencia al móvil bajo.	Ordinal
<b>Dimensión 2 V1: Abuso-dificultad para controlar el impulso</b>	Se caracteriza por problemas relacionados con el uso desproporcionado del teléfono, independientemente del contexto (Romero, 2020).	Puntaje obtenido en la escala de Dependencia al móvil de 1 a 9 preguntas 1, 2, 4, 5, 6, 8 y 9.	Dificultad para dejar de utilizar el móvil	Nivel de dependencia al móvil alto. Nivel de dependencia al móvil moderado. Nivel de dependencia al móvil bajo.	Ordinal
<b>Dimensión 3 V1: Problemas ocasionados por el uso excesivo</b>	Se refiere a las consecuencias negativas derivadas del uso inapropiado del móvil (Romero, 2020).	Puntaje obtenido en la escala de Dependencia al móvil de 1 a 10 preguntas 3, 7 y 10.		Nivel de dependencia al móvil alto. Nivel de dependencia al móvil moderado. Nivel de dependencia al móvil bajo.	Ordinal

### ANEXO 3. Cálculo de la muestra

$$n = \frac{Z^2 * N * p * q}{e^2(N - 1) + Z^2 * p * q}$$

$$n = \frac{1.96^2 * 220 * 0.92 * 0.08}{0.05^2(220 - 1) + 1.96^2 * 0.92 * 0.08}$$

$$n=141$$

Donde:

n = muestra

Z = 1.96 nivel de confianza

p = 0.92 probabilidad de fracaso

q = 0.08 probabilidad de fracaso

e = 0.05 margen de error

#### **ANEXO 4. Consentimiento Informado**

### **CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Reciban un cordial saludo, somos Wilber Eugenio Chavez y Wilson Mendoza Becerra, estudiantes de la carrera de psicología de la Universidad Privada del Norte, y estamos haciendo una investigación para determinar la relación entre dependencia al móvil y ansiedad en estudiantes de un Instituto de Salud de Cajamarca, 2024; es por eso que te invitamos a que nos apoyes y formes parte de esta investigación.

Si decides participar de este estudio, tendrás el derecho a retirarte en el transcurso de la investigación si lo estimas conveniente, sin tener que dar ningún tipo de explicación y sin que ello signifique ningún perjuicio para ti. El tiempo es de 30 minutos.

Los instrumentos que responderás son: Cuestionario de Dependencia al Móvil (TDM) y Escala de Autoevaluación de Zung.

Cualquier información que se obtenga en relación con este estudio permanecerá confidencial y será revelada solo con su permiso. Solo los investigadores directamente involucrados en el estudio tendrán acceso a la información recopilada.

Si deseas participar en nuestro estudio, marque el recuadro “Acepto” de bajo. Si tiene alguna pregunta sobre la investigación, puedes llamar o enviar un correo electrónico a través de la siguiente información de contacto.

Teléfono: 913 012 718 o 983 0081 21

Correo: [eugeniochavezwilber6@gmail.com](mailto:eugeniochavezwilber6@gmail.com)

Acepto

No acepto

**ANEXO 5. Instrumento de Recolección de Datos.**

**CUESTIONARIO DE DEPENDENCIA AL MÓVIL (TDM)**

Indica con qué frecuencia realizas las afirmaciones que aparecen a continuación tomando como criterio la siguiente escala, no te preocupes por lo que respondes, porque no hay respuestas buenas ni malas. Contesta con sinceridad marcando un número (de 0 al 4) según la siguiente escala:

ÍTEMS	OPCIÓN DE RESPUESTA				
	0 nunca	1 rara vez	2 a veces	3 con frecuencia	4 muchas veces
1 Me han llamado la atención o me han hecho alguna advertencia por utilizar mucho el celular.					
2 Me he puesto un límite de uso y no lo he podido cumplir.					
3 He discutido con algún familiar por el gasto económico que hago del celular.					
4 Dedico más tiempo del que quisiera a usar el celular.					
5 Me he pasado (me he excedido) con el uso del celular.					
6 Me he acostado más tarde o he dormido menos por utilizar el celular.					
7 Gasto más dinero con el celular del que me había previsto.					
8 Cuando me aburro, utilizo el celular.					
9 Utilizo el celular en situaciones que, aunque no son peligrosas, no es correcto hacerlo (comiendo, mientras otras personas me hablan, etc.).					
10 Me han gritado por el gasto económico del celular.					

Indica en qué medida estás de acuerdo o en desacuerdo con las afirmaciones que se presentan a continuación:

ÍTEMS	OPCIÓN DE RESPUESTA				
	0 totalmente en desacuerdo	1 un poco en desacuerdo	2 neutral	3 un poco de acuerdo	4 totalmente de acuerdo
11 Cuando llevo un tiempo sin utilizar el celular, siento la necesidad de usarlo (llamar a alguien, enviar un SMS o un WhatsApp, etc.).					
12 Últimamente utilizo mucho más el celular.					
13 Me sentiría mal si se me malograra el celular durante un periodo largo de tiempo y tardaran en arreglarlo.					
14 Cada vez necesito utilizar el celular con más frecuencia.					
15 Si no tengo el celular me encuentro mal.					
16 Cuando tengo el celular a mano, no puedo dejar de utilizarlo.					
17 No es suficiente para mi usar el celular como antes, necesito usarlo cada vez más.					
18 Cuando me levanto lo primero que hago es ver si han llamado al celular, si me han enviado un mensaje, un WhatsApp, etc.					
19 Gasto más dinero con el celular ahora que al principio.					
20 No creo que pudiera aguantar una semana sin celular.					
21 Cuando me siento solo, le hago una llamada, le envié un mensaje o un WhatsApp, etc.					
22 Ahora mismo agarraría el celular y enviaría un mensaje, o haría una llamada.					

**ESCALA DE AUTOEVALUACIÓN DE ANSIEDAD DE ZUNG.**

Marque con un aspa (X) a la respuesta que más se aproxime a la forma en que se siente en general:

ÍTEMS	OPCIÓN DE RESPUESTA			
	1 Nunca o raras veces	2 Algunas veces	3 Buen número de veces	4 La mayoría de las veces
1 Me siento más nervioso y ansioso últimamente				
2 Siento temor sin razón.				
3 Despierto con facilidad o siento pánico				
4 Siento que me estoy derrumbando				
5 Siento que todo está bien/ nada malo puede sucederme.				
6 Me tiemblan los brazos y las piernas.				
7 Tengo dolores de cabeza, cuello o espalda				
8 Me siento débil y me canso fácilmente.				
9 Me siento tranquilo y puedo permanecer en calma fácilmente.				
10 Puedo sentir que me late muy rápido el corazón				
11 Siento mareos.				
12 Sufro de desmayos o siento que me voy a desmayar.				
13 Puedo respirar con facilidad				
14 Se me adormecen u hormiguean los dedos de las manos y pies.				
15 Sufro de molestias estomacales o nauseas.				
16 Orino con mucha frecuencia.				
17 Generalmente mis manos están secas y calientes.				
18 Siento que me ruborizo.				
19 Me quedo dormido con facilidad y descanso bien durante la noche.				
20 Tengo pesadillas.				

## **ANEXO 6. Ficha Técnica del instrumento (incluir nombre del instrumento)**

### **FICHA TÉCNICA DEL TEST DE DEPENDENCIA AL MÓVIL**

#### **I. DATOS GENERALES**

A. Título original de la prueba: Test de dependencia al móvil.

B. Año de aplicación: 2012.

C. Autor: Mariano Chóliz Montañéz.

E. Procedencia: España.

#### **II. ADMINISTRACIÓN**

- Duración: 12 minutos.

- Aplicación: Personas adultas.

- Administración: Individual y colectiva.

- Aspecto a evaluar: Evalúa las características de la dependencia a este tipo de dispositivos tales como tolerancia, abstinencia, control de los impulsos, uso excesivo y problemas asociados.

#### **III. DESCRIPCIÓN DE LA PRUEBA**

Uso excesivo que hace que otras actividades cotidianas de las personas, entre ellas se vean alteradas o afectadas alterando la salud del sujeto.

#### **IV. VALIDEZ Y CONFIABILIDAD**

Se adaptó en la población cajamarquina por Novoa y Sánchez en el 2019 mediante una prueba piloto, donde se realizó una validez a través de criterio de jueces y la confiabilidad mediante el Alfa de Cronbach obteniendo 0.900, evidenciando la validez y confiabilidad para la aplicación en el contexto cajamarquino.

## **FICHA TÉCNICA DE LA ESCALA DE ANSIEDAD DE ZUNG – EAA**

### **I. DATOS GENERALES**

- A. Título original de la prueba: Self-Rating Anxiety Scale.
- B. Título en español: Escala de autovaloración de ansiedad.
- C. Año de aplicación: 1971.
- D. Autor: W. Zung.
- E. Procedencia: Berlin.

### **II. ADMINISTRACIÓN**

- Duración: 15 minutos.
- Aplicación: Personas adultas.
- Administración: Individual y colectiva.
- Aspecto a evaluar: intensidad de ansiedad

### **III. DESCRIPCIÓN DE LA PRUEBA**

La escala de autovaloración de la Ansiedad de Zung está compuesta por 20 items, de las cuales se le pide al encuestado que indique como se siente en ese momento y se le explica que no existe una respuesta invalida, así mismo evalúa los niveles de tensión, nerviosismo y la presión ambiental que atraviesa. La prueba constata de cuatro dimensiones que van de 1 a 4.

### **IV. VALIDEZ Y CONFIABILIDAD.**

Fue adaptada a la población cajamarquina Asencio y Sangay (2022) por lo que llevaron a cabo un análisis factorial exploratorio para evaluar la validez del instrumento, los resultados mostraron un valor de adecuación al muestreo de Kaiser Meyer Olkin de 0.802, junto con un test de esfericidad de Bartlett significativo ( $p < 0.001$ ), lo que indica una adecuada validez del test para esta población.; del mismo modo, para encontrar la confiabilidad Asencio y Sangay hallaron un coeficiente alfa de Cronbach de 0.665, indicando así que la prueba es fiable para ser aplicada a la población cajamarquina.

“Dependencia al móvil y ansiedad en estudiantes de un instituto de salud de Cajamarca, 2024.”

## ANEXO 7. Carta de autorización de aplicación de instrumentos

**I.E.S.T. NORMEDIC-CAJAMARCA**  
**AUTORIZADO CON R.M. 0373-2010-ED**  
AÑO DEL BICENTENARIO, DE LA CONSOLIDACIÓN DE NUESTRA INDEPENDENCIA, Y DE LA CONMEMORACIÓN DE LAS HEROICAS BATALLAS DE JUNÍN Y AYACUCHO

PERÚ Ministerio de Educación

AÑO DEL BICENTENARIO, LA CONSOLIDACIÓN DE NUESTRA INDEPENDENCIA, Y DE LA CONMEMORACIÓN DE LAS HEROICAS BATALLAS DE JUNÍN Y AYACUCHO

Cajamarca, 16 de abril del 2024.

SEÑOR:  
JOSÉ ALBERTO ALVAREZ BARRANTES  
DIRECTOR ACADÉMICO  
UNIVERSIDAD PRIVADA DEL NORTE  
PRESENTE.-

ASUNTO : AUTORIZACIÓN DE INVESTIGACIÓN DE ALUMNOS DE PSICOLOGÍA

Tengo el agrado de dirigirme a usted con la finalidad de informarle la **aceptación** de los estudiantes Eugenio Chávez Wilber identificado con el número de DNI 62301064 y Wilson Mendoza Becerra identificado con el número de DNI 60445734, quienes cursan el IX ciclo de la carrera de Psicología, para la facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Privada del Norte para la aplicación de instrumentos necesarios para recabar la información sobre su trabajo de investigación denominado: “ Dependencia al móvil y ansiedad en estudiantes de un instituto de salud, Cajamarca 2024” . en nuestra Institución.

Agradecido de antemano su atención, me despido.

Atentamente,

INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO  
PRIVADO NORMEDIC  
CAJAMARCA  
  
Oscar H. Silva Rojas  
DIRECTOR GENERAL

JR. JOSE SABOGAL N.º 913 CEL: 930713638 I.S.T.P. NORMEDIC.

## ANEXO 8. Prueba de normalidad

**Tabla 6**

*Kolmogorov-Smirnov*

	Estadístico	gl	Sig.
Dependencia al móvil	0.463	141	<0.001
Ansiedad	0.387	141	<0.001

*Nota:* En el cual gl = número de muestra del estudio y  $p < 0.005$  (no paramétrica).

$H_0$  = Los datos se distribuyen normalmente.

$H_1$  = Los datos no se distribuyen normalmente.

En cuanto al análisis de la prueba de normalidad, al ser una población mayor a 50 se utiliza la prueba de normalidad de Kolmogorov Smirnov, en donde se observa, que tanto la variable de dependencia al móvil y ansiedad, muestran datos con una inclinación de distribución diferente a la normal, donde el valor de significancia es  $<0.005$ ; de tal forma, en este estudio se rechaza la hipótesis nula por lo que se usa la estadística no paramétrica en el establecimiento de correlaciones según el coeficiente de Rho de Spearman para la estadística de comprobación.

