

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de **PSICOLOGÍA**

“ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y ANSIEDAD
EN UNIVERSITARIOS DE PRIMER CICLO DE LA
CARRERA DE PSICOLOGÍA EN UNA UNIVERSIDAD
DE LIMA METROPOLITANA”

Tesis para optar al título profesional de:

Licenciado en Psicología

Autores:

Arthur Stefano Acharte Zavala

Blanca del Pilar Cabrera Gomez

Asesor:

Mg. Raúl Injante Mendoza

<https://orcid.org/0000-0002-5016-4340>

Lima - Perú

2024

JURADO EVALUADOR

Jurado 1 Presidente(a)	Gina Noemi Torres Villanueva
	Nombre y Apellidos

Jurado 2	Claudia Karina Guevara Cordero
	Nombre y Apellidos

Jurado 3	RAUL INJANTE MENDOZA
	Nombre y Apellidos

INFORME DE SIMILITUD



DEDICATORIA

Dedicamos este proyecto a nuestros padres y abuelos que con todo el cariño y esfuerzo han logrado que culminemos la etapa universitaria; su apoyo incondicional y las ganas de siempre guiarnos por el buen camino ha hecho que podamos lograr nuestras metas.

AGRADECIMIENTO

Agradecemos a Dios por permitirnos llegar a esta etapa de nuestras vidas con salud y fortaleza para seguir adelante, y a nuestros padres por siempre apoyarnos y alentarnos en las situaciones más complicadas ya sean personales o profesionales; ha sido un camino largo por el cual hemos pasado sin embargo tenemos la dicha de decir lo logramos, gracias a todo el apoyo incondicional que recibimos por parte de nuestras familias, profesores y asesores.

Tabla de contenido

JURADO EVALUADOR	2
INFORME DE SIMILITUD	3
DEDICATORIA	4
AGRADECIMIENTO	5
TABLA DE CONTENIDO	6
ÍNDICE DE TABLAS	8
RESUMEN	9
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN	10
REALIDAD PROBLEMATICA	10
BASES TEÓRICAS	13
ANTECEDENTES	16
FORMULACIÓN DEL PROBLEMA:	20
OBJETIVOS	21
HIPÓTESIS	21
JUSTIFICACIÓN	22
CAPÍTULO II: METODOLOGÍA	23
Nivel de Investigación:	23
Diseño de Investigación:	23
Población:	24
Muestreo	24

Criterios de Exclusión:	25
Técnicas e Instrumentos de Evaluación	25
Procedimiento de recolección de datos:	27
ANÁLISIS DE DATOS:	29
Aspectos Éticos:	29
CAPÍTULO III: RESULTADOS	31
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	39
Interpretación Comparativa	39
Limitaciones	41
Implicancias	42
Conclusiones	42
REFERENCIAS	44
ANEXOS	49

Índice de tablas

Tabla 1	31
Tabla 2	31
Tabla 3	32
Tabla 4	33
Tabla 5	33
Tabla 6	34
Tabla 7	35
Tabla 8	36
Tabla 9	36
Tabla 10.....	37
Tabla 11.....	37
Tabla 12.....	38

RESUMEN

El propósito del presente estudio tiene por finalidad identificar la correlación de las variables de adicción a las redes sociales y ansiedad en estudiantes de una universidad de Lima Metropolitana. La investigación es de tipo no experimental con enfoque cuantitativo, de tipo correlación descriptiva y de diseño transversal no empírico. Se llevó a cabo con 80 estudiantes entre los 18 a 30 años de edad en ambos sexos. Para ello se les aplicó los siguientes instrumentos, el cuestionario de adicción a las redes sociales - ARS validada por Ecurra y Salas en el 2014 y la escala de Ansiedad de Zung - EAA, validada para la presente investigación por tres jueces expertos. Como resultados de la presente investigación se encontró una correlación directa y moderada entre la primera variable adicción y la segunda variable ansiedad, por lo que se acepta la hipótesis de investigación planteada.

PALABRAS CLAVES: *adicción, redes sociales y ansiedad*

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

REALIDAD PROBLEMATICA

A medida que los tiempos avanzan, la tecnología llega a cada extremo del mundo para volverse un requisito en la vida de las personas, desde la tecnología más compleja que ayuda a afirmar hipótesis científicas por profesionales hasta la tecnología más básica que puede llegar a ser utilizada por infantes. Este implemento llegó para facilitar las actividades de las personas en sus distintas áreas vitales (personal, familiar, social y laboral).

Muchos de los avances tecnológicos hoy en día están relacionados a facilitar los medios de comunicación, pues es un área básica en la vida de las personas, es por ello que fue motivación para poder crear las famosas redes sociales que tuvieron como objetivo en un principio facilitar la comunicación. A medida que las redes sociales cada vez obtenían más usuarios, empezaron a ofrecer más servicios y facilidades; debido a ello es que no solo aumentan los usuarios de las redes sociales sino también el tiempo que se encuentran conectados a ellas.

La agencia creativa líder mundial en gestión (We're Social y Hootsuite, 2021) publicaron un informe acerca del aumento de usuarios a las redes de internet, menciona que actualmente 4.200 Millones de habitantes utilizan dichas redes, y las estadísticas de usuarios en redes sociales hasta la actualidad equivalen a más del 53% de la población mundial.

Actualmente esta problemática está causando un gran impacto en la población a nivel mundial, y debido a esta importancia prestada por los usuarios, es que surgen muchos conflictos internos y externos de cada ser humano.

Existe una población que actualmente está siendo observada como la más vulnerable a contraer una adicción hacia la tecnología y redes sociales debido al uso constante que le dedican.

Esta población llamada “generación Z” cuenta con la mayor facilidad de alcance hacia las redes sociales, pues es la primera generación que nació asociada a la tecnología; muchos de estos conviven de manera natural con las redes sociales ya que es uno de los principales procesos de aprendizaje ; pero así como es bien visto por los jóvenes, existe una preocupación excesiva por los padres, ya que observan que sus hijos pasan largas horas en las redes sociales y tienen cada vez menos tiempo para socializar e involucrarse con el mundo exterior (Chambilla, 2021).

Existen diversas fuentes, donde sustentan que las TICS y redes sociales pueden generar efectos negativos en los jóvenes, pues estudios realizados en Europa muestran resultados desfavorables sobre las consecuencias de dicho trastorno hacia las redes sociales, una de ellas aborda el alto índice de ansiedad e inestabilidad emocional (Portal, 2019).

La adicción es consecuencia de los malos hábitos que tienen los usuarios para conectarse a estos, pues el uso persistente y voluntario genera una dependencia involuntaria y poco controlable, pues se dice que es una problemática cuando está interviene con sus actividades rutinarias trayendo consigo aislamiento social, bajo rendimiento académico, sedentarismo y hasta la obesidad. (Huanca, 2016)

Según la Organización mundial de la salud (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2022), indica que en el 2019 existían 301 millones de habitantes que padecían el trastorno de ansiedad entre ellos hay 50 millones de niños y adolescentes, pues estos trastornos se identifican por sentir miedo y preocupación excesiva.

Investigaciones relacionan a la ansiedad con el uso des adaptativo hacía los medios sociales de internet, pues se hizo un estudio con donde el 46,7% de participantes refieren tener algún nivel de ansiedad y el 26% tienen de grado severa y extremadamente severa, pues esto significa que

existe una gran correlación entre la adicción y la ansiedad o estado emocional de los jóvenes.
(Zabala, 2021)

Así mismo, un estudio en la ciudad de Madrid, donde se evaluaron a jóvenes entre 12 a 25 años de edad se observan dichos resultados habiendo una mayor prevalencia de adicción en mujeres con un puntaje de 1.5% más que en varones, también se identificaron que el grado de ansiedad por dejar las redes sociales es de 0.4% en varones y un 0.7% más en mujeres. Existe una relatividad muy baja de diferencia, sin embargo, se observa un problema de abuso hacia los medios sociales en los pobladores de la ciudad de Madrid (Zavala, 2018)

En el Perú, el Instituto Nacional de estadísticas e informática (INEI, 2021) realizó una encuesta con el objetivo de obtener como resultado cuales son las poblaciones según su grado de escolaridad desde la etapa primaria hasta la superior, que hacen un mayor uso de los servicios de internet y redes sociales, donde se demuestra como resultado que el 90,7% de la población Superior no universitaria y el 96,1% de la población Superior universitaria son las poblaciones quienes hacen un mayor uso de los servicios de internet.

Por ello consideramos realizar dicha investigación para así poder identificar la relación en cuanto a la variable adicción a las redes de internet y hacia la ansiedad que esto puede generar en los universitarios del primer ciclo, quienes actualmente son los más vulnerables de la sociedad , pues las dificultades de salud mental especialmente la adicción y ansiedad son los factores que obstruyen en las actividades rutinarias del individuo trayendo consigo efectos secundarios y negativos, incluso llevando a la morbilidad (Rodríguez et al., 2021).

BASES TEÓRICAS

2.1 Las Redes Sociales: Son un nuevo auge con el fin de compartir y comprender al mundo que nos rodea, pues es un espacio creado para que las personas puedan construir relaciones, realizar intercambio de ideas u otras actividades a realizar. Así mismo estas redes han generado diversos cambios psicológicos en los jóvenes, pues a pesar que traen consigo beneficios, también presentan un impacto fuerte en el entorno social, donde se ha visto más que expuestos a los jóvenes, ya que ellos son conocidos como los agentes socializadores del exterior, esta nueva modalidad de socializar entre los individuos se ha vuelto muy predominante, pues ha disminuido desfavorablemente la socialización directa (Ramírez et al., 2018).

2.2 Ventajas de las redes sociales: No todo sobre estas influencias sociales es malo, en consecuencia, tiene aspectos positivos que son de mucha utilidad, pues estas aplicaciones que se encuentran dentro de las redes muchas veces nos ayudan a expresar y encontrarse consigo mismo. Así mismo, estas redes pueden servir de forma eficaz, ya sea para socializar de mejor manera o para conseguir algún trabajo o estudio deseado, pues se les hace más factible ya que entre ellos se encuentran a través de fotos y datos personales del individuo, muchas veces estos han encontrado amigos, familiares hasta parejas en estas redes. (Chambilla Condori, 2021)

2.3 Adicción: Si hablamos netamente del significado de adicción, la OMS ha determinado que esta es un trastorno que trae consigo consecuencias físicas y emocionales. Así como también la adicción es una conducta impulsiva y poco controlable a la hora de realizar una actividad no voluntaria que puede causar hasta la dependencia; Así mismo existe una variedad de tipos de adicción, como a sustancias químicas, a relaciones interpersonales y a actividades, las más comunes son los juegos de azar y las ya conocidas redes sociales. La adicción es un campo

conformado por pensamientos y comportamientos diseñados que hacen que el individuo actúe desfavorablemente hacia una actitud con un patrón des adaptativo. (Miña et al., 2018)

2.3.1 Factores de la adicción a las redes sociales (Echeburua y Requesens 2012)

- El acceso fácil a cualquier red social.
- La falta de tiempo límite para el uso.
- La sensación de participar en distintos roles de uno mismo.

2.3.2 Consecuencias de la Adicción a las redes sociales: El uso frecuente de las redes sociales puede actuar como una droga para el cerebro de las personas, estas pueden alterar al estado de ánimo y conciencia; muchas veces se refleja con el humor depresivo, con la falta de atención en el entorno y la irritabilidad que se pueda sentir. (Echeburua y Requesens 2012).

2.4 La ansiedad: Este es el sentimiento de miedo e inquietud que padecen las personas luego de sufrir una adicción, sin embargo, esta ansiedad también puede ser vista mediante un factor intenso de estrés e inquietud antes de tomar una decisión importante, las características más relevantes de esta enfermedad es el sudor, sentirse nervioso, molesto y muchas veces descontrolado. Este es un mecanismo de adaptación que permite que el individuo esté en constante alarma en cuanto a situaciones particularmente peligrosas. Sin embargo, hay niveles de ansiedad, una de ellas es la moderada, la cual nos permite mantener la postura en momentos de inquietud y estrés, Pero cuando el nivel de estrés está desproporcionado hace que el individuo se sienta indefenso incluso cuando no hay situación de riesgo, y si interfiere en las actividades normales de las personas este puede ser considerada una enfermedad. Grupo Semi (como se citó en Chambilla, 2021).

2.5 Factores de la ansiedad: En relación a la ansiedad se han encontrado factores biológicos, antecedentes familiares, rasgos de personalidad y en ocasiones químicas cerebrales; por otro lado, el espacio social es un factor muy predominante, ya que muchas veces la ansiedad está asociada con las preocupaciones constantes, ya sean familiares, de salud, laborales u otro agente que hace al individuo más vulnerable de sufrir pánico y ansiedad. Orozco & Vargas (como se citó en Zabala, 2021).

2.6 Niveles de Ansiedad:

- ***Ansiedad Leve:*** Refiere cuando el individuo está en escucha activa y tiene un estado de ánimo dominante. Las reacciones fisiológicas no son de mayor preocupación, como la respiración apresurada, los latidos cardíacos, algunas sensaciones estomacales y labios temblorosos. Villanueva (2020, citado por Chambilla, 2021).
- ***Ansiedad Moderada:*** En este punto el individuo escucha, observa y trata de dominar ciertas situaciones, pero con menos intensidad; aquí las reacciones fisiológicas son más y son un poco más frecuentes, como la tensión para respirar, la presión alta, malestar estomacal, boca seca, expresiones de miedo, pánico y no logra conciliar el sueño. Villanueva (2020, citado por Chambilla, 2021).
- ***Ansiedad Severa:*** Aquí el individuo no logra canalizar lo sucedido, su percepción es más aguda y cuando quiere centrarse en algunos detalles solo observa distorsión y se le dificulta ver una secuencia lógica. Las reacciones fisiológicas ya son más visibles, Se le dificulta respirar, existe un mínimo de asfixia, temblores en el cuerpo, expresiones corporales y faciales de miedo, presión alta, etc. Villanueva (2020, citado por Chambilla, 2021).

ANTECEDENTES

Internacionales:

Amador (2021) realizó una investigación en la cual buscó hallar la relación entre la adicción a las redes sociales y la reprobación escolar en universitarios. La investigación aplicada fue de tipo descriptivo correlacional con diseño no experimental transversal donde se utilizó el cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS) y un cuestionario sobre la posible reprobación de materias, los instrumentos fueron aplicados a una muestra de 539 estudiantes universitarios. Los resultados obtenidos mostraron una correlación significativa entre la alta adicción y reprobación y, en específico, en los factores obsesión por las redes sociales y uso excesivo de las mismas. Se logró concluir que la adicción a las redes sociales tienen un efecto negativo en el rendimiento académico, llegando a impactar en la reprobación escolar de estudiantes universitarios.

Portillo (2021) en la investigación que realizó buscó establecer la relación existente entre el uso de las redes sociales, la autoestima y la ansiedad en estudiantes universitarios. La investigación desarrollada fue de tipo descriptivo correlacional con diseño no experimental transversal, los instrumentos aplicados fueron el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS), La Escala de Ansiedad Manifiesta en Adultos (AMAS-A) y La Escala de Autoestima de Rosenberg; que se le aplicó a una muestra de 100 estudiantes universitarios de los cuales 36 fueron hombres y 64 mujeres. Los resultados indican que existe una relación significativa negativa entre la adicción a dichas redes y la autoestima, de manera que entre mayor es la adicción a ellas, menor es la autoestima de los estudiantes, también se halló que hay una relación entre los niveles de ansiedad y la adicción a las redes sociales, siendo las personas más ansiosas las que obtuvieron mayores puntuaciones de adicción.

Cabero et al. (2020) realizaron una investigación donde propusieron como objetivo investigar el grado de dependencia que muestran los adolescentes de diversos países de Latinoamérica hacia los medios de internet. Proyecto de tipo Exploratorio donde se aplicó el ajuste de la escala de Sahin (2018) “Social Media Addiction Scale – Student Form” en 3223 jóvenes de España, Chile, México, Colombia, República Dominicana y Perú, donde se concluyó los motivos más comunes entre los distintos sexos que pasan su tiempo en las redes sociales, los hombres se distinguen por el placer de estar activos en la RSO y la existencia de problema, y las mujeres en obsesión informada de necesitar estar conectadas.

Hanna et al. (2020) buscaron con su investigación demostrar la relevancia de las redes sociales en la calidad de vida de las dos instituciones de nivel superior. Fue una investigación descriptiva correlacional y transversal donde abarcó como muestra 400 estudiantes pertenecientes a una Universidad de Córdoba (Colombia) y Durango (México) a los cuales se les administró dos cuestionarios. Los resultados arrojaron que el 60 % de los jóvenes entre la edad de 23 años usan por lo menos 3 redes sociales y el 50 % las utilizan aproximadamente 5 horas al día, por otro lado, el 61% de la muestra de los estudiantes presentaron problemas académicos por lo que se concluye que el uso de estos medios sociales interviene desfavorablemente en la calidad del ser humano.

Zabala (2021), Dicho estudio tuvo como propósito identificar cual es la semejanza que se encuentra en la ansiedad, características de la adicción y procrastinación en estudiantes de instituciones educativas del estado de Bogotá. Es descriptiva y correlacional, su población usada fue de 75 adolescentes de la institución ya mencionada anteriormente a los cuales se les aplicó 3 instrumentos, el de escala de depresión, de ansiedad y estrés, el instrumento ARS y la escala de EPA. Las evidencias halladas mencionan que existe la semejanza entre la ansiedad y adicción,

pero por el otro lado no se evidencio lo mismo entre la autorregulación y la postergación que realizan los estudiantes.

Nacionales:

Delgado (2019) Realizó una investigación con el objetivo de evidenciar la relación entre la adicción a las redes sociales y las habilidades interpersonales. El estudio realizado es de tipo cuantitativo transversal, se tomó como muestra a un grupo de 414 universitarios de diferentes carreras de la Universidad Católica de Santa María (UCSM) donde las edades van entre los 18 años y 23 años; a la muestra mencionada se le aplicó los instrumentos Escala de Habilidades Sociales por Elena Gismero Gonzáles y el Test de Adicción a las Redes Sociales por Romero. Se obtuvo como resultado que si existe una relación entre la adicción a las redes sociales y las habilidades interpersonales.

Soriano (2019) Realizó una encuesta con el objetivo de determinar la similitud entre las variables impulsividad y dependencia de redes sociales entre estudiantes de pregrado de una universidad nacional de Ica. Este estudio fue no experimental, transversal y se realizó en una muestra de 291 estudiantes de pregrado de la universidad Nacional, para ello utilizaron la escala de impulsividad de Barrett (BISSI 1993) y un cuestionario sobre la adicción a las redes sociales (ARS). En cuanto a los resultados, existe una correlación directa de $Rho = 0,778$ y una $p = .000$ significativa (Sig. Andlt; 0,05) entre la impulsividad y la adicción a las redes de internet.

Martínez (2020), realizó la investigación de la Adicción a las redes sociales y conductas disóciales en el distrito de comas de Lima (Perú) donde pretende establecer una relación en ambas variables, utilizando una investigación no experimental Transversal y decidiendo evaluarlos mediante un inventario de niveles de riesgos de adicción a las redes (ERA-RSI) creada por

Monserrat Peris y Maite Garaigordobil en el 2018; y el cuestionario de escala de conducta disocial (ECODI27) creada por María Pacheco en el 2010; tomaron una muestra de 133 adolescentes, donde los resultados arrojaron una intensidad moderada entre la adicción y las conductas disociales ($Rho = 694, p < .05$) y se identificó que un índice positivo de adicción a la red social de internet, incrementa con las conductas no favorables y a la inversa de la misma manera.

Acosta et al. (2022) realizaron una investigación donde propusieron determinar que la soledad podía predecir de manera significativa la adicción a las redes sociales. Plasmado como un estudio Cuantitativo transversal se tomó como muestra 336 universitarios de ambos sexos, con edades entre los 18 y 45 años, a los cuales se les administró la Escala de Soledad de Jong Gierveld y el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS). Los resultados concluyeron que la presencia de niveles de soledad predice el desarrollo de una adicción a las redes sociales.

Maldonado y Pamela (2022) realizaron un estudio que tuvo como objetivo identificar la relación existente entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales en estudiantes universitarios de la ciudad de Huaraz, 2022, con una muestra de 370 estudiantes, el tipo de investigación fue en enfoque cuantitativo transversal y nivel correlacional. Los instrumentos usados fueron Adicción A Las Redes Sociales (ARS) y Escala De Habilidades Sociales (EHS). Los resultados dieron por hecho que existe correlación inversa entre las variables de adicción a las redes sociales y habilidades sociales asimismo indica que existe correlación inversa significativa entre las variables y sus dimensiones ($p = ,000. < 0.05$). Concluyendo que entre mayor uso inadecuado de las redes sociales, menor es la habilidad social de los estudiantes universitarios.

Otero y Picoy (2023) en su investigación buscaron determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y las consecuencias en la salud mental en estudiantes de medicina humana de la Universidad Ricardo Palma. El estudio fue observacional transversal, los instrumentos empleados fueron el Cuestionario de Adicción a redes sociales (ARS), escala de depresión, ansiedad, estrés (DASS-21) e índice de la calidad del sueño de Pittsburgh (PSQI). La muestra empleada fue de 454 estudiantes de medicina humana de primero a quinto año, escogidos por muestreo aleatorio estratificado proporcional de los cuales se obtuvieron como resultados una fuerte asociación entre la variable de adicción a las redes sociales y la variable de salud mental.

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA:

4.1 Pregunta General:

- ¿Cuál es la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad en universitarios de primer ciclo de la carrera de psicología en una Universidad de Lima Metropolitana?

4.2 Preguntas Específicas:

- ¿Cuál es la relación entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad afectiva en universitarios de primer ciclo de la carrera de psicología en una Universidad de Lima Metropolitana?
- ¿Cuál es la relación entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad somática en universitarios de primer ciclo de la carrera de psicología en una Universidad de Lima Metropolitana?

OBJETIVOS

5.1 Objetivo Principal:

- Determinar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad en universitarios de primer ciclo de la carrera de psicología en una Universidad de Lima Metropolitana.

5.2 Objetivos específicos:

- Determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad afectiva en los universitarios de primer ciclo de la carrera de psicología en una Universidad de Lima Metropolitana.
- Determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad somática en universitarios de primer ciclo de la carrera de psicología en una Universidad de Lima Metropolitana.

HIPÓTESIS

6.1 Hipótesis general:

- Existe una relación significativa entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad en los universitarios de primer ciclo de la carrera de psicología en una universidad de Lima Metropolitana en el período 2021.

6.2 Hipótesis Específicas:

- Existe relación entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad afectiva en los universitarios de 1er ciclo de la carrera de psicología.
- Existe relación entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad somática en universitarios de 1er ciclo de la carrera de psicología.

JUSTIFICACIÓN

Se observa que, en los últimos años debido al confinamiento, muchos de los jóvenes se han insertado en el mundo de las redes, causando beneficios hacia ellos mismos, como más socialización, la búsqueda de empleos y otros, sin embargo ha causado daños, como por ejemplo el bajo rendimiento escolar, la baja autoestima y la ansiedad al no poder dejar de utilizar dicha tecnología, por lo cual la justificación de dicha investigación tiene como finalidad conocer y aportar conocimientos sobre las variables de adicción a las redes sociales y ansiedad tanto de manera independiente como la relación existente entre ambas y su influencia en los jóvenes universitarios, además de conocer la situación actual que se vive a nivel nacional e internacional.

Los conocimientos obtenidos beneficiará no solo a las familias de los individuos, sino a las instituciones educativas ya que por esta investigación pueden ser bien aprovechados para algún programa de intervención al reconocer un problema de esta índole y así poder asistir a la persona afectada a tiempo sin causar peores efectos, como también existe la necesidad de crear proyectos de prevención donde se aprenda a manejar el uso de las redes sociales y así evitar un alto porcentaje de adicción, que posteriormente causaría un elevado nivel de ansiedad.

Finalmente, la presente investigación opta por usar instrumentos donde se verifique y aborde ambas variables, lo cual permitirá investigar más a profundidad sobre dicha problemática para que unos futuros investigadores puedan disponer con la finalidad de aplicar realidades similares en el contexto.

CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

Nivel de Investigación:

Dicho trabajo de investigación mencionado se optimiza desde el método cuantitativo (Hernández et al., 2014) ya que hay un proceso en el cual cada etapa cumple un rol de importante valor por lo cual no es posible omitir ningún paso.

Las investigaciones realizadas desde un enfoque cuantitativo tienen como características medir la intensidad de los problemas de investigación de un porcentaje de la población estudiada, para luego ser analizados con métodos estadísticos dando por conclusión la confirmación y posible predicción de los fenómenos estudiados (Hernández et al., 2014)

Este último análisis toma este enfoque, por lo tanto, la recolección de los datos de medición numérica, se utilizará para verificar la pregunta de investigación formulada previamente.

Según Hernández et al. (2014) la presente investigación mantiene un alcance correlacional porque la finalidad del estudio es conocer el grado de asociación o la relación que existe entre las variables de una muestra o contexto.

Diseño de Investigación:

Este estudio fue de diseño no experimental, ya que el estudio se realizó sin cambiar las variables, se identifican fenómenos similares a medida que ocurren en su entorno natural (Hernández et al., 2016)

Además, la presente investigación tiene un corte transversal porque los datos se relacionan en una sola oportunidad, tiene como objetivo explicar las variables y analizar su incidencia (Hernández et al., 2010)

Población:

Una vez planteado el muestreo que se utilizó se delimita la Población de 120 estudiantes a la cual se abordará la investigación, este es el conjunto de casos con una misma característica a considerar y se representa de manera automática (Hernández et al., 2016)

Mencionando a la población identificada, se observa que la presente investigación tiene aproximadamente una muestra de 80 estudiantes universitarios, de 1er ciclo de la carrera de psicología de la Universidad Privada del Norte Lima Este con un rango de edad de 18 a 30 años.

La muestra seleccionada fue de tipo no probabilístico por conveniencia, ya que no es posible calcular el error estándar, y las muestras son escogidas por el investigador que recolectó los datos aleatoriamente (Hernández et al., 2016)

Universitarios de 1ero ciclo de la carrera de psicología de la universidad Privada del Norte Lima Este

Sexo	Cantidad
Mujer	60
Varón	20
Total	80

Nota. Elaboración Propia 2021

Muestreo**Criterios de Inclusión:**

- Universitarios que usan las redes sociales 3 horas diarias como mínimo.
- Estudiantes universitarios que tengan entre 18 a 30 años de edad
- Estudiantes universitarios que estén matriculados en el periodo de agosto 2021-2
- Estudiantes universitarios del primer ciclo de la carrera de psicología.

Criterios de Exclusión:

- Estudiantes universitarios que usen solo 30 minutos de redes sociales.
- Estudiantes universitarios que no estén matriculados en el periodo de agosto 2021-2.
- Estudiantes universitarios que tengan un rango de edad menor o igual a 17.
- Estudiantes universitarios que entreguen las encuestas incompletas.

Técnicas e Instrumentos de Evaluación

La técnica principal que se usó es el cuestionario a través del formulario de Google, y luego se pasó a realizar la técnica de la revisión y análisis de todos los datos extraídos.

El cuestionario es un instrumento que se usa para recolectar distintos datos, se basa en un grupo de preguntas con relación a una o más variables. Estas se emplean para calificar y evaluar distintas problemáticas. Dentro del cuestionario existen preguntas cerradas y abiertas. (Hernández et al., 2016)

Instrumento N°1: Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS)

El instrumento de Adicción a Redes Sociales fue elaborado y validado por Escurra y Salas en el año 2014, el cual lograron aplicar la prueba en su versión inicial, el cual contaba con 31 ítems, a 380 estudiantes de diferentes universidades de Lima.

Dicho cuestionario está compuesto por las dimensiones “Obsesión por las redes sociales, la falta de control personal en el uso de las redes sociales y el uso excesivo de las redes sociales”. La dimensión número uno está compuesta por 10 ítems, la dimensión número 2 se encuentra compuesta por 6 ítems mientras y última dimensión se encuentra compuesta por 8 ítems.

Consta de 24 ítems tipo Likert con 5 opciones que van de siempre, casi siempre, a veces, raras veces y nunca.

Validez y Confiabilidad

Escurra y Salas (2014) validaron la herramienta de Adicción a las Redes Sociales (ARS) a través del método Análisis Factorial, donde lograron identificar tres dimensiones con una consistencia apta “Obsesiones por las redes sociales, Falta de control personal sobre el uso personal de las redes sociales y Uso excesivo de las redes sociales”. Su grado de confiabilidad de 95% alcanzó los coeficientes de alfa Cronbach, los cuales indicaron un valor entre el .88 en el factor 2 y .92 en el factor 3. Datos obtenidos en la aplicación de esta herramienta a estudiantes de la ciudad de la eterna primavera de nivel secundario en instituciones nacionales en el año 2016 con los rangos de edad entre once y veinte años.

Instrumento N°2: Escala de Autoevaluación de Ansiedad (EAA)

Esta escala fue elaborada por el autor Zung (1965) teniendo como objetivo encontrar un instrumento que facilitara la paridad de casos y datos relevantes de pacientes con síntomas de ansiedad.

La escala cuenta con 2 dimensiones haciendo referencia a los tipos de síntomas mostrados a causa de la ansiedad, los cuales son “afectivos y somáticos”. La dimensión afectiva cuenta con 5 ítems y la dimensión somática cuenta con 15 ítems.

La resolución del Test funciona con un tipo de respuesta Likert, donde las puntuaciones se realizan desde la opción muy pocas veces hasta la mayoría de las veces.

La prueba de Zung ayuda a determinar el alcance de los síntomas de los evaluados y los clasifica en categorías de ansiedad

- Sin Ansiedad (0 a 45)
- Una Ansiedad Mínima A Moderada (46 a 59)
- Una Ansiedad Marcada A Severa (60 a 74)

- Una Ansiedad Máxima (75 a más)

Validez y Confiabilidad

Zung en 1965 logra validar las Escalas de auto informe de ansiedad y depresión, habiéndose aplicado a pacientes de ambulatorios del hospital psiquiátrico de Duke con síntomas de ansiedad, depresión y confusión de personalidad.

Novara, Sotillo y Warthon en 1985 logran validar el instrumento “Escala de Autoevaluación de Zung”, aplicándolo a 178 pacientes que asistían a consultas médicas al Instituto de Salud Mental Honorio Delgado-Hideyo Noguchi; la confiabilidad fue de un coeficiente Alfa de .75 lo que se valida como un instrumento confiable. (Terrones. 2019). Por otro lado, Astocondor en el año 2001, mediante una investigación llamada “Investigación exploratoria sobre ansiedad y depresión en residentes de comunidades indígenas de Aguarunas” logró regular e identificar escalas de autoevaluación recibidas de Ansiedad y Depresión de Zung, en una muestra de 100 habitantes entre 14 a 30 años, de siete comunidades indígenas Aguarunas de la región de Amazonas.

Por otro lado, el instrumento pasó por un proceso de validación mediante 3 jueces expertos en el área, quienes consideraron que las definiciones, dimensiones, indicadores e ítems; son aptos para ser aplicados a la muestra anteriormente mencionada.

Procedimiento de recolección de datos:

Antes de la recolección de datos:

Para realizar con éxito dicha investigación, nos hemos centrado primero en identificar la problemática ya que en tiempos de virtualidad la adicción a las redes sociales y la ansiedad se han vuelto más predisponentes en los estudiantes universitarios, para identificar ello se realizó una

encuesta virtual ya que por la pandemia que estamos pasando en la actualidad no es favorable realizar la encuesta de manera presencial.

Una vez seleccionado el problema, identificamos los instrumentos que se aplicó, verificamos su validez en Perú de ambos instrumentos, teniendo en cuenta que uno de ellos no pasó por el análisis factorial se tuvo que validar mediante 3 jueces expertos que nos dieron su aprobación.

Durante la recolección de datos:

Una vez definida la población a la cual se le aplicó los instrumentos, se pasó a enviar los cuestionarios para que lo puedan completar, se presentó el consentimiento informado y se detalló que su participación es anónima y voluntaria, así mismo se le comentó que toda información recaudada es confidencial, con motivos académicos y que para lograr resolver el cuestionario solo le tomaría entre 10 y 15 minutos.

Después de la recolección de datos:

Después de tener toda la base de datos con sus respuestas se pasó a verificar cada cuestionario de los participantes para ver si cumplen con los criterios de inclusión preestablecidos para que así puedan formar parte de la muestra. Una vez seleccionada toda la muestra, los datos de los estudiantes y las respuestas son pasados a un Excel para visualizar mejor las cifras estadísticas y tener un mejor orden en base a lo requerido, para finalizar se pasó toda la base de datos en software SPSS 21 y así poder sacar resultados con mayor fiabilidad.

Análisis de Datos:

Análisis de las características sociodemográficas para la muestra

Se realizó el análisis de frecuencias a través de la moda para hallar los datos de porcentaje según sexo y edad de la muestra para luego poder separarlos.

Análisis estadístico de las propiedades psicométricas

Para el análisis del instrumento de ansiedad de Zung tuvo que ser validado mediante el criterio de 3 jueces expertos, dando ellos su aprobación para ser aplicada.

Posteriormente, toda la información necesaria se recopila a través de la encuesta virtual, para luego completar lo requerido en Excel y pasar el dato estadístico mediante el programa SPSS para poder verificar el rango de confiabilidad, se calculó las frecuencias para poder hallar los datos sociodemográficos de la muestra, para luego analizar los estadísticos descriptivos, la media y la desviación, así mismo se realizó una evaluación de la normalidad y por último se evaluó la confiabilidad a través del alfa de Cronbach para luego poder realizar las correlaciones e identificar cual se utilizara.

Aspectos Éticos:

La presente investigación realizará un estudio teniendo en cuenta los derechos de los participantes, para ello se tendrá en cuenta que toda la información recaudada será usada únicamente para fines educativos y científicos, para una mayor legalidad se les presentará un consentimiento informado para que el evaluado se sienta más seguro de poder responder, así mismo dichas respuestas y resultados que se obtenga de la investigación serán de manera confidencial por los investigadores.

Cabe mencionar que para la presente tesis la encuesta se realizó de manera anónima para poder recolectar la información con mayor fiabilidad y así tener en cuenta la protección de identidad de la población escogida ya que estos serán estudiantes universitarios.

Se tomó en cuenta la resolución rectoral N°050-2016-UPN-SAC por la cual se aprobó la segunda versión del “Código de ética del investigador científico UPN”, donde en el capítulo 2, se especifica los deberes de los investigadores que deben de cumplir para realizar dicha investigación.

- Respeto a la autonomía, donde el investigador respeta los derechos y la libre expresión de las personas, y las vulnerables necesitan autorización de un tutor.
- Beneficencia y responsabilidad, El investigador asegura el bienestar de sus participantes y respeta los principios de la propiedad de otros investigadores.
- La justicia e integridad, El investigador detalla de manera clara a la población que participa y reserva todos los datos personales bajo la norma de confidencialidad.

A la vez se tomó en cuenta el Código de Ética y Deontología propuesto por el Colegio de Psicólogos del Perú (CPP) (2018) donde podemos observar que el Capítulo III - Destinado a la Investigación, en los artículos del 22 al 27 nos indica de forma objetiva y responsable los deberes de los investigadores de cómo realizar sus estudios haciendo prevalecer el respeto, honestidad, objetividad, responsabilidad, integridad e Imparcialidad.

CAPÍTULO III: RESULTADOS

Tabla 1

Características según sexo

	Frecuencia	Porcentaje
Masculino	18	23%
Femenino	62	77%
Total	80	100%

Nota: Elaboración propia 2021

La primera tabla muestra la distribución de la variable de género entre los participantes. En este sentido, observamos que la muestra total de 80 personas estuvo distribuida de manera desproporcionada, es decir, 18 participantes (23%) del estudio fueron del género masculino y 62 participantes (77%) fueron del género femenino.

Tabla 2

Características según edad

	Frecuencia	Porcentaje
18	32	40%
19	20	25%
20	6	7%
21	6	8%
22	5	6%
23	3	4%
24	2	2%
25	2	3%
26	1	1%
27	3	4%
Total	80	100%

Nota: Elaboración propia 2021

La tabla 2 reporta la distribución de la variable edad de los participantes. Logramos observar que la muestra estuvo compuesta por universitarios de diferentes edades, donde el porcentaje más alto fue obtenido por el grupo de 18 años, contando con 32 participantes y alcanzando el 40% de la muestra total, mientras que el porcentaje más pequeño fue obtenido por el grupo de 26 años, contando con solo 1 participante y alcanzando el 1% de la muestra total.

Tabla 3

Análisis descriptivo del Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales - ARS

	Media	DE	Asimetría	Curtosis
1	2.09	1.034	.245	-.510
2	1.67	1.145	.257	-.732
3	1.21	1.122	.726	-.245
4	2.16	1.119	-.107	-.844
5	1.21	1.133	.800	-.023
6	.85	1.092	1.143	.418
7	1.14	1.230	.946	-.127
8	1.68	1.188	-.035	-1.100
9	1.73	1.211	.287	-.885
10	1.76	1.172	.189	-.842
11	1.36	1.070	.623	.037
12	2.11	1.293	.074	-1.016
13	1.31	1.121	.513	-.495
14	1.69	1.308	.221	-1.090
15	1.01	.987	.703	-.495
16	1.64	1.172	.265	-.803
17	1.86	1.230	.227	-.865
18	1.84	1.345	.144	-1.081
19	.80	1.072	1.297	1.127
20	.99	1.142	.915	-.223
21	1.51	1.019	.444	-.200
22	1.14	1.156	.886	.016
23	1.17	1.145	.685	-.387
24	1.70	1.306	.195	-1.200

Nota: Elaboración propia 2021

En la tabla 3, en primer lugar, se verifica el análisis descriptivo de las entradas para el Cuestionario de Adicciones a las Redes Sociales, por lo que se evaluó la media, desviación estándar, asimetría y curtosis de cada uno de ellos. En relación con esto la desviación estándar oscila entre 0.987 y 1.345, la media varía entre 0.80 y 2.16 lo que indicaría que las personas muestran una tendencia marcada.

Tabla 4

Análisis descriptivo de la Escala de Autoevaluación de Ansiedad

	Media	DE	Asimetría	Curtosis
1	2.27	.900	.385	-.517
2	1.89	.968	.660	-.780
3	1.81	.956	1.013	.068
4	1.70	.863	.992	.050
5	2.71	.874	-.331	-.478
6	1.74	.938	.931	-.363
7	2.46	1.030	-.039	-1.133
8	2.48	.968	.029	-.936
9	2.53	.856	-.142	-.567
10	1.95	.953	.731	-.395
11	1.73	.900	1.113	.409
12	1.35	.748	2.301	4.757
13	2.04	.999	.392	-1.120
14	1.59	.896	1.464	1.204
15	2.10	1.098	.504	-1.107
16	2.13	.919	.348	-.758
17	3.22	.900	-1.000	.193
18	1.99	.948	.574	-.668
19	2.74	1.088	-.302	-1.201
20	1.90	1.014	.803	-.546

Nota: Elaboración propia 2021

La tabla 4 presenta el análisis descriptivo de cada una de las preguntas para la Escala de Autoevaluación de Ansiedad, por tal razón se probaron la media, desviación estándar, asimetría y curtosis de cada uno de ellos. En relación con esto, el ítem 12 presenta una curtosis con valores fuera del rango ± 1.5 , lo cual puede generar una distorsión en el análisis del instrumento. Por otro lado, la desviación estándar oscila entre 0.748 y 1.085, la media varía entre 1.35 y 3.22 lo que indicaría que las personas muestran una tendencia marcada.

Tabla 5

Análisis de confiabilidad de los instrumentos

	Media	DE	Alfa de Cronbach
Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales	35.64	19.977	.959
Escala de Autoevaluación de Ansiedad	42.31	10.047	.867

Nota: Elaboración propia 2021

La tabla 5 muestra el análisis del coeficiente alfa de Cron Bach de ambos instrumentos empleados dentro de la investigación. Los valores de (.959) en el Instrumento 1 y de (.867) en el instrumento 2 son considerados muy buenos. Logramos concluir que la medida de ambas variables es consistente.

Tabla 6

Coefficientes Aiken V para evidencia de validez basada en contenido

Ítem	Relevancia de los Criterios			Coherencia de criterios			Claridad de criterios		
	V de Aiken	Intervalos de Confianza al 95%		V de Aiken	Intervalos de Confianza al 95%		V de Aiken	Intervalos de Confianza al 95%	
		Inferior	Superior		Inferior	Superior		Inferior	Superior
1	1.00	0.610	1.390	1.00	0.610	1.390	1.00	0.610	1.390
2	1.00	0.610	1.390	1.00	0.610	1.390	1.00	0.610	1.390
3	1.00	0.610	1.390	1.00	0.610	1.390	0.67	0.289	1.305
4	1.00	0.610	1.390	1.00	0.610	1.390	1.00	0.610	1.390
5	1.00	0.610	1.390	1.00	0.610	1.390	1.00	0.610	1.390
6	1.00	0.610	1.390	1.00	0.610	1.390	1.00	0.610	1.390
7	1.00	0.610	1.390	1.00	0.610	1.390	1.00	0.610	1.390
8	0.67	0.289	1.305	0.67	0.289	1.305	1.00	0.610	1.390
9	1.00	0.610	1.390	1.00	0.610	1.390	1.00	0.610	1.390
10	1.00	0.610	1.390	1.00	0.610	1.390	1.00	0.610	1.390
11	1.00	0.610	1.390	1.00	0.610	1.390	1.00	0.610	1.390
12	0.67	0.289	1.305	0.67	0.289	1.305	0.67	0.289	1.305
13	1.00	0.610	1.390	1.00	0.610	1.390	1.00	0.610	1.390
14	1.00	0.610	1.390	1.00	0.610	1.390	1.00	0.610	1.390
15	1.00	0.610	1.390	1.00	0.610	1.390	1.00	0.610	1.390
16	0.67	0.289	1.305	0.67	0.289	1.305	0.67	0.289	1.305
17	1.00	0.610	1.390	1.00	0.610	1.390	1.00	0.610	1.390
18	1.00	0.610	1.390	1.00	0.610	1.390	1.00	0.610	1.390
19	1.00	0.610	1.390	1.00	0.610	1.390	1.00	0.610	1.390
20	1.00	0.610	1.390	1.00	0.610	1.390	1.00	0.610	1.390

Nota: Elaboración propia 2021

La tabla 6 presenta los valores del coeficiente V de Aiken, hallado bajo la calificación de los ítems de la Escala de Autoevaluación de Ansiedad según los jueces expertos. La prueba fue evaluada por la cantidad de 3 jueces expertos en la variable ansiedad. Se observa, que los ítems 8,

12 y 16, apenas alcanzan la puntuación de (0.70) que nos indica que los ítems son considerados aceptables según los jueces.

Tabla 7

Validez basada en el criterio sobre el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales - ARS

	Correlación ítem - test
1	.691
2	.738
3	.756
4	.697
5	.735
6	.791
7	.713
8	.600
9	.714
10	.831
11	.762
12	.539
13	.266
14	.411
15	.714
16	.702
17	.795
18	.744
19	.793
20	.697
21	.698
22	.740
23	.741
24	.716

Nota: Elaboración propia 2021

En la tabla 7 presentamos los indicadores estadísticos de la correlación ítem-test del primer instrumento; bajo este criterio, todos los ítems que obtengan una puntuación por encima de .20 se consideran aceptables. En cuanto al análisis de homogeneidad del test, podemos observar que, de los 24 ítems analizados todos obtuvieron una correlación ítem-test mayor a .20

Tabla 8

Validez basada en el criterio sobre la Escala de Autoevaluación de Ansiedad

	Correlación ítem - test
1	.664
2	.728
3	.574
4	.521
5	.097
6	.713
7	.597
8	.669
9	.361
10	.709
11	.678
12	.482
13	.325
14	.569
15	.392
16	.372
17	.,220
18	.577
19	.132
20	.405

Nota: Elaboración propia 2021

En la tabla 8 presentamos los indicadores estadísticos de la correlación ítem-test del segundo instrumento, en cuanto al análisis de homogeneidad del test, podemos observar que los ítems 5, 17 y 19 obtuvieron una correlación ítem – test menor de .20, lo que da entender que no son aceptables.

Tabla 9

Prueba de bondad de ajuste de las variables

Variables	Kolmogorov-Smirnov ^a	Sig.
Adicción a las Redes Sociales	.105	.030
Ansiedad	.083	.200

Nota. Los coeficientes han sido calculados con una muestra de 80. Elaboración propia 2021

La tabla 9 presenta el comportamiento de las variables de estudio (Adicciones a las redes Sociales y Ansiedad) en relación a distribuir en la curva normal. Distinguimos que, en la variable 1, la (Sig.) observada es .030, mientras que en la variable 2, la (Sig.) es .200, lo cual nos indica que a pesar de que la variable 2 si cumple con el valor esperado de (.05), estas variables tienen un comportamiento que no se ajusta a la curva normal. A partir de esto, podemos decir que el comportamiento de la muestra no se ajusta a la curva normal, ello significa que, haremos uso de una estadística no paramétrica para el contraste de las hipótesis del estudio.

Tabla 10
Correlación entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad

	Ansiedad	
	Rho de Spearman	Sig.
Adicción a las redes sociales	.321	.004

Nota. Sig. <05 (Significativo: hay relación). Elaboración propia 2021

La siguiente tabla número 10 indica la relación que hay entre las variables Adicción a las Redes Sociales y Ansiedad. Se aprecia que la variable número uno mantiene una relación directa con la ansiedad, por consiguiente, la Rho de Spearman obtiene un símbolo positivo. Por lo tanto, los universitarios con alto índice de adicción a las redes sociales también mantienen un alto nivel de ansiedad. Se logra observar que a pesar de haber una (Sig.) menor a (0.05) la fuerza de relación es baja (.321).

Tabla 11
Correlación entre la variable adicción a las redes sociales y la dimensión afectiva de la variable ansiedad

	Afectiva	
	Rho de Spearman	Sig.
Adicción a las redes sociales	.218	.05

Nota. Sig. <05 (Significativo: hay relación). Elaboración propia 2021

La tabla 11 evidencia el resultado de nuestro primer objetivo específico (Determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad afectiva en los universitarios de 1er ciclo de la carrera de psicología). En este sentido, podemos apreciar que la adicción a las redes sociales mantiene una relación directa con la dimensión afectiva de la ansiedad, es decir, la Rho de Spearman tiene un símbolo positivo. Se logra observar que a pesar de haber una (Sig.) igual (0.05) la fuerza de relación es baja (.218).

Tabla 12

Correlación entre la variable adicción a las redes sociales y la dimensión somática de la variable ansiedad

	Somática	
	Rho de Spearman	Sig.
Adicción a las redes sociales	.321	.004

Nota. Sig.<05 (Significativo: hay relación)

La tabla 12 evidencia el resultado de nuestro segundo objetivo específico (Determinar la relación entre sí la adicción a las redes sociales y la ansiedad somática en universitarios de 1er ciclo de la carrera de psicología.). En este sentido, podemos apreciar que la adicción a las redes sociales mantiene una relación directa con la dimensión afectiva de la ansiedad, es decir, la Rho de Spearman tiene un símbolo positivo. Se logra observar que a pesar de haber una (Sig.) menor a (0.05) la fuerza de relación es baja (.321).

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

Interpretación Comparativa

El presente estudio tuvo como objetivo general, determinar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad, se obtuvo el valor de coeficiente de correlación ($Rho=0,321$) indicando que existe una correlación positiva baja entre ambas variables. Por lo cual, se acepta la hipótesis general de investigación que indica la existencia de una relación entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad en universitarios de 1er ciclo de la carrera de Psicología de una Universidad de Lima Metropolitana en el periodo 2021. Estos resultados guardan relación con Moreno Primo (2021) quien desarrolló una investigación donde su objetivo principal fue determinar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y ansiedad en jóvenes de universidades privadas, identificando que si hay una asociación en ambas variables y que a mayor nivel de adicción a las redes sociales mayor es el nivel de ansiedad que se puede presentar en los universitarios. Cía (2013) propone que se puede confirmar una adicción al internet o a las redes sociales a partir de un uso excesivo descontrolado, muestras de un síndrome de abstinencia, desarrollo de tolerancia a la conducta realizada y repercusiones negativas en la vida cotidiana, debido a ello es el resultado del nivel de correlación, pues los evaluados muestran solo algunas características de las mencionadas por lo cual no podríamos confirmar una posible adicción.

En cuanto al primer objetivo específico en el cual se plantea determinar la existencia de una relación entre la variable adicción y la dimensión afectiva de la variable ansiedad, nos arroja como resultado un coeficiente de correlación ($Rho= 0,218$) indicando que existe una correlación positiva baja. En relación con eso, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación en donde se indica que existe una relación entre la variable adicción a las redes sociales y la dimensión afectiva de la variable ansiedad en universitarios de 1er ciclo de la carrera

de Psicología de una Universidad de Lima Metropolitana en el periodo 2021. Quevedo y Ponce (2023) realizaron una investigación similar, donde su objetivo fue evidenciar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y el estado de ánimo de los universitarios, indicando como dimensiones a la ansiedad, tristeza, depresión, ira y hostilidad, estos arrojaron como resultados una puntuación de intensidad leve, demostrando que a mayor nivel del estado de Animo mayor es el nivel de la Adicción a las redes sociales. En relación a ello, Castaño y Páez (2019) realizaron investigaciones donde evidencian que el entorno familiar juega un papel muy importante en el ciclo de vida de los adolescentes y jóvenes, pues estos son muy vulnerables en esta etapa de su vida, y si no hay un vínculo afectivo adecuado estos empiezan a tomar distancia de la familia e ingresan a un mundo externo donde se inclinan hacia las nuevas tendencias adictivas para poder escapar de realidad.

Así mismo, el segundo objetivo específico, el cual buscaba comprobar la existencia de una relación entre la variable adicción a las redes sociales y la dimensión somática perteneciente a la variable ansiedad, obtuvo un coeficiente de correlación ($Rho=0,321$) indicando que existe una correlación positiva baja. En vista de ello, la hipótesis nula se rechaza y se acepta la hipótesis de investigación que indica que existe una relación entre la variable adicción a las redes sociales y la dimensión somática de la variable ansiedad en universitarios de 1er ciclo de la carrera de Psicología de una Universidad de Lima Metropolitana en el periodo 2021. Referente a lo mencionado, Echeburua (2010) realizó una investigación, indicando que los factores de riesgo que se pueden presentar en los jóvenes con adicciones pueden llegar a cambios físicos, indicando que a mayor nivel de adicción, mayores son los síntomas percibidos, entre ellos los distintos dolores corporales, los insomnios o fatigas que hacen referencia al desgano emocional y al cansancio constante. El resultado obtenido está acorde con lo que halló Hanna (2020), dichos autores

realizaron una investigación para lograr identificar la influencia que tiene la adicción con la calidad de vida de los adolescentes, donde asocian el abuso de las redes sociales con los problemas de salud física y psicosocial de la población en Colombia; dicha investigación comprobó la relación que existe entre ambas variables, dando por hecho que muchos jóvenes con distintos problemas de salud física y mental es a raíz de una adicción no controlada.

Limitaciones

En cuanto a las limitaciones observadas, una de las principales fueron las escasas investigaciones publicadas basadas en las variables mencionadas en el estudio. La variable ARS estaba comenzando a ser un tema significativo por el cual se propusieron diversas investigaciones sin embargo la modalidad virtual en la cual nos desarrollamos ahora, limita demasiado la validez y confiabilidad del estudio. Además, los escasos antecedentes limitan la comparación de resultados en el punto de discusión dentro del presente estudio.

Como segunda limitación importante, consideramos fue la modalidad virtual en la cual se administró las pruebas a la muestra, fue complicado lograr contactarnos con los individuos de la muestra y más aún convencerlos de participar en la investigación, sin embargo, se tuvo que utilizar diversos métodos de comunicación para así poder llegar a completar la muestra presentada.

Al mismo tiempo, fue el poder hallar el número de la población y muestra, debido a que la comunicación con el área administrativa de la universidad fue muy limitada además de que no manejaban la información de estudiantes de primer ciclo actualizado.

Concluyendo con la última de las limitaciones presentadas en el estudio, tenemos la prueba utilizada para medir ansiedad adaptada al contexto peruano únicamente validada mediante jueces expertos, por lo cual también consideramos relevante volverlo a evaluar por juicio de expertos y así actualizar su validez para este estudio.

Implicancias

En este punto mencionaremos las posibles implicaciones del estudio realizado desde diferentes perspectivas.

Desde un punto teórico, el estudio ha permitido informar a las poblaciones similares o interesadas acerca de los conceptos y subconceptos de las variables estudiadas y su relación, con esto se podrá identificar a tiempo posibles casos de adicción a las redes sociales o ansiedad.

Desde un punto práctico. El estudio beneficia no solo a las familias de los individuos considerados dentro de la investigación, sino a las instituciones educativas con poblaciones similares ya que pueden desarrollar programas de prevención donde se aprenda a manejar el uso de las redes sociales y así evitar un alto porcentaje de adicción; que posteriormente, causaría un elevado nivel de ansiedad; Además, permite crear programas de intervención al reconocer un problema de esta índole y así poder asistir a la persona afectada a tiempo sin esperar más complicaciones.

Desde un punto metodológico, la presente investigación puede ser utilizada como referencia en otras posibles investigaciones acerca de las mismas variables o variables similares. Además de que nos brinda una visión acerca de las complicaciones que se pueden llegar a tener mediante la modalidad de aplicación del estudio, que en este caso fue bajo una modalidad remota.

Conclusiones

Después de haber realizado la presente investigación, se llega a las siguientes conclusiones:

- Existe una relación significativa y directa de nivel positiva baja sobre la variable adicción a las redes sociales y la variable ansiedad, por lo que se acepta la hipótesis de investigación planteada. Implicando que a mayor adicción a las redes sociales, mayor ansiedad presentarían los universitarios.

- Existe una relación significativa y directa de nivel positiva baja sobre la variable adicción a las redes sociales y la dimensión afectiva de la variable ansiedad, por lo que se acepta la hipótesis de investigación planteada. Lo cual implica que a mayor adicción a las redes sociales, mayor ansiedad afectiva presentarían los universitarios.
- Existe una relación significativa y directa de nivel positiva baja sobre la variable adicción a las redes sociales y la dimensión somática de la variable ansiedad, por lo que se acepta la hipótesis de investigación planteada. Por lo cual se entiende que a mayor adicción a las redes sociales, mayor ansiedad somática presentarían los universitarios.

REFERENCIAS

- Acosta, V. Pezo, R., Wilcamango, A. (2022) *Soledad y adicción a las redes sociales en universitarios de la selva peruana* [Título de pregrado, Escuela profesional de psicología] https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/5841/Aracely_Tesis_Licenciatura_2022.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Amador, C. M. (2021). Influencia de la adicción a las redes sociales en la reprobación escolar de estudiantes de nivel licenciatura. *Ciencia UAT*, 16(1), 62-72. <https://doi.org/10.29059/cienciauat.v16i1.1510>
- Cabero, A. J., Martínez, P. S., Valencia, O. R., Leiva N. J., Orellana, H. M., & Harvey L. I. (2020). La adicción de los estudiantes a las redes sociales on-line: Un estudio en el contexto latinoamericano. *Revista Complutense de Educación*, 24 (4), 1-11. <https://doi.org/10.5209/rced.61722>
- Capacoila, F. y Fuentes, M. (2019) *Adicción a las redes sociales y habilidades interpersonales en estudiantes universitarios* [Título de pregrado, Universidad Católica de Santa María] <https://repositorio.ucsm.edu.pe/handle/20.500.12920/8910>
- Caro-Maldonado, Y. (2022) *Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes universitarios de la ciudad de Huaraz - 2022* [Título de pregrado, Universidad Cesar Vallejo] <https://hdl.handle.net/20.500.12692/105454>
- Castaño, C. J., Páez C. M. (2019). Funcionalidad familiar y tendencias adictivas a internet y a sustancias psicoactivas en estudiantes universitarios. *Psicología desde el Caribe*, 36(2), 177-206. http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0123-417X2019000200177&script=sci_abstract&tlng=es

- Chambilla Condori, A.M. (2021). *Ansiedad e indicadores de adicción a redes sociales en estudiantes de secundaria de la I.E. Enrique Paillardelle Tacna, durante el confinamiento del año 2021* (Tesis de licenciatura, Universidad Privada de Tacna).
<http://repositorio.upt.edu.pe/bitstream/UPT/1830/1/Chambilla-Condori-Aime.pdf>
- Cía, A. H. (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. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 76(4), 210-217.
- Echeburua, E. (2010) Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 22(2), 91-95.
- Echeburúa, E., Requesens, A. (2012). *Adicción a las redes sociales y nuevas tecnologías en niños y adolescentes*. Ediciones Pirámide.
<http://omextad.salud.gob.mx/contenidos/investigaciones/Guiaparaeducadores.pdf>
- Escurre, M. M., & Salas, B. E. (2014). Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). *Liberabit*, 20(1), 73-91.
http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272014000100007&lng=es&tlng=pt
- Grupo SEMI. Ansiedad. Educación para la salud. Hemeroteca de la Salud. [Internet]. SEMI, Sociedad Española de Medicina Interna. 2021 [citado 10 de abril de 2021].
<https://www.fesemi.org/informacionpacientes/conozca-mejor-su-enfermedad/ansiedad>
- Hanna, L. M, Ocampo, R, M., Janna L. N., Mena G. M., Torreglosa P. L. (2020). Redes sociales y calidad de vida relacionada con la salud en estudiantes universitarios. *Revista Cuidarte*, 11(1), 1–14. <https://doi.org/10.15649/cuidarte.953>

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2010). *Metodología de la investigación* (5ta ed.). ISBN 978-92-75-32913-9

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6ta ed.). México: MC Graw-Hill Education.

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2016). *Metodología de la Investigación* (6ª Ed.). México: MC Graw Hill Education.

Huanca Báez, J (2016). “*Asociación entre las redes sociales de internet y trastorno de ansiedad en adolescentes de dos academias preuniversitarias de la ciudad de Arequipa*” (Tesis de licenciatura, Universidad nacional de San Agustín).
<http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/3464/MDhubaj.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2020). Estadísticas de las Tecnologías de Información y Comunicación en los Hogares. <https://www.inei.gob.pe/biblioteca-virtual/boletines/tecnologias-de-la-informaciontic/1/>

Martínez Carrillo, J.C. (2020). *Adicción a las redes sociales - internet y conductas disociales en adolescentes del distrito de Comas, 2020* (Tesis de licenciatura, Universidad Cesar Vallejo).
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/47735/Martinez_CJC-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Miña, O. L., Dunia, R.N., Pérez, Z., García, C. (2018). Consideraciones sobre las adicciones en la formación del profesional de Ciencias Médicas. *Revista Médica Electrónica*, 40(2), 513-520.

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S168418242018000200027&lng=es&tlng=es.

Moreno Primo, G. (2021) *Adicción a las redes sociales y ansiedad en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana, 2021* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú].

<https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/1949/Moreno%20Primo%2C%20Geraldine%20Sofia.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2022, 8 de junio) *Trastornos Mentales*

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>

Otero, F., Picoy, P. (2021) *Asociación de adicción a las redes sociales y consecuencias en la salud mental en estudiantes de medicina humana de la universidad Ricardo Palma 2021* [Tesis de Pregrado, Universidad Ricardo Palma]. Repositorio Universidad Ricardo Palma.

[T030_72405926_T_OTERO_CARRILLO_FIORELLA_ALLISON \(1\).pdf \(4.975Mb\)](https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/1030_72405926_T_OTERO_CARRILLO_FIORELLA_ALLISON_(1).pdf).

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

UCV. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/38323/Portal_RMZ.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Portillo Reyes, V. (2021). Relación del uso de redes sociales con la autoestima y la ansiedad en estudiantes universitarios. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 3(1), 139-149.

<http://cathi.uacj.mx/20.500.11961/19171>

- Quevedo, R. C., Ponce, D.A. (2023) Adicción a las redes sociales y estado de ánimo en estudiantes universitarios. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*.4 (2), 23-67
<https://latam.redilat.org/index.php/lt/article/view/763/1034>
- Ramírez, M. L., Ceja O. S., Sánchez, E, M. (2018). Las redes sociales potencializan u obstaculizan el desarrollo educativo de los jóvenes en la Ciudad de Puebla. *Repositorio De La Red Internacional De Investigadores En Competitividad*, 11, 1106–1118.
<https://www.riico.net/index.php/riico/article/view/1493>
- Rodríguez A. S., Borges P. L., Barboza Z. M. y Leira P. L. (2020). ¿Cómo influyen las redes sociales en la salud mental? SMAD. *Revista electrónica salud mental alcohol y drogas*, 16(1), 1–3. <https://doi.org/10.11606/issn.1806-6976.smad.2020.0089>
- Soriano C, J. (2019). *Impulsividad y adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad nacional de Ica, 2019* [Tesis de licenciatura, Universidad Cesar Vallejo, Ica.]
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/36796/Soriano_CJA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Zabala, S. (2021). *Ansiedad, síntomas de adicción a las redes sociales y procrastinación en adolescentes de colegios públicos de Villavicencio* (Tesis de licenciatura, Universidad Santo Tomas, Villavicencio).
<https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/33756/2021sarazabala.pdf?sequence=6&isAllowed=y>
- Zavala, R. E. (2018). La adicción y ansiedad vinculadas a las tecnologías de la información y comunicación, incidencia en la calidad de vida de los estudiantes. *Científica*, 22(1), 29–39.

ANEXOS

Instrumento 1

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

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

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

Instrumento 2
**TEST DE ANSIEDAD DE ZUNG
 PROTOCOLO DEL INSTRUMENTO ORIGINAL**
Instrucciones

Marque con una X en el espacio correspondiente según como usted se haya sentido durante la última semana.

No.	Items	Nunca o casi nunca	A veces	Con bastante frecuencia	Siempre o casi siempre
1	Me siento más nervioso(a) y ansioso(a) que de costumbre.				
2	Me siento con temor sin razón.				
3	Despierto con facilidad o siento pánico.				
4	Me siento como si fuera a reventar y partirme en pedazos.				
5	Siento que todo está bien y que nada malo puede sucederme.				
6	Me tiemblan los brazos y las piernas.				
7	Me mortifican dolores de cabeza, cuello o cintura.				
8	Me siento débil y me canso fácilmente.				
9	Me siento tranquilo(a) y puedo permanecer en calma fácilmente.				
10	Puedo sentir que me late muy rápido el corazón.				
11	Sufro de mareos.				
12	Sufro de desmayos o siento que me voy a desmayar.				
13	Puedo inspirar y expirar fácilmente.				
14	Se me adormecen o hinchan los dedos de las manos y pies.				
15	Sufro de molestias estomacales o indigestión.				
16	Orino con mucha frecuencia.				
17	Generalmente mis manos están secas y calientes.				
18	Siento bochornos.				
19	Me quedo dormido(a) con facilidad y descanso bien durante la noche.				
20	Tengo pesadillas.				

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLES		METODOLOGIA
PROBLEMA GENERAL	OBJETIVO GENERAL	HIPOTESIS GENERAL	VARIABLES	DIMENSIONES	
¿Cuál es la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad en universitarios de primer ciclo de la carrera de psicología en la Universidad Privada del Norte Lima Este 2021?	Determinar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad en una muestra de universitarios de primer ciclo de la carrera de psicología en la Universidad Privada del Norte Lima Este.	Existe una relación significativa entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad en los universitarios de primer ciclo de la carrera de psicología en una universidad Privada, en el período 2021	ADICCION A LAS REDES SOCIALES	Obsesión por las redes sociales	Enfoque de Investigación: Cuantitativo
PROBLEMAS ESPECIFICOS 1	OBJETIVO ESPECIFICO 01	HIPOTESIS ESPECIFICO 01		Falta de control personal en el uso de las Redes Sociales	Nivel / Tipo de investigación: Básico Correlacional
¿Cuál es la relación entre la adicción y la ansiedad afectiva en universitarios de primer ciclo de la carrera de psicología en la Universidad Privada del Norte Lima Este 2021?	Determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad afectiva en los universitarios de 1er ciclo de la carrera de psicología	Existe relación entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad afectiva en los universitarios de 1er ciclo de la carrera de psicología		Uso excesivo de las redes sociales	Diseño de investigación: No experimental Transversal
PROBLEMA ESPECIFICO 02	OBJETIVO ESPECIFICO 02	HIPOTESIS ESPECIFICO 02			Población: Estudiantes de 1er ciclo de la carrera de psicología
¿Cuál es la relación entre la adicción y la ansiedad somática en universitarios de primer ciclo de la carrera de psicología en la Universidad Privada del Norte Lima Este 2021?	Determinar la relación entre si la adicción a las redes sociales y la ansiedad somática en universitarios de 1er ciclo de la carrera de psicología.	Existe relación entre si la adicción a las redes sociales y la ansiedad somática en universitarios de 1er ciclo de la carrera de psicología.	ANSIEDAD	Afectivos	Muestra: 80 participantes
				Somáticos (Fisiológicos)	Instrumentos de recolección de Datos Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS)

					Escala de Ansiedad de Zung
--	--	--	--	--	----------------------------

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	ESCALA	NIVELES
ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES	La adicción a redes sociales es una adicción psicológica que tiene como característica principal, presentar comportamientos repetitivos que en un inicio resultan placenteros, pero cuando se establecen como hábitos, se dan estados de necesidad que no pueden ser controlados, lo cual se asocia a los altos niveles de ansiedad.	Escala Adicción a las redes sociales (ARS) Validada por Escurra y Salas en el 2014 , Escala Tipo Likert	Obsesión por las redes sociales	Necesidad de pasar tiempo en las RS	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales	Escala de Likert	
				Necesidad de pasar tiempo en las RS para sentirse satisfecho	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.		
				Falta de interés por otras cosas que no sean las RS	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales		
				Cambios de ánimos al no estar conectado	Me pongo malhumorado si no puedo conectarme a las redes sociales		
				Ansiedad ante la falta de RS	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales	S = SIEMPRE	
				Poder estar desconectado de las RS por varios días	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.		
				Estar pensando continuamente en las RS a pesar de estar en otras actividades	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales		
				Relaciones interpersonales afectadas por el uso de las RS	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales		

				Llamadas de atención ante el uso de las RS	Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.				
				Sensación de aburrimiento en clase ante la falta del uso de las RS en horas de clase	Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido (a)				
		Falta de Control Personal en el Uso de las Redes Sociales		Estar conectado a las RS todo el tiempo	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales	CS = CASI SIEMPRE			
				Interés constante por los acontecimientos en las RS	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales				
				Actitud de querer controlar el uso de las RS	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes				
				Fracaso ante la actitud de querer dejar de hacer uso constante de las RS	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales	AV = ALGUNAS VECES			
				Descuidos de las tareas del colegio por estar conectado a las RS	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales				
				Estar consciente del uso frecuente e intenso de las RS	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social				
		Uso excesivo de las redes sociales		Necesidad de permanecer conectado a las RS	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales			RV = RARAS VECES	
				Satisfacción ante el uso de las RS	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja				

				Perdida de la noción del tiempo ante el uso de las RS	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.	N = NUNCA	
				Uso de la RS más de lo planeado	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado		
				Inversión de mucho tiempo en conectarse y desconectarse de las RS	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales		
				Permanencia de periodos largos en las RS	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales		
				Estar atento a las notificaciones de las RS	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.		
				Uso de la RS en horas de clase	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes		

ANSIEDAD	Según Rachman en 1984, deduce que la ansiedad es un mecanismo de defensa ante alguna situación compleja que pueda estar pasando. Según Spielberger en 1984 define a la ansiedad como una reacción emocional ante diversas situaciones complejas despertando tensión y preocupación.	Escala de Autoevaluación de Ansiedad (EAA) Validada por Astocondor en el 2001, Escala Tipo Likert	Afectivos	Ansiedad	1. Me siento más nervioso(a) y ansioso(a) que de costumbre	Escala de Likert	No hay ansiedad presente (0 a 45)
				Miedo	2. Me siento con temor sin razón.		
				Angustia	3. Me despierto con facilidad o siento pánico sin razón		
				Desintegración Mental	4. Me siento como si fuera a reventar y partirme en pedazos.		

				Aprehensión	5. Siento que todo está bien y que nada malo puede sucederme.	NUNCA O CASI NUNCA	Presencia de ansiedad mínima (45 a 59)	
				Temblores	6. Me tiemblan los brazos y las piernas.			
				Molestia y Dolores corporales	7. Me mortifican dolores de cabeza, cuello o cintura.			
			Somáticos (Fisiológicos)	Tendencia a la fatiga. Debilidad	8. Me siento débil y me canso fácilmente.	A VECES	Presencia de ansiedad severa (60 a 74)	
					Inquietud			9. Me siento tranquilo(a) y puedo permanecer en calma fácilmente.
					Palpitaciones			10. Puedo sentir que me late muy rápido el corazón.
					Vértigo			11. Sufro de mareos.
					Desmayos			12. Sufro de desmayos o siento que me voy a desmayar.
					Disnea			13. Puedo inspirar y espirar fácilmente.
					Parestesias	14. Se me adormecen o hincan los dedos de las manos y pies.	CON BASTANTE FRECUENCIA	Presencia de ansiedad en grado máximo (75 a más)
					Náuseas y Vómitos	15. Sufro de molestias estomacales o indigestión.		
					Micción frecuente	16. Orino con mucha frecuencia.		
					Sudoración	17. Generalmente mis manos están secas y calientes.	SIEMPRE O CASI SIEMPRE	Presencia de ansiedad en grado máximo (75 a más)
					Rubor facial	18. Siento bochornos.		
					Insomnio	19. Me quedo dormido(a) con facilidad y descanso bien durante la noche.		
					Pesadillas	20. Tengo pesadilla.		