

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

CARRERA DE **PSICOLOGÍA**

“NOMOFOBIA Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES
DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA EN UNA
UNIVERSIDAD DE LIMA NORTE, 2024”

Tesis para optar al título profesional de:

Licenciado en Psicología

Autores:

Jonels Guillermo Cotos Cossio

Emily Mariel Diaz Alarcon

Asesor:

Dr. Jorge Alberto Flores Morales

<https://orcid.org/0000-0002-3678-5511>

Lima - Perú

2024

JURADO EVALUADOR

Jurado 1 Presidente(a)	CLAUDIA KARINA GUEVARA CORDERO
	Nombre y Apellidos

Jurado 2	CLAUDETT MERCEDES ANGELES DONAYRE
	Nombre y Apellidos

Jurado 3	JORGE ALBERTO FLORES MORALES
	Nombre y Apellidos

INFORME DE SIMILITUD



Página 2 of 46 - Integrity Overview

Identificador de la entrega trn:oid::1:3244766835

18% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.




Filtered from the Report

- ▶ Bibliography
- ▶ Quoted Text
- ▶ Cited Text
- ▶ Small Matches (less than 8 words)

Exclusions

- ▶ 43 Excluded Matches

Top Sources

- 17%  Internet sources
- 3%  Publications
- 7%  Submitted works (Student Papers)

Integrity Flags

0 Integrity Flags for Review

No suspicious text manipulations found.

Our system's algorithms look deeply at a document for any inconsistencies that would set it apart from a normal submission. If we notice something strange, we flag it for you to review.

A Flag is not necessarily an indicator of a problem. However, we'd recommend you focus your attention there for further review.

DEDICATORIA

Dedicamos este trabajo de investigación a nuestras familias por su constante apoyo en nuestra formación académica y siempre haber apostado por nosotros aún en situaciones complicadas. También a la Universidad Privada del Norte, por brindarnos una educación de calidad y las herramientas necesarias para nuestra formación.

AGRADECIMIENTO

Agradecemos a todos los profesores que estuvieron implicados en nuestra formación profesional ya que con su constante apoyo fue posible llegar a cumplir nuestros objetivos académicos. Así mismo agradecer a nuestras familias por el apoyo emocional durante la realización de este trabajo.

Tabla de contenido

JURADO EVALUADOR	2
INFORME DE SIMILITUD	3
DEDICATORIA	4
AGRADECIMIENTO	5
TABLA DE CONTENIDO	6
ÍNDICE DE TABLAS	7
ÍNDICE DE FIGURAS	8
RESUMEN	9
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN	10
CAPÍTULO II: METODOLOGÍA	18
CAPÍTULO III: RESULTADOS	22
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	26
REFERENCIAS	30
ANEXO	1

Índice de tablas

Tabla 1 Nivel de nomofobia en estudiantes universitarios de psicología.....	22
Tabla 2 Nivel de ansiedad en estudiantes universitarios de psicología	23
Tabla 3 Prueba de normalidad o de bondad de ajuste.....	¡Error! Marcador no definido.
Tabla 4 Relación entre nomofobia y ansiedad en estudiantes universitarios....	24
Tabla 5 Relación entre nomofobia y la dimensión sintomatología afectiva de ansiedad en estudiantes universitarios.....	24
Tabla 6 Relación entre nomofobia y la dimensión sintomatología somática de ansiedad en estudiantes universitarios.....	¡Error! Marcador no definido.

Índice de figuras

Figura 1 Diagrama del diseño correlacional.....	18
---	----

RESUMEN

Esta investigación tiene el objetivo principal de determinar la relación entre la nomofobia y ansiedad en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad de Lima Norte. El estudio realizado tiene enfoque cuantitativo, de tipo básico, diseño no experimental transversal, correlacional. La muestra se compuso por 250 estudiantes universitarios y se aplicó el Inventario de Nomophobia Questionnaire (NMP-Q) así como la Escala de Ansiedad de Zung (EAA), adaptadas al contexto peruano. Como resultado se encontró la existencia de relación significativa positiva entre Nomofobia y la dimensión temor de ansiedad ($p = 0.000$) y de fuerza de relación aceptable ($>.70$). De igual manera se halló la existencia de correlación significativa entre Nomofobia y la dimensión evitación de ansiedad (significancia $.000$) y fuerza de relación aceptable ($>.70$).

PALABRAS CLAVES: móvil, internet, nomofobia, universitarios, adicción.

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

1.1 Realidad problemática

En la actualidad, la tecnología está presente en la mayoría de las actividades que realizamos, desde el uso de los celulares para realizar llamadas hasta llevar a cabo una investigación científica. Es evidente que la nomofobia es un fenómeno cada vez más relevante dentro de nuestra sociedad actual y refleja así el creciente papel que los dispositivos móviles juegan en nuestras vidas, tomando en cuenta que nos está volviendo cada vez más dependientes de un dispositivo electrónico.

De igual forma, la Organización de las Naciones Unidas (ONU). Menciona que, en el año 2023, el 79% de los jóvenes de entre 15 y 24 años, tienen acceso a internet. Los niños también pasan más tiempo conectados y a edades cada vez más tempranas. Todo esto ha generado que tanto jóvenes como niños aprendan, socialicen e incluso jueguen de manera online.

Los países de la Unión Europea a través del Instituto Nacional de Estadística (INE), se pudo obtener que en la población española un 94,5% entre 16 a 74 años utilizó internet en 2022, lo cual equivale a 33,5 millones de usuarios. Además en los datos estadísticos planteados obtenidos en el año 2023, se puede apreciar el incremento del uso del internet en los últimos meses en el año 2023 es más alto en España con un 95,3% en mujeres y 95,6% en varones que en los países pertenecientes a la Unión Europea 91,7% en mujeres y 91,1% en varones.

Un estudio realizado en Durango, México en el año 2022 realizado por Barraza & Chavira, se obtuvo como resultado que de 251 participantes, más del 80% de los encuestados experimentaron temor a perder su teléfono móvil. Sin embargo, solo el 2,4% de la población presenta un nivel específico de nomofobia. Además, se identificó que las mujeres, los jóvenes y aquellos cuya actividad principal es el estudio son los grupos que muestran una mayor preocupación o miedo por perder su celular.

Asimismo, los datos del Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) del Perú en el año 2023 nos menciona que la mayor población que suele usar más los dispositivos electrónicos son los jóvenes entre 19 a 24 años con un

93,9%, luego le siguen los adultos entre los 25 a 40 años con un 88,9%, continuando con los adolescentes entre 12 a 18 años con un 83,4% y por último los adultos entre 41 a 59 años con un 75,2% de población.

Existen diversos tipos de tecnologías innovadoras que aportan en la sociedad, dando provecho la facilidad de diversas actividades en la vida de los jóvenes, otorgando muchos beneficios como la intercomunicación con otras personas sin problema alguno con la distancia en que se encuentran, así como, también dicha tecnología ha estado desencadenando diversos problemas psicológicos en la población por el uso incorrecto.

A nivel Internacional en la India, Kaur et al.(2021). realizaron una investigación de enfoque descriptiva y correlacional, cuyo objetivo fue evaluar la prevalencia de la nomofobia y su relación con la variable ansiedad por interacción social en universitarios. La muestra estuvo conformada por 209 estudiantes. Se concluyó que existe una relación significativa entre la Nomofobia, las áreas de estudio, niveles de ingresos, situaciones laborales, tiempo y la edad en la que adquieren dispositivos.

Asimismo, Díaz & Extremera (2020). Realizaron una investigación de enfoque cuantitativo en España. Con el objetivo de estudiar la relación de las variables adicción al smartphone, inteligencia emocional y malestar psicológico con los niveles de nomofobia, y el nivel de cada variable para medir la fobia a estar sin los smartphones. La muestra estuvo conformada por 312 personas. Se concluyó que en los trabajos de investigación que se realicen con respecto a la nomofobia, deberían enfocarse en las habilidades emocionales como la salud mental y las estrategias preventivas de uso de los Smartphones.

También Braña & Moral (2022) realizaron un estudio de enfoque descriptivo correlacional en España. El cual tuvo como objetivo analizar la relación entre las manifestaciones de nomofobia y FoMO junto con la sintomatología ansiosa. La muestra fue de 255 jóvenes Se llegó a la conclusión que a mayor ansiedad se experimenta más miedo a perder o de estar sin el teléfono móvil y que las mujeres tienden a presentar mayor grado de nomofobia, fomo y ansiedad a comparación de los hombres.

Además, Corrales et. al (2022) realizaron una investigación de enfoque cuantitativo en Cuba. Con el objetivo de explicar el comportamiento adictivo de los estudiantes por los dispositivos móviles y la presencia de nomofobia en dichos jóvenes. La muestra fue de 40 estudiantes. Concluyendo que son muy dependientes de la tecnología y les preocupa no tener su teléfono inteligente cerca.

En cuanto a los antecedentes a nivel nacional en Lima, tenemos a Pastor (2021) que realizó su investigación de enfoque descriptivo correlacional. El cual tuvo como finalidad determinar la relación entre la ansiedad, el estrés y la nomofobia en una población de estudiantes, La muestra por la estuvo conformada fue de 267 estudiantes. Llegando a la conclusión de que existe una correlación muy baja, tanto negativa como positiva, pero no significativa entre la ansiedad, estrés y nomofobia.

Asimismo, Gutierrez & Meza.(2024) realizaron una investigación de enfoque cuantitativo en Trujillo. Donde tuvieron como objetivo determinar la relación entre nomofobia y estrés académico en estudiantes de ingeniería civil. Con una muestra de 318 participantes. Llegando a la conclusión que si existe una conexión significativa entre la dependencia al móvil (Nomofobia) y el estrés académico en los estudiantes. Asimismo, aquellos que tienen una dependencia moderada al celular, tienden a experimentar más estrés.

Igualmente, Pizarro (2022) en su investigación de enfoque cuantitativo analítico en Cusco. El objetivo de dicha investigación fue determinar la nomofobia y ansiedad en los estudiantes de la universidad nacional de San Antonio Abad. La muestra por la cual estuvo conformada fue de 444 estudiantes. Se llegó a la conclusión que el nivel de nomofobia es moderado y el nivel de ansiedad es leve. Existe una relación estadísticamente significativa entre la nomofobia y ansiedad

También Quispe (2023) llevó a cabo una investigación de tipo descriptivo correlacional en Arequipa. El objetivo del estudio fue determinar la relación entre la depresión, ansiedad y estrés con la nomofobia en estudiantes preuniversitarios. La muestra fue de 200 estudiantes. Concluyendo que existe una relación altamente significativa entre la depresión y la nomofobia, la ansiedad y la nomofobia, así como el estrés y la nomofobia en los estudiantes preuniversitarios.

Referente a las precisiones conceptuales, en cuanto a la variable nomofobia es un constructo que ha llegado a tomar impacto cada vez más entre los autores e investigadores entre ellos tenemos a Yildirim & Correia (2015) la definen como un fenómeno propio de la era digital moderna, originado por la interacción constante entre las personas y el uso habitual de tecnología, como los teléfonos móviles. Así como también para Valdiviezo et.al (2025) considera que es un problema que afecta cada vez más a la sociedad actual, se refiere a la nomofobia como el miedo irracional de no poder usar el teléfono móvil, lo que puede manifestarse en la ansiedad por perder el dispositivo, quedarse sin batería o no tenerlo.

En cuanto las dimensiones de la nomofobia, se utilizó la técnica estadística llamada Análisis de Componentes Principales (ACP) con rotación varimax para ver cómo se relacionaban diferentes ítems entre sí. Los investigadores encontraron que era correcto usar esta técnica porque los elementos estaban bastante relacionados. El análisis resultante mostró cuatro factores principales: El primer factor se denominó "No poder comunicarse", el cual se refiere a la angustia o malestar experimentado ante la imposibilidad de mantener la comunicación instantánea con otras personas o no poder usar los servicios que lo permiten a través del móvil. El segundo factor, "La pérdida de la conexión", sensación de frustración ante la restricción significativa de las diferentes plataformas digitales. El tercer factor, "No poder acceder a la información", resalta la función del teléfono inteligente como una extensión cognitiva, donde la pérdida de acceso a la información se percibe como una limitación de las propias capacidades y una barrera para la eficiencia y la toma de decisiones informadas. Finalmente, el cuarto factor, "Renunciar a la comodidad", se entiende como el malestar experimentado al no poder utilizar el teléfono inteligente para actividades de ocio, entretenimiento y la gestión de tareas cotidianas que facilitan la vida (Yildirim & Correia, 2015).

Las características que definen la nomofobia incluyen: el uso excesivo del celular y la necesidad de tener más tiempo, lo que lleva a considerar el cargador como un complemento necesario. También se menciona la sensación de nerviosismo y ansiedad ante la idea de extraviar el celular o de no tener señal. Otra característica es la necesidad constante de revisar la pantalla del celular para

ver si hay mensajes o llamadas, manteniendo el dispositivo siempre encendido durante todo el día, incluso al dormir. La ausencia de interacción con personas del entorno cercano genera estrés y ansiedad, y se prefiere comunicarse de forma virtual. Además, se puede llegar a endeudarse por el uso del móvil (Bragazzi & Del Puente, 2014).

La adicción conductual y la química presentan síntomas comunes, como la saliencia (priorización extrema de la actividad), cambios de humor, tolerancia, síndrome de abstinencia, conflicto interpersonal y recaída (Mark D. Griffiths, 2005). Basándose en el modelo de adicción biopsicosocial, se plantea que las adicciones, sean a sustancias o conductuales, comparten una etiología similar, lo que permite abordar su tratamiento de manera integrada y modificar la percepción social.

La ansiedad es un estado de alerta que nos hace sentir tensos, nerviosos o inseguros, y se puede evidenciar tanto física como psicológicamente. Aunque todos los sentimientos en algún momento, cuando es excesivo o constante, puede dificultar la vida diaria. Es una respuesta natural, aunque si no se maneja de la manera adecuada, puede convertirse en un problema (Expósito et al., 2024).

Desde una perspectiva conductista, se define la ansiedad como un estado emocional y físico en el que el individuo se mantiene en alerta ante una amenaza percibida, ya sea psicológica o física. En esta situación, la persona moviliza su energía para afrontar o evitar el peligro, manifestando síntomas como temor, tensión e inseguridad (William Zung, 1971). La escala de ansiedad de Zung considera ítems con orientación positiva si describen características propias de la ansiedad y negativa si reflejan estados opuestos, evaluando tanto dimensiones afectivas (psicológicas) como somáticas (físicas). La ansiedad puede presentarse en distintos grados y frecuencias, desde niveles normales hasta patológicos. No obstante, la distinción entre ambas formas no es absoluta, sino que existe un continuo. Cierta dosis de ansiedad es necesaria para la adaptación y defensa del organismo, ya que activar permite respuestas rápidas ante posibles riesgos, evitando un estado de pasividad perjudicial.

Para (De la Ossa et al., 2009) la ansiedad se descompone en dos dimensiones: La primera, "Síntomatología Afectiva o Emocional", abarca

procesos mentales disfuncionales, pensamientos negativos, dificultad para mantener la concentración y malestar emocional. La segunda, “Sintomatología Somática o fisiológica”, implica la activación del sistema nervioso autónomo, lo que se traduce en una variedad de síntomas físicos desagradables como: palpitaciones, sudoración, temblores, tensión muscular y alteraciones gastrointestinales, evidenciando la íntima conexión entre la experiencia psicológica y las respuestas fisiológicas inherentes al estado ansioso.

La ansiedad puede generar consecuencias significativas tanto físicas como psicológicas. Físicamente, sus síntomas pueden derivar en enfermedades cardiovasculares, neurológicas y respiratorias, además de causar malestares como insomnio, cefaleas y fatiga. Un nivel psicológico, provoca inseguridad, aislamiento, baja autoestima y puede desencadenar trastornos como depresión, pánico u obsesiones. Una autoestima sólida actúa como un factor protector que ayuda a afrontar mejor la ansiedad (Dávila, 2018).

Según la teoría de ansiedad de Beck, las personas ansiosas suelen percibirse como vulnerables o incapaces, considerar el entorno como hostil e impredecible y anticipar el futuro como amenazante o lleno de dificultades. La ansiedad se manifiesta a nivel físico (palpitaciones, sudoración, temblores) y psicológico (preocupación, miedo, irritabilidad), resultado de la activación del sistema nervioso ante una amenaza real o imaginaria (Virues, 2005).

1.2. Formulación del problema

Pregunta general: ¿Cuál es la relación entre nomofobia y ansiedad estudiantes universitarios de la carrera de psicología en una universidad de Lima Norte, 2024?

1.3. Objetivos

Objetivo general:

Determinar la relación entre nomofobia y ansiedad en estudiantes universitarios de la carrera de psicología en una universidad de Lima Norte, 2024.

Objetivos específicos:

Determinar la relación entre nomofobia y la dimensión sintomatología somática en estudiantes universitarios de la carrera de psicología en una universidad de Lima Norte, 2024.

Determinar la relación entre nomofobia y la dimensión sintomatología afectiva en estudiantes universitarios de la carrera de psicología en una universidad de Lima Norte, 2024.

1.4. Hipótesis

Existe relación significativa directa entre nomofobia y ansiedad en estudiantes universitarios de la carrera de psicología en una universidad de Lima Norte, 2024.

En referencia a la Justificación teórica Este estudio es importante porque ayuda a comprender mejor cómo la nomofobia y la ansiedad afectan a los estudiantes universitarios, especialmente en esta época donde el uso del celular es casi constante. En este sentido, la presente investigación aporta al cuerpo teórico al analizar ambas variables con base en enfoques y marcos conceptuales reconocidos, lo que permitirá reforzar el conocimiento científico y ofrecer fundamentos sólidos para futuras investigaciones en el ámbito clínico y educativo.

La Justificación práctica, desde el lado práctico, esta investigación es valiosa porque permite identificar cómo se manifiestan la nomofobia y la ansiedad en los estudiantes de psicología. Nos ayuda a entender qué factores están causando estos problemas y cómo afectan en su día a día. Además, teniendo en cuenta que muchos estudiantes han incrementado el uso de las diferentes plataformas digitales desde la pandemia y que el celular es una herramienta constante, este trabajo puede ayudar a crear programas que promuevan un uso más equilibrado del celular y que fortalezcan la salud mental.

En cuanto a la justificación metodológica, se usarán cuestionarios psicológicos que ya han sido validados y que permiten obtener resultados claros y confiables sobre nomofobia y ansiedad. Estos instrumentos ayudan a medir con precisión lo que se quiere investigar. Las pruebas serán aplicadas a estudiantes de psicología, ya que se observó que es una población con alta exposición a la tecnología y también con formación en salud mental.

Con estos datos se podrá analizar de manera objetiva la relación entre ambas variables, y así brindar información útil para futuras investigaciones y posibles soluciones.

CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

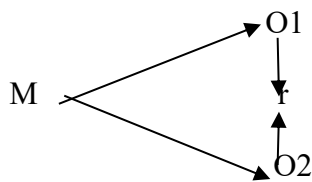
Para este estudio se usó el enfoque de investigación cuantitativo, ya que se examinan los datos obtenidos con métodos estadísticos y se derivan conclusiones sobre las hipótesis planteadas. (Hernández et.al, 2014).

El alcance de esta investigación fue correlacional, debido a que se pretende hallar explicaciones mediante la relación entre variables, sin que exista manipulación de ellas, (Hernández et.al., 2014).

El estudio tiene el corte de investigación transversal, porque se analiza los datos de las variables tomadas en un determinado tiempo sobre una población muestra, (Rodriguez & Mendivelso, 2018).

Este trabajo de investigación es diseño no experimental correlacional. Se refiere a transversal , porque no son manipuladas las variables. , sino que se efectúa en base a la observación de alguna variable o fenómeno ya existentes en su contexto natural, (Cabezas et.al., 2018) . Es correlacional porque busca interactuar las variables de estudio.

Figura 1: Diagrama del diseño correlacional



M: Estudiantes universitarios

O1: Nomofobia

R: Relación entre las variables

O2: Ansiedad

Asimismo, la población estuvo conformada por 463 estudiantes de una universidad privada de Lima Norte, la cual según López (2004), define a la población como un conjunto de personas de los que se desea conocer algo en una investigación.

El tamaño de la muestra se calcula usando una fórmula matemática que considera las variables, el número de participantes y el poder estadístico (García et.al., 2013). La muestra de estudio estuvo conformada por 211 estudiantes universitarios, la cual nos

ayudará a entender cuántos estudiantes son suficientes para detectar diferencias entre los grupos si realmente existen.

Con respecto al tipo de muestreo utilizado, fue no probabilístico por conveniencia, el cual tiene como objetivo analizar cómo se distribuye una variable en la población y comparar esa distribución con la de la muestra que está siendo estudiada (Otzen & Manterola, 2017).

Los criterios de inclusión considerados, para los participantes fueron los siguientes: estudiantes de ambos sexos, pertenecer a una universidad privada de Lima, participar de forma voluntaria, matriculados y activos únicamente en el 9no y 10mo ciclo de la carrera de psicología que se encontraron cursando el semestre académico 2024-II, y que hayan llenado adecuadamente la encuesta y el consentimiento informado. Como criterios de exclusión se establecieron: Egresados, estudiantes universitarios inscritos del 1er al 8vo ciclo, que se encuentren estudiando otras carreras, estudiantes que presenten alguna limitación física o mental que les impida responder o participar en la investigación, estudiantes que no hayan brindado su consentimiento informado y aquellos estudiantes que hayan dejado preguntas sin responder.

La técnica de recolección de datos empleada fue la encuesta, aplicada en un momento específico y dirigida a una población determinada. Según Quispe & Sánchez (2011) mencionan que la encuesta es un método de investigación donde se elaboran cuestionarios o se realizan entrevistas, ya sea de forma virtual o escrita, dirigidos a una población específica. El objetivo es recopilar datos para obtener información que nos ayude a comprender la realidad y formular hipótesis. Se empleó como instrumento el cuestionario, el cual de acuerdo con Meneses (2016) es una técnica de evaluación que permite recoger información durante el trabajo de campo de algunas investigaciones. Se diferencia de las entrevistas porque es menos personal y profunda al no ser cara a cara, es más fácil de aplicar, especialmente cuando las personas a encuestar están lejos o dispersas. Su objetivo es obtener datos de manera estructurada sobre las variables a investigar y sobre una muestra de personas.

Para la medición se empleó el Nomophobia Questionnaire (NMP-Q). Dicho instrumento fue validado en España por González et.al. (2017). Posteriormente adaptado al contexto peruano por Vargas & Ramírez (2018)

Con el objetivo de identificar los aspectos de nomofobia en los estudiantes. La validez estimada durante el desarrollo del instrumento, fue obtenida a través del método de juicio de expertos. Se contó con 10 jueces, cada uno realizó un análisis minucioso de los ítems incluidos en el cuestionario. Para este proceso se utilizó el coeficiente V de Aiken, mostrando una V total de 0,94.

En cuanto a la confiabilidad, se utilizó el índice de Consistencia Inter Alpha de Cronbach, el cual arrojó resultados que indican una alta consistencia interna en cada uno de los ítems del cuestionario. Los ítems con el puntaje más bajo de confiabilidad fue .937 correspondiente a los ítems 11 y 12 de la dimensión no comunicarse (NPC), mientras que los ítems con mayor puntaje de confiabilidad fueron 1 y 2, correspondientes a la dimensión no ser capaz de acceder a la información (NCI), con una confiabilidad de .942.

Por otra parte, se empleó la Escala de Ansiedad de Zung (EAA). Dicho instrumento fue desarrollado por Zung (1965) y posteriormente adaptado al contexto peruano por Astocondor (2001) cuyo objetivo es describir los niveles de ansiedad, identificando la ansiedad como trastorno emocional y cuantificando la magnitud sin considerar las causas que la originan. La validez del instrumento, fue obtenida a través del método de juicio de expertos, se contó con 10 especialistas, incluyendo clínicos, sociales y comunitarios. Se aplicó el Coeficiente V de Aiken, que mostró que los ítems muestran un valor superior a 0,8. En cuanto a la confiabilidad, se obtuvo como resultado de Coeficiente Alfa de Cronbach de 0.7850, lo que indica una adecuada consistencia interna (Colán, 2020).

Para el procedimiento de la recolección de los datos de la presente investigación primero se llevó a cabo una búsqueda de la población para ser seleccionada como muestra en una universidad privada de Lima, luego se realizó la consulta respectiva por medio del correo electrónico al coordinador de carrera para tener conocimiento de la cantidad de estudiantes de psicología de 9no a 10mo ciclo inscritos en el ciclo académico 2024-II. Posteriormente se elaboró un consentimiento informado para la aplicación de los instrumentos de investigación a los universitarios participantes. Después se adaptó estos instrumentos de investigación Nomophobia Questionnaire (NMP-Q) y Escala de Ansiedad de Zung (EAA), junto al consentimiento a una encuesta virtual en la plataforma Google Forms, de esta manera, mediante un link se permite el acceso para poder aplicarse de forma virtual. El proceso de aplicación del instrumento se proyectó a un mes de tiempo

para la aplicación de este instrumento para poder aplicar de manera ordenada y con tiempo a la totalidad de la muestra. Previamente al desarrollo, se solicitó al coordinador de carrera la carta de autorización del uso de información de empresas o instituciones para poder llevar a cabo las encuestas dentro de la universidad.

La aplicación fue mediante encuestas virtuales, iniciando con una breve explicación del propósito de la evaluación y garantizando el anonimato de los participantes. Es decir, los estudiantes universitarios pudieron participar desde sus dispositivos móviles de manera voluntaria, libre e incógnita. Finalmente, al concluir con la encuesta se verificó que los cuestionarios estuvieran llenados correctamente. Los datos recopilados de los participantes fueron organizados en un archivo de Excel el cual se procedió a codificar para ser exportado al programa IBM SPSS en la versión 28 para facilitar el manejo de las cantidades, calificación y obtención de puntajes. Por otro lado, se utilizaron herramientas virtuales tales como: Microsoft Word, Google Drive, Manual APA 7ma edición y acceso a internet.

Teniendo en cuenta los aspectos éticos en esta investigación, se priorizaron los lineamientos de las normas APA, citando a los autores y respetando sus nombres. Con respecto al código de ética y deontología del Colegio de Psicólogos del Perú aprobado con la resolución del Consejo Directivo Nacional N° 190-2018-CDN-C.PS.P, en el art. N°24 se menciona, que el psicólogo debe tener presente que toda investigación en seres humanos debe necesariamente, contar con el consentimiento informado de los sujetos comprendidos. Por esa razón los resultados de los test realizados por cada participante están en base de confidencialidad, ya que solo tienen el fin académico, de este modo siendo de carácter anónimo, siendo confirmados por el consentimiento informado del test propuesto, cumpliendo así con los aspectos más importantes del desarrollo de esta investigación. De acuerdo con el Código de Ética para la Investigación Científica en UPN aprobado con la resolución Rectoral N° 028-2024-UPN del 06 de mayo de 2024, en el art N°4 menciona, que el investigador UPN mantendrá en total reserva los datos personales de las personas que participan en la investigación, bajo el precepto de confidencialidad y tratamiento de la información, así como en el análisis y en la difusión de sus resultados.

CAPÍTULO III: RESULTADOS

En este capítulo se dan a conocer los resultados obtenidos a partir de la recolección de datos obtenida sobre las variables de Nomofobia y Ansiedad en jóvenes universitarios de noveno y décimo ciclo de la Universidad Privada del Norte 2022, relacionados con respecto al tema propuesto. Después de completar los formularios, los participantes indicaron a través de sus respuestas si experimentan nomofobia o ansiedad en diferentes ambientes y contextos, además de demostrar cómo esto afecta en su vida cotidiana. Para sustentar todo esto, se ha llevado a cabo mediante las siguientes tablas y datos para comprobar la normalidad que se ha aplicado a ambos formularios, de los cuales se mostrarán primero para determinar la validez estadística utilizada en las variables correlacionadas. En segundo lugar, se tomó con gran importancia la confiabilidad del “Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q)”.

Tabla 1

Nivel de nomofobia en estudiantes universitarios de psicología

	N	%
Nivel bajo	63	29.9
Nivel medio	86	40.8
Nivel alto	62	29.4

En relación con el nivel de nomofobia, se encontró que la mayoría de los participantes se ubica en un nivel medio, representando el 40.8% del total de la muestra. Por otro lado, el 29.9% se encuentra en un nivel bajo, mientras que el 29.4% presenta un nivel alto. Dichos resultados permiten evidenciar que la mayor parte de la población evaluada experimenta un grado moderado de nomofobia, aunque también se observa una proporción importante de participantes tanto con niveles bajos como altos.

Tabla 2

Nivel de ansiedad en estudiantes universitarios de psicología

	N	%
Nivel bajo	66	31.3
Nivel medio	84	39.8
Nivel alto	61	28.9

Respecto al nivel de ansiedad, se identificó que el 39.8% de los participantes presenta un nivel medio. Asimismo, el 31.3% se ubica en un nivel bajo, mientras que el 28.9% muestra un nivel alto de ansiedad. Estos datos indican que la mayoría de los encuestados experimenta niveles moderados de ansiedad, aunque también se evidencia una distribución relativamente equilibrada entre quienes presentan niveles bajos y altos.

Tabla 3

Prueba de normalidad o de bondad de ajuste

	Kolmogorov - Smirnov^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Nomofobia total	0.047	211	,200*
Ansiedad total	0.107	211	0.000

*. Esto es un límite inferior de la significación verdadera.

a. Corrección de significación de Lilliefors

Para determinar si las variables analizadas siguen una distribución normal, se aplicó la prueba de Kolmogorov- Smirnov. En el caso de la variable nomofobia, el estadístico obtenido fue 0.047 y una significancia de 0.200, lo que indica que los datos presentan una distribución normal ($p > .05$). En cambio, para la ansiedad, el estadístico fue 0.107 y una significancia de 0.000, lo que sugiere que los datos no siguen una distribución normal ($p < .05$). Cabe señalar que el valor de 0.200 representa un límite inferior de la significación verdadera y que se aplicó la corrección de significación de Lilliefors.

Tabla 4

Relación entre nomofobia y ansiedad en estudiantes universitarios

			Nomofobia Total	Ansiedad Total
Rho de Spearman	Nomofobia Total	Coefficiente de correlación	1,000	,330**
		Sig. (bilateral)		,000
		N	211	211
	Ansiedad Total	Coefficiente de correlación	,330**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	
		N	211	211

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

La tabla presenta los resultados de la clasificación de Spearman entre la nomofobia y la ansiedad. Se observa que el coeficiente de evaluación entre ambas variables ($r = 0.330$, $p=0.000$), con una significación bilateral al nivel de 0.01, lo que indica una evaluación positiva y significativa baja. Esto sugiere que un mayor nivel de nomofobia, es más probable que se presente un mayor nivel de ansiedad.

Tabla 5

Relación entre nomofobia y la dimensión sintomatología afectiva de ansiedad en estudiantes universitarios

			Nomofobia	Sint. Afectiva
Rho de Spearman	Nomofobia	Coefficiente de correlación	1,000	,209**
		Sig. (bilateral)		,002
		N	211	211
	Sint. Afectiva	Coefficiente de correlación	,209**	1,000
		Sig. (bilateral)	,002	
		N	211	211

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

La tabla muestra los resultados del coeficiente de compensación de Spearman entre la nomofobia y la dimensión afectiva. Se observa una evaluación positiva y significativa entre ambas variables ($r = 0.209$, $p = 0.002$), lo que indica que a medida que aumentan los niveles de nomofobia siendo baja, también tiende a incrementarse la sintomatología afectiva de la ansiedad. Esta evaluación es significativa bilateral al nivel de 0.01.

Tabla 6

Relación entre nomofobia y la dimensión sintomatología somática de ansiedad en estudiantes universitarios

			Nomofobia	Sint. Somática
Rho de Spearman	Nomofobia	Coefficiente de correlación	1,000	,335**
		Sig. (bilateral)		,000
		N	211	211
	Sint. Somática	Coefficiente de correlación	,335**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	
		N	211	211

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

La tabla presenta los resultados del coeficiente de compensación de Spearman entre la nomofobia y la dimensión somática. Se observa una evaluación positiva y significativa entre ambas variables ($r = 0.335$, $p = 0.000$), lo que indica que a medida que aumentan los niveles de nomofobia siendo baja, también se incrementan los síntomas somáticos de la ansiedad. Esta evaluación es significativa bilateral de nivel de 0.01.

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

La presente investigación tuvo como objetivo principal determinar la relación entre nomofobia y ansiedad en estudiantes universitarios de la carrera de psicología en una universidad de Lima Norte 2024. Se alcanzó un valor de significancia bilateral al nivel de 0.01 lo que indica que la relación observada es estadísticamente significativa, y un valor de Rho de 0.330 entre la nomofobia y la ansiedad, lo cual indica una correlación moderada baja. En consecuencia, se confirma la hipótesis planteada en la investigación, que establece la existencia de una relación significativa directa positiva entre las variables. Este hallazgo sugiere que, a medida que aumenta la nomofobia en los estudiantes universitarios, también se incrementan los niveles de ansiedad. Estos resultados coinciden con los reportados por Kaur et.al. (2021), quienes identificaron una relación de grado positivo débil entre la nomofobia y ansiedad social en estudiantes de una universidad de Chitkara. Asimismo, los resultados de esta investigación son consistentes con los obtenidos por Quispe (2023), quien también halló una relación directa entre ambas variables, indicando que, a medida que el nivel de nomofobia aumenta, también lo hace el nivel de ansiedad.

En cuanto al nivel de nomofobia, se encontró que la mayoría de los participantes se ubica en un nivel medio (40.8%), mientras que el 29.9% presenta un nivel bajo y el 29.4% un nivel alto. Estos resultados muestran una distribución relativamente equilibrada y evidencian la presencia significativa de este fenómeno entre los estudiantes evaluados. En una investigación similar, Corrales et al. (2024) identificaron una tendencia de nomofobia moderada en adolescentes. Además, los autores reportaron que el 76% de los participantes experimenta temor por no poder acceder a su teléfono, lo cual coincide con la necesidad constante de conexión y con el perfil encontrado en la presente investigación. Del mismo modo, Gutiérrez y Meza (2024) señalaron una dependencia moderada acompañada con signos de tolerancia y abstinencia, lo que respalda los niveles intermedios de nomofobia encontrados en la muestra analizada.

En relación con el nivel de ansiedad, se identificó que el 39.8% de los participantes presenta un nivel moderado, el 31.3% se encuentra en un nivel bajo y el 28.9% en un nivel alto. Estos resultados indican que, aunque predomina la ansiedad moderada, esta se encuentra ampliamente distribuida entre los encuestados. De forma similar, Corrales et al. (2024) observaron que un porcentaje significativo de los

participantes reportó sentir angustia, ansiedad y signos de estrés cuando no podían usar sus teléfonos, lo cual revela una relación entre ansiedad y pérdida de control. Por su parte, Pastor (2001) encontró niveles de ansiedad que no presentaban una correlación significativa con la nomofobia, aunque sí se identificaron niveles leves a moderados en los estudiantes evaluados, lo que permite contrastar que, si bien la relación puede variar, la presencia de ansiedad es consistente.

Respecto al análisis de la relación entre nomofobia y los síntomas somáticos mostró, a través del coeficiente de correlación de Spearman, que existe una relación significativa entre ambas variables, con un valor de Rho 0.335 ($p < .01$) y un valor de P de 0.000 menor al nivel de significancia $\alpha = 0.05$. Esto indica una asociación moderada, es decir, a mayor presencia de síntomas físicos de ansiedad, mayor es el nivel de nomofobia. Al respecto Braña & Moral (2023) en su investigación también encontró una asociación moderada entre Nomofobia y la sintomatología somática con un valor de Rho 0.319 indicando que ambas variables son directamente proporcionales. Del mismo modo, Gutiérrez & Meza (2024) señalaron que la dependencia hacia el teléfono se asocia con los síntomas vinculadas al control de impulsos, tensión y malestar físico, lo cual refuerza la conexión entre la nomofobia y los síntomas somáticos.

Referente al segundo objetivo, se determina que si existe relación entre la nomofobia y la dimensión síntomas afectivos debido a que se obtuvo un valor de P de .002 menor al nivel de significancia $\alpha = 0.05$ y un valor de Rho de .209 lo que indica una correlación significativa baja. Estos resultados se encuentran en concordancia con los obtenidos por Díaz & Extremera (2020), quienes identificaron una asociación entre nomofobia y la sintomatología afectiva (estrés, ansiedad y depresión) con los siguientes valores: Estrés con Rho 0.214, ansiedad con Rho 0.254 y depresión con Rho 0.219, lo cual indica que dichas variables presentan una correlación directa baja. En este sentido, Corrales et al. (2024) indicaron que la falta de autonomía respecto al uso de los celulares puede generar ansiedad, miedo o inseguridad, lo que sugiere que la dimensión afectiva se ve comprometida en personas con niveles moderados a altos de nomofobia, en línea con los resultados obtenidos.

Entre las principales limitaciones de la presente investigación, se encuentra la recolección de información y la selección de la muestra, dado que el estudio se llevó a cabo en un contexto presencial, pero con ciertas restricciones derivadas de la

disponibilidad y disposición de los estudiantes para participar. Además, la investigación se centró solo en estudiantes de últimos ciclos de la carrera de Psicología debido a que, por las características de su formación académica, se encuentran expuestos a una alta demanda emocional, cognitiva y académica, lo que los hace particularmente susceptibles a experimentar síntomas de ansiedad. Asimismo, al ser una población con conocimientos en salud mental, resulta relevante explorar cómo fenómenos contemporáneos como la nomofobia pueden estar afectando su bienestar psicológico.

En cuanto a las implicancias teóricas, se coloca de manifiesto la correlación positiva y significativa entre las variables en estudiantes universitarios, lo que favorece una actualización de los datos científicos en este campo durante los últimos cinco años. Asimismo, esta investigación amplía la comprensión sobre cómo la variable nomofobia se vincula con las distintas dimensiones de la ansiedad, aportando así a futuras líneas de estudio psicológico.

Asimismo, al nivel práctico se puede mencionar que estos resultados, facilitará la implementación de intervenciones que ayuden a reducir el impacto de la nomofobia y sus efectos en la salud mental de los estudiantes evaluados. Además, contribuirá al desarrollo y evaluación de propiedades psicométricas para la creación de un instrumento que mida la interacción entre ambas variables.

En conclusión, si existe relación entre nomofobia y ansiedad en estudiantes universitarios de la carrera de Psicología, 2024. Igualmente, los resultados obtenidos nos permiten afirmar que la nomofobia representa un factor significativamente asociado con las dimensiones de la ansiedad, tanto a nivel somático como afectivo. Estas evidencias resaltan la importancia de abordar el uso problemático de los dispositivos móviles como una variable relevante en el estudio del bienestar psicológico de los estudiantes universitarios.

Finalmente, se recomienda para futuros estudios ampliar la muestra y abarcar estudiantes universitarios de otras carreras, así como también llevar a cabo futuros estudios en donde se pueda abarcar otras variables que tengan relación con la inteligencia nomofobia y ansiedad como: autoestima, rendimiento académico, procrastinación, habilidades sociales y depresión. También se recomienda que la universidad implemente estrategias para promover el uso saludable de la tecnología y fortalecer el bienestar

mental. Para ello, se pueden desarrollar campañas de concienciación sobre los efectos del uso excesivo del celular y fomentar hábitos digitales responsables entre los estudiantes. Asimismo, se sugiere ofrecer programas de salud mental que incluyan talleres sobre manejo del estrés, ansiedad y regulación emocional.

Referencias

Barraza, A. & Chavira, M. (2022). *Nomofobia (miedo desproporcionado a perder el celular) y su relación con tres variables sociodemográficas. Perspectivas en psicología*. 19 (1), 23-36.

<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/9088789.pdf>

Bragazzi, N. & Del Puente, G. (2014). *A proposal for including nomophobia in the new DSM-V. Psychology Research and Behavior Management*, 7, 155-160.

<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC4036142/#idm140459140792240title>

Braña, A. & Moral, M. (2023). *Nomofobia y FoMO en el uso del smartphone en jóvenes: el rol de la ansiedad por estar conectado. Health and Addictions/Salud y Drogas*, 23(1), 117-130.

<https://dspace.umh.es/bitstream/11000/29146/1/707-Texto%20del%20art%20c3%20adculo-4764-1-10-20230127.pdf>

Cabezas, E., Andrade, D., & Torres, J. (2018). *Introducción a la metodología de la investigación científica* (1.ª ed.). Universidad de las Fuerzas Armadas – ESPE.

<http://repositorio.espe.edu.ec/handle/21000/15424>

Castillo, C., Noroña, D., & Vega, V. (2023). *Estrés laboral y ansiedad en trabajadores de la salud del área de terapia intensiva. Revista cubana de Reumatología*, 25(1).

http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1817-59962023000100002&script=sci_arttext&tlng=pt

Chávez, F. (2023). *Nomofobia: un estudio comparativo en estudiantes de la carrera de Psicología de una universidad privada de Lima, 2020* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte]. Repositorio Institucional UPN.

<https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/35961/Chavez%20Bazan%20c%20Fiorella%20Liseth.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Colán, E. (2020). *Ansiedad y agresividad en adolescentes de dos instituciones educativas privadas, Lima Metropolitana, 2020* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional UCV.

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/56843/Col%c3%a1n_REBM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Corrales, N., Suárez, R., Rodríguez, N., & Gutiérrez, M. (2022). *Identificación de niveles de adicción a los teléfonos móviles y los trastornos por nomofobia en estudiantes de primer año de ciencias médicas. V Simposio Académico sobre adicciones*. CEDRO.

<https://cedro2022.sld.cu/index.php/cedro2022/2022/paper/viewFile/103/65>

Dávila, C. (2018). *Relación entre ansiedad y autoestima en adolescentes de 13 a 15 años de una I.E. privada de Lima, 2017* [Tesis de Licenciatura, Universidad Alas Peruanas]. Repositorio institucional UAP.

<https://repositorio.uap.edu.pe/xmlui/handle/20.500.12990/2256>

De la Ossa, S., Campo, A., Herazo, E., & Martínez, Y. (2009). *Estudio de la consistencia interna y estructura factorial de tres versiones de la escala de Zung para ansiedad*. *Colombia médica*, 40(1), 71-77.

<https://colombiamedica.univalle.edu.co/index.php/comedica/article/view/629/852#:~:text=La%20escala%20de%20Zung%20para%20ansiedad%20es%20un%20instrumento%20que,veces%2C%20casi%20siempre%20y%20siempre.>

Díaz, N., & Extremera, N. (2020). *Inteligencia emocional. Adicción al smartphone y malestar psicológico como predictores de la nomofobia en adolescentes*. *Know and Share Psychology*, 1(2), 7-13.

<https://doi.org/10.25115/kasp.v1i2.3195>

Expósito, V., Torres, M., & Domínguez, J. (2024). *Determinantes sociales de la ansiedad en el siglo XXI*. *Atención Primaria Práctica*, 6(2).

<https://doi.org/10.1016/j.appr.2024.100192>

García del Castillo, J. (2013). *Adicciones tecnológicas: El auge de las redes sociales*. *Salud y drogas*, 13 (1), 5-14.

<https://www.redalyc.org/pdf/839/83928046001.pdf>

García, J., Reding, A., & López, J. (2013). *Cálculo del tamaño de la muestra en investigación en educación médica*. *Investigación en educación médica*, 2(8), 217-224.

https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-50572013000400007#:~:text=El%20tama%C3%B1o%20de%20muestra%20permite%20a%20los%20investigadores,los%20grupos%20de%20estudio%2C%20suponiendo%20que%20existiese%20realmente.

González, M., & Rodríguez, M. (2022). *El lado oscuro del internet. ¿Predice el cyberbullying la participación en sexting en adolescentes colombianos? Revista Latinoamericana de Psicología, 54*(1), 112-120.

http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0120-05342022000100112&script=sci_arttext

Griffiths, M. (2005). *A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework. Journal of Substance Use. 10*(4), 191–197.

<https://psycoperu.org/wp-content/uploads/2021/03/griffiths2005-componets.pdf>

Gutiérrez, Y., & Meza, N. (2024). *Nomofobia en estudiantes universitarios de la Universidad Privada Antenor Orrego* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada Antenor Orrego]. Repositorio Institucional UPAO.

https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12759/35931/REP_YESICA_GUTIERREZ_NOEMI_MEZA_NOMOFOBIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Guzmán, V., & Gelvez, L. (2023). *La nomofobia en los adolescentes y el impacto en su salud mental: una revisión sistemática. Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento (RACC), 15*(3), 12-23.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9244551>

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2020). *Metodología de la investigación científica* (6ta ed.). UniversidadESUP.

<https://www.esup.edu.pe/wp-content/uploads/2020/12/2.%20Hernandez,%20Fernandez%20y%20Baptista-Metodolog%C3%ADa%20Investigacion%20Cientifica%206ta%20ed.pdf>

Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI). (2023). *El 91,3% de la población de 6 y más años de edad que usa internet accedió a través de un teléfono celular.*

<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/>

- Instituto Nacional de Estadística (INE). (2022). *Población, muestra y muestreo*.
https://ine.es/ss/Satellite?c = INESEccion_C &cid = 1259925528782 &p = 1254735110672 &pagename =ProductosYServicios % 2FPYSLayout
- Kaur, A., Ani, A., Sharma, A., & Kumari, V. (2021). *Nomophobia and social interaction anxiety among university students*. *Heliyon*, 7(4).
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2214139121000755?via%3Dihub>
- López, J. (2015). *Nomofobia y su relación con baja autoestima y ansiedad en individuos jóvenes [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma de Nayarit]*. Repositorio institucional.
<http://192.100.162.123:8080/handle/123456789/1503>
- Manchego, L. (2021). *Factores problemáticos relacionados a la nomofobia*. *Sinergias Educativas*, 6(2).
<https://sinergiaseducativas.mx.consultorioampuero.com/index.php/revista/article/view/267/822>
- Meneses, J. (2011). *El cuestionario*. *Sinergias Educativas*, 6(2).
<https://femrecerca.cat/meneses/publicación/cuestionario/cuestionario.pdf>
- Mir, R., & Akhtar, M. (2020). Effect of nomophobia on the anxiety levels of undergraduate students. *Journal of Pakistan Medical Association*, 70(9), 1492–1495.
https://www.researchgate.net/publication/340524192_Effect_of_nomophobia_on_the_anxiety_levels_of_undergraduate_students
- Moscoso, D., Narváez, L., Ortiz, L., Ramos, R., & González, E. (2021). *Ansiedad y depresión en adolescentes*. *Revista Boletín Redipe*, 10(2), 182-189.
<https://revista.redipe.org/index.php/1/article/view/1205>
- Otzen, T., & Manterola, C. (2017). *Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio*. *International Journal of Morphology*, 35(1), 227-232.
https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-95022017000100037
- Pascual, E., & Castelló, A. (2020). *Nuevas adicciones: Nomofobia o el “no sin mi móvil”*. *Gaceta Internacional de Ciencias Forenses*, 36, 41-48.
https://www.uv.es/gicf/4A3_Castello_GICF_36.pdf
- Pastor, L. (2022). *Ansiedad, estrés y nomofobia en estudiantes de educación técnico-productiva de Lima-2021 [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]*. Repositorio institucional.

<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/81353>

Pérez, J. (2018). *Población muestra y muestreo*. *Revista de Psicología*, 9(8), 123-130.

<http://www.scielo.org.bo/pdf/rpc/v09n08/v09n08a12.pdf>

Pizarro, F. (2022). *Nivel de nomofobia y su relación con la ansiedad en estudiantes de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, 2022 [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco]*. Repositorio institucional.

[Nivel de nomofobia y su relación con la ansiedad en estudiantes de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, 2022 \(unsaac.edu.pe\)](#)

Portilla, S., & Gangotena, J. (2024). *Los jóvenes universitarios y sus hábitos de consumo de aplicaciones móviles en la actualidad*. *Revista Científica Mundo Recursivo*, 7(1), 149-166.

<https://www.atlantic.edu.ec/ojs/index.php/mundor/article/view/226>

Quispe, T. (2023). *Relación entre la Depresión, Ansiedad y Estrés con la Nomofobia en estudiantes Preuniversitarios, Arequipa 2023. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa]*.

<https://repositorio.unsa.edu.pe/items/aa443cc1-8d92-4338-bf27-78d664ff82fd>

Sánchez, F. (2016). *Nomofobia en los estudiantes del programa de psicología de la Universidad de Pamplona sede Facultad de Salud de Cúcuta [Tesis de licenciatura, Universidad de Pamplona]*.

<http://repositoriodspace.unipamplona.edu.co/jspui/handle/20.500.12744/3813>

Virues, R. (2005). *Anxiety disorders and phobias: A cognitive perspective*. *Revista Psicología Científica*, 7(8).

[https://psicologiacientifica.com/ansiedad-estudio#:~:text=Beck%20\(1985\)%20refiere%20que%20la,y%20su%20incapacidad%20para%20afrontarlos](https://psicologiacientifica.com/ansiedad-estudio#:~:text=Beck%20(1985)%20refiere%20que%20la,y%20su%20incapacidad%20para%20afrontarlos).

Yildirim, C., & Correia, A. (2015). *Exploring the dimensions of nomophobia: Development and validation of a self-reported questionnaire*. *Computers in Human Behavior*, 49, 130-137.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0747563215001806>

Anexo

ANEXO N°1 MATRIZ DE CONSISTENCIA

Problemas	Objetivos	Hipótesis	Variables	Dimensiones	Metodología
<p>Problema general</p> <p>¿Cuál es la relación entre nomofobia y ansiedad en estudiantes universitarios de la carrera de psicología en una universidad de Lima Norte, 2024?</p> <p>Problemas Específicos</p> <p>¿Cuál es la relación entre la nomofobia y la dimensión sintomatología somática en estudiantes universitarios de la carrera de psicología en una universidad de Lima Norte, 2024?</p> <p>¿Cuál es la relación entre la nomofobia y la dimensión sintomatología afectiva en estudiantes universitarios de la carrera de psicología en una universidad de Lima Norte, 2024?</p>	<p>Objetivo General</p> <p>Determinar la relación entre nomofobia y ansiedad en estudiantes universitarios de la carrera de psicología en una universidad de Lima Norte, 2024</p> <p>Objetivos Específicos</p> <p>Determinar la relación entre nomofobia y la dimensión sintomatología somática en estudiantes universitarios de la carrera de psicología en una universidad de Lima Norte, 2024.</p> <p>Determinar la relación entre nomofobia y la dimensión sintomatología afectiva en estudiantes universitarios de la carrera de psicología en una universidad de Lima Norte, 2024.</p>	<p>Hipótesis General</p> <p>Existe relación significativa directa positiva entre nomofobia y ansiedad en estudiantes universitarios de la carrera de psicología en una universidad de Lima Norte, 2024.</p> <p>Hipótesis Específicas</p> <p>Existe relación entre nomofobia y la dimensión sintomatología somática en estudiantes universitarios de la carrera de psicología en una universidad de Lima Norte, 2024</p> <p>Existe relación entre nomofobia y la dimensión sintomatología afectiva en estudiantes universitarios de la carrera de psicología en una universidad de Lima Norte, 2024.</p>	<p>Variable 1</p> <p>Nomofobia</p> <p>Variable 2</p> <p>Ansiedad</p>	<ul style="list-style-type: none"> • No poder comunicarse • Pérdida de la conexión • No ser capaz de acceder a la información • Renunciar a la comodidad • Sintomatología Somática • Sintomatología Afectiva 	<p>Enfoque Cuantitativo</p> <p>Alcance Correlacional</p> <p>Diseño No experimental, de corte transversal</p> <p>Población 463 estudiantes de la carrera de Psicología de una universidad privada de Lima, durante el periodo 2024- II</p> <p>Muestra La muestra es de tipo no probabilístico y está representada por los 211 estudiantes de la carrera profesional de Psicología de una universidad privada de Lima, durante el periodo 2024- II</p> <p>Técnica Encuesta</p> <p>Instrumentos Nomophobia Questionnaire(NMP-Q) Escala de Ansiedad de Zung (EAA)</p>

ANEXO N°2 MATRIZ DE OPERALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	ESCALA DE MEDICIÓN
Nomofobia	<p>La nomofobia como un fenómeno propio de la era digital moderna, originado por la interacción constante entre las personas y el uso habitual de tecnología, como los teléfonos móviles (Yilidrim y Correia, 2015).</p>	<p>La variable nomofobia será medido mediante 20 ítems que conforman 4 dimensiones a través de la escala la escala Nomophobia Questionnaire (NMP-Q)</p>	<p>No poder comunicarse (7 ítems)</p>	<p>Impresión de pérdida de comunicación constante</p>	<p>10, 11, 12, 13, 14 y 15</p>	<p>1 al 3= Muy en desacuerdo 4= Neutro 5 al 7= Muy de acuerdo</p>
			<p>Pérdida de la conexión (5 ítems)</p>	<p>Percepción de desconexión del mundo sin acceso a información por medios digitales.</p>	<p>16, 17, 18, 19 y 20</p>	
			<p>No ser capaz de acceder a la información (4 ítems)</p>	<p>No poder acceder a los servicios que permiten la comunicación</p>	<p>1, 2, 3 y 4</p>	
			<p>Renunciar a la comodidad (4 ítems)</p>	<p>Sensación de incomodidad al no poder usar tecnología en actividades diarias.</p>	<p>5, 6, 7, 8 y 9</p>	
Ansiedad	<p>Desde una perspectiva conductista, define la ansiedad como un estado emocional y físico en el que el individuo se mantiene en alerta ante una amenaza percibida, ya sea psicológica o física. En esta situación, la persona moviliza su energía para afrontar o evitar el peligro, manifestando síntomas como temor, tensión e inseguridad (Zung, 1971).</p>	<p>La variable ansiedad será medido mediante de 20 ítems que conforman 2 dimensiones a través de la escala Escala de Ansiedad de Zung (EAA)</p>	<p>Sintomatología Somática (16 ítems)</p>	<p>Conjunto de manifestaciones corporales</p>	<p>1, 3, 6, 7, 8, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19 y 20.</p>	<p>1= Nunca o casi nunca 2= A veces 3= Con bastante frecuencia 4= Siempre o casi siempre</p>
			<p>Sintomatología Afectiva (4 ítems)</p>	<p>Cambios en el estado de ánimo y respuestas emocionales</p>	<p>2, 4, 5 y 9</p>	

ANEXO N°3 CONSENTIMIENTO INFORMADO

CONSENTIMIENTO INFORMADO



Descripción (opcional)

Acepto participar voluntariamente en esta investigación, conducido por Jonels Guillermo Cotos Cossio y Emily Mariel Diaz Alarcón. He sido informado(a) de que el objetivo de este estudio es determinar la relación entre la nomofobia y la ansiedad en estudiantes de una universidad Privada de Lima Norte del noveno al décimo ciclo de la carrera de psicología. Asimismo, me han indicado también que tendré que responder dos cuestionarios de veinte preguntas cada uno, lo cual tomará aproximadamente 10 a 15 minutos. Reconozco que la información que yo provea en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio sin mi consentimiento.

*

- Sí, acepto
- No, no acepto

ANEXO N°4 CUESTIONARIO DE NOMOFOBIA (NMP-Q)

Por favor indique cuán de acuerdo o en desacuerdo con cada declaración en relación con tu teléfono celular.	Muy en desacuerdo		Neutro		Muy de acuerdo		
	1	2	3	4	5	6	7
1. Me sentiría mal si no pudiera acceder en cualquier momento a la información a través de mi teléfono celular.							
2. Me molestaría si no pudiera Consultar información a través de mi teléfono celular cuando quisiera.							
3. Me pondría nervioso/a si no pudiera acceder a las noticias (p. ej. sucesos, predicción meteorológica, etc.) a través de mi teléfono celular.							
4. Me molestaría si no pudiera utilizar mi teléfono celular y/o sus aplicaciones cuando quisiera.							
5. Me daría miedo si mi teléfono celular se quedase sin batería.							
6. Entraría en pánico si estuviera a punto de quedarme sin saldo o de alcanzar mi límite de "megas"							
7. Si me quedara sin señal de datos o no pudiera conectarme a una red Wi-Fi, estaría comprobando constantemente si he recuperado la señal o logro encontrar una red.							
8. Si no pudiera utilizar mi teléfono celular, tendría miedo de quedarme tirado/a en alguna parte.							

9. Si no pudiera consultar mi teléfono celular durante un rato, sentiría deseos de hacerlo si no tuviera mi celular conmigo.							
10. Me inquietaría no poder comunicarme al momento con mi familia y/o amigos.							
11. Me preocuparía porque mi familia y/o amigos no podrían contactar conmigo.							
12. Me pondría nervioso/a por no poder recibir mensajes de texto ni llamadas.							
13. Estaría inquieto por no poder mantenerme en contacto con mi familia y/o amigos.							
14. Me pondría nervioso/a por no poder saber si alguien ha intentado contactar conmigo.							
15. Me inquietaría haber dejado de estar constantemente en contacto con mi familia y/o amigos.							
16. Me pondría nervioso/a por estar desconectado/a de mi identidad virtual.							
17. Me sentiría mal por no poder mantenerme al día de lo que ocurre en los medios de comunicación y redes sociales.							
18. Me sentiría incómodo/a por no poder consultar las notificaciones sobre mis conexiones y redes virtuales.							
19. Me agobiaría por no poder comprobar si tengo nuevos mensajes de correo electrónico.							
20. Me sentiría raro/a porque no sabría qué hacer.							

ANEXO N°5 CUESTIONARIO DE ANSIEDAD DE ZUNG

Instrucciones

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

N°	Ítems	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				