

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de Psicología

Adicción a las redes sociales y ansiedad en escolares de secundaria de un colegio nacional de Ate Vitarte, 2023

Tesis para optar al título profesional de:

Licenciado en Psicología

Autores:

Jhonny Kenedy Gomez Coronel

Elizabeth Melany Vargas Ortiz

Asesor:

Mg. Janeth Imelda Suárez Pasco

<https://orcid.org/0000-0001-5556-6923>

Lima - Perú

2024


JURADO EVALUADOR

Jurado 1 Presidente(a)	JANETH MOLINA ALVARADO
	Nombre y Apellidos

Jurado 2	EDUARDO ALONSO FARFAN CEDRON
	Nombre y Apellidos

Jurado 3	JANETH IMELDA SUAREZ PASCO
	Nombre y Apellidos

Informe de Similitud

 Página 2 of 47 - Integrity Overview Identificador de la entrega tmoid:1:3015393812

19% Overall Similarity

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




Filtered from the Report

- ▶ Bibliography
- ▶ Small Matches (less than 8 words)

Exclusions

- ▶ 3 Excluded Sources
- ▶ 3 Excluded Matches

Top Sources

- 18%  Internet sources
- 6%  Publications
- 10%  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

Dedicado a nuestros amados creadores y guías de vida,

por creer en nosotros y habernos apoyado tanto

y permitirnos en todos estos años,

cumplir nuestro camino académico,

y por el logro profesional

de ser cada día mejores.



Agradecimiento

Agradezco a todos nuestros seres queridos

por darnos las fuerzas de seguir adelante,

A nuestros docentes que nos han acompañado

en estos ciclos de estudio por toda su paciencia.

A nuestra asesora de tesis, Mg Janeth Suarez Pasco,

por él apoyó y paciencia para poder culminar la tesis.

Tabla de contenidos

JURADO EVALUADOR	2
INFORME DE SIMILITUD	3
DEDICATORIA	4
AGRADECIMIENTO	5
ÍNDICE DE TABLAS	7
RESUMEN	8
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN	9
CAPÍTULO II: METODOLOGÍA	25
CAPÍTULO III: RESULTADOS	32
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	38
REFERENCIAS	44
ANEXOS	52

Índice de tablas

Tabla 1. Niveles de adicción a las redes sociales . ¡Error! Marcador no definido.

Tabla 2. Niveles de ansiedad..... ¡Error! Marcador no definido.

Tabla 3. Correlación entre adicción a las redes sociales y ansiedad.....34

Tabla 4. Correlación de la obsesión por las redes sociales y ansiedad ¡Error! Marcador no definido.

Tabla 5. Correlación de la falta de control personal y Ansiedad ¡Error! Marcador no definido.

Tabla 6. Correlación del uso excesivo de las redes sociales y ansiedad37

Resumen

Como propósito se buscó determinar la adicción por las redes sociales y ansiedad en escolares de 4° y 5° secundaria, para ello se utilizó un diseño transversal, en el que fueron evaluados 116 jóvenes de ambos sexos, comprendiendo edades de 16 a 18 años, de un colegio nacional de Ate Vitarte, que recibieron el instrumento (ARS) de adicción a las redes de Salas y Ecurra, además el (IDARE) Inventario de Ansiedad de Spierlberger. Los hallazgos demostraron que hay relación entre las variables ($\rho = .605$), siendo esta significativa ($p = .001 < .05$). El nivel de adicción de las Redes Sociales, fue bajo a un 72%. Por un lado, el nivel de tipo medio logró un 16% y finalmente la minoría obtuvo un 12% en el nivel alto de adicción. Como también en los niveles de ansiedad en su mayoría fue representada por un 62% que corresponde a un nivel bajo. A su vez, el nivel de tipo medio logró un 20% y finalmente la minoría obtuvo un 18% en el nivel alto de ansiedad.

PALABRAS CLAVES: Adicción, redes sociales, Ansiedad, escolares

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

1.1 Realidad problemática

La adicción a las redes sociales y la ansiedad son un problema que está en aumento a nivel mundial. Ya que se viene experimentando principalmente en adolescentes lo cual genera un deterioro en la salud mental que es alarmante para los padres y familiares. En consecuencia, La OMS (2022) mencionó que dicha conducta adictiva se debe a la facilidad del acceso a diferentes plataformas digitales, por esa razón se recomienda reducir su consumo y dar mayor importancia a tareas de desempeño laboral y académico en adolescentes.

Asimismo, UNICEF (2020) se desarrolló una encuesta a nivel global en 8444 usuarios, y descubrió que el 27% de los adolescentes experimentan síntomas de ansiedad, lo que demuestra la importancia de prevenir la adicción. Como lo reportó el INE (2020) en España, Los teléfonos inteligentes cuentan con aplicaciones que facilitan su uso. De esta forma, el 93,2% de los jóvenes tienen entre 16 y 24 años y la mayoría de los que participan en estas redes sociales, y los de 13 años son el 85,7% y los de 15 años son el 96,3%. también las utilizan. Cuando se desarrolla adicción a estos dispositivos, las personas normalizan el excesivo tiempo de uso, lo que afecta principalmente a los adolescentes.

Así tenemos a Cabero et al., (2020) en su estudio con adolescentes y jóvenes de España, México, República Dominicana, Colombia, Chile y Perú, que demuestran que los jóvenes experimentan satisfacción y obsesión por estar conectados sin importar las consecuencias de esto.

El estudio realizado por Pacheco (2019). En El Salvador se demostró la asociación de abuso hacia el Internet, impulsividad y ansiedad. Con una incidencia muy alta de consumo que ascendió al 21%, seguido del 14% en la categoría alta, Esto indica que es más probable que las mujeres experimenten sentimientos de ansiedad que los hombres. Se confirmó que existe una relación significativa entre estas variables. Según el registro, los mayores consumidores son los jóvenes. La INE Perú (2021) el cual menciona las personas que más utilizan internet son los niños de entre 12 y 18 años, los llamados “nativos digitales” y el 88% pertenece a otras edades.

Un análisis nacional hecho por IPSOS Perú (2019) Se ha demostrado que los jóvenes peruanos de 13 a 20 años utilizan su tiempo libre en casa para relacionarse a través de las redes sociales: el 41% usa YouTube y el 33% para chatear el 38% usa WhatsApp y otras redes sociales. Además, Barnhart (2022) menciona que según “Digital Global overview” las plataformas de acceso más utilizadas son “We are social” y “Hootsuite”, YouTube, WhatsApp, Facebook, entre otras. El estudio publicado por Barnhart (2022) en Sprout social señala que son más recurrentes los consumidores del grupo etario juventud y adultez temprana, que comprende el 84%; por un lado, un mejor porcentaje lo alcanzan adolescentes entre los 13 años, además en cuanto a las

razones del uso encontramos que los menores de 17 años prefieren un contenido de tipo de entretenimiento el cual les resulta más familiar, por otro lado, asciende a personas de 18 y 24 años que utilizan redes sociales como Instagram y Twitter.

En 2019, el Ministerio de Salud de Perú dijo que es una parte importante de las relaciones interpersonales de muchas personas en la actualidad, pero que afecta a los niños y adolescentes y los obliga a cambiar su comportamiento y estilos de comunicación. Además, también menciona que el exceso en su uso, repercute negativamente a la familia, así como en el ámbito académico y socioafectivo, y conlleva a generar conductas adictivas; Habiéndose mencionado ello, Reynoso (2019) en cuanto a las tecnologías la información y la comunicación son recursos simples y necesarios para la vida cotidiana, pero si no se utilizan adecuadamente y no son controladas por las personas, pueden convertirse en un complemento, especialmente en los jóvenes. A menudo conduce a patrones de comportamiento "inapropiados". Un estudio de 58.976 jóvenes de Italia sobre la profundidad del problema encontró que uno de cada diez había experimentado problemas al utilizar las redes sociales que estaban relacionados a afecciones como tensión muscular, dolores de cuello, espalda, cabeza, vértigos, así hasta llegar a trastornos severos Marino (2020).

1.2 Formulación del problema

¿Cuál es la relación entre adicción a las redes sociales y ansiedad en escolares de un colegio nacional en Ate Vitarte, 2023?

Como justificación teórica se llevó a cabo una revisión exhaustiva de las variables sobre las diferencias entre adicción a Internet y ansiedad. Considerando el propósito de determinar la relación entre la adicción a las relaciones sociales y la ansiedad en estudiantes de secundaria, el valor es importante porque le da a nuestra sociedad una nueva oportunidad para realizar nuevas investigaciones interesadas en variables relacionadas con la adicción a Internet y ansiedad; Asimismo, este estudio se justifica de manera práctica porque nos proporcionará información sobre Los niveles de las variables estudiadas y la relación entre las medidas evaluadas y las variables generales, indicadores de apego a redes sociales y ansiedad. Posteriormente, se podrá recabar la información para proponer alternativas de solución en referencia a los consumidores por Internet y de prevención para un posible tratamiento, así como también factores relacionados, incluida la obsesión, el uso excesivo y la falta de control personal; la justificación es de tipo social porque podemos realizar programas de concientización para los estudiantes, realizar reuniones para que los padres pasen menos tiempo con los teléfonos celulares de sus hijos y dejar que los maestros sepan cómo enseñarles a los estudiantes la importancia del teléfono. Usar teléfonos celulares, tecnología y otros entretenimientos para mejorar la salud física y mental, y hablar con un psicólogo o especialista sobre estas condiciones para mejorar la salud mental. Según explica la Organización Mundial de la Salud, la cantidad de uso de dispositivos tecnológicos para acceder a Internet antes de 2021 tendrá el mismo efecto que el uso de sustancias psicoactivas. Finalmente, el estudio presentó pertinencia de tipo metodológico como resultado, puede servir como marco para investigaciones posteriores sobre variables similares. Sin embargo, las herramientas en este estudio son relevantes y apropiadas en el contexto del país.

Dentro de los antecedentes internacionales tenemos a Portillo et al., (2021) quienes determinaron la relación entre la adicción de las redes sociales, autoestima y ansiedad en los universitarios de la Ciudad de Juárez México. La muestra consistió de 100 participantes, comprendieron una edad promedio de 21.5, quienes eran de las carreras de psicología, derecho, administración de empresas, etc. Para la evaluación, se requirió del cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS), la (AMAS-A) para estimar la ansiedad y la escala de confianza de Rosenberg. Se obtuvo un ($\rho = .708$; $p < 0,05$) la cual fue positiva alta. Por tanto, los estudiantes que están más expuestos a Internet mostrarán mayores niveles de ansiedad.

Collantes (2023) en el Ecuador estudio, la relación que había entre la dependencia a las redes con la autoestima. Para lo cual, se necesitó una muestra de 280 ciudadanos ecuatorianos, con edades comprendidas entre los 17 y los 25 años, representa el 25,3% de los varones y el 74,7% de las mujeres en universidades públicas de mayor tamaño., cuyos instrumentos fueron: Escala de Adicción a las redes sociales y Escala de Autoestima de Rosenberg. Las conclusiones indican que la magnitud de este tipo de dependencias se asocia con las dimensiones de la otra variable: obsesión ($\rho = .281$), cambios de humor ($\rho = .402$), recaída ($\rho = .310$) ($p < 0,05$), lo que denota que los estudiantes se sienten más atados a las plataformas digitales.

Arroyo et. al. (2020) en México realizó un estudio, la muestra comprendió 60 estudiantes Michoacana, donde El 78,33% de los participantes eran mujeres y el 95 % eran solteros. Se empleó el instrumento del “Test de Adicción al móvil”. Dando como resultado, que un 50% de los estudiantes Por otro lado, la abstinencia fue baja, con el 25% de los participantes

puntuando en el nivel intermedio, y los problemas de uso excesivo recibieron las puntuaciones más bajas de un 25% en el nivel intermedio.

Gonzales, et al. (2022) en el Ecuador realizaron un estudio, con el propósito de examinar las relaciones entre la dependencia de dispositivos móviles y la ansiedad. Se llevó a cabo un estudio transversal, descriptivo y correlacional; donde se incluyó a 1282 alumnos de la Universidad Nacional de Chimborazo. Para lo que se empleó los instrumentos estandarizados que evalúan ambas variables. Los resultados mostraron que la frecuencia de adicción al teléfono móvil fue media (59,4%) y alta (22,6%) y se encontró una relación positiva y positiva entre la adicción al teléfono móvil y la ansiedad. ($Rho = .48$); ($p < 0,01$). Se puede afirmar que existe una correlación significativa entre los síntomas y la adicción al teléfono móvil que experimentan los estudiantes

Yilmaz et. al. (2023) en Turquía, estudiaron la adicción a los teléfonos inteligentes y la ansiedad, en una muestra que ascendió a los 383 estudiantes universitarios turcos, de los cuales el 51% fue hombres y 49% mujeres, todos ellos acudían frecuentemente a las plataformas digitales. Esta encuesta incorporó preguntas sobre demografía y la Escala de Ansiedad Social, la Escala de Motivación de Bass-Perry, la Escala de Trastornos del Comportamiento Crónico y la Escala Corta de Trastornos del Comportamiento en Internet. Los resultados mostraron que todas las variables tenían una relación positiva y significativa y la ansiedad se vio afectada significativamente por la adicción a los teléfonos inteligentes. ($r = .763$, $p < 0.01$), así como las siguientes dimensiones: ansiedad por apariencia social ($r = .826$, $p < 0.01$) y agresión ($r = 0.826$, $p < 0.01$).

Como antecedentes nacionales tenemos a Trinidad y Varilla (2019), publicaron un estudio para conocer la asociación de la ansiedad y la adicción a internet mediante las redes

sociales. La muestra consistió en escolares de 2° grado de un colegio particular de Lima de 2154 alumnos de todos los colegios secundarios. Se empleo el Cuestionario de Adicción a las redes sociales y la Escala de ansiedad. El 27,4% presenta alta adicción a los medios digitales, el 16,7% baja adicción, el 33% ansiedad alta y el 15,3% ansiedad baja. En cuanto a la relación entre ansiedad y el padecimiento, existe especial relación con el uso de redes sociales ($p=0,000$; $\rho=0,411$), el descontrol del uso de redes sociales ($p=0,000$). $\rho=0,459$) y la ingesta de alimentos. ($p=0,0005$; $\rho=0,478$). Se estableció correlación significativa entre V1 y V2 en adultos jóvenes ($p=0,000$; $\rho=0,316$).

Arévalo (2021) en Trujillo realizo una investigación descriptiva y de correlación para investigar la relación entre el uso de las redes sociales y procrastinación del aprendizaje que manifestaban los escolares de una I.E. de esa ciudad, los que participaron fueron 253 alumnos de diferentes edades. En 2012 y 2017 se implementaron los Procedimientos de Acceso a Internet (ARS) y los Procedimientos de Extensión Académica para Adolescentes (EPA). Los resultados mostraron que, para las relaciones sociales, la mayoría de los estudiantes se encuentran en el nivel intermedio con un 35,6 por ciento. En cuanto al retraso, la mayoría de los estudiantes se encuentran en el nivel intermedio con un 38,7%. Se definió una relación. positiva y alta ($r= .826$, $p<0.01$) entre las variables.

Cornetero (2019) En este estudio se investigó la relación entre variables de apego a las redes sociales y depresión en Lima. y una muestra de estudiantes Universitarios Inca Garcilaso de la Vega. Cuyo diseño de su estudio fue un enfoque cuantitativo aplicado, no experimental, que

se extendió en el tiempo, y la muestra estuvo compuesta por 110 niños de doce a dieciocho años de edad desde el momento de la recolección de datos hasta los cuestionarios.

Se concluyó que ($r = .452$, $p < 0.01$) que es moderada y positiva. Además, se conoció los niveles que presentaban, las cuales eran: la costumbre de utilizar las redes sociales levemente (51%) y los síntomas comunes son la falta de control personal y el uso excesivo de las redes sociales entre los niños.

Quintana (2023) propuso determinar el grado de asociación del vicio a las redes sociales que manifestaban los estudiantes de Catacaos. Este es un análisis descriptivo, la muestra fue comprendida por escolares de 5to de secundaria en la I.E. Juan de Mori. Para la evaluación se aplicó el Cuestionario de Miguel Escurra y Salas Blas (ARS). Dando Como resultado que (35%) de la muestra tiene un porcentaje promedio de uso de redes sociales, pero (33%) tiene un alto porcentaje de atención a redes sociales, el más bajo (22%) y finalmente el mayor porcentaje de uso de redes sociales. (10%). Asimismo, el 34,7% de los estudiantes tiene un nivel político, el 1,7% tiene un nivel bajo y el 33,3% tiene un nivel muy alto.

Álvarez (2022) realizó una investigación para identificar la asociación de la adicción a las redes sociales y ansiedad en escolares del colegio Solano Valer Pinto de Abancay. Ese estudio fue descriptivo y correlacional. Con una muestra que asciende los 119 participantes, donde el 51,6% de los participantes cree que el nivel de importancia de las redes sociales es bajo, el 47,3% en un nivel medio y el 1,1% en un nivel alto. Para el índice de ansiedad, el índice es bajo, 18,7%, índice y 67,0% y alto, 19,3%, 14,3%. Finalmente, se halló que existe una asociación de ($r = .280$, $p < 0.01$) que es directa moderada y significativa.

Finalmente, dentro de los antecedentes locales encontramos a (Pacheco, 2019) el cual, En la región peruana se investigó la relación entre la adicción a Internet y las características de ansiedad y depresión en 501 estudiantes de secundaria de dos colegios de la ciudad de Lima. Aplicando el Test de adicción al internet de Young TAI, la Escala de impulsividad de Barratt BIS 11, y el Inventario de ansiedad de Beck BAI. Dentro de los resultados se encontró una relación significativa entre la adicción a Internet con la impulsividad ($\rho = .366$; $p = .000$) y ansiedad ($\rho = .363$; $p = .000$), así como una relación múltiple ($R = .436$; $p = .000$), En conclusión, cuanto mayor es el nivel de impulsividad y ansiedad, mayor es el nivel de adicción a Internet.

Según Choque (2023) para determinar su estudio relación entre la adicción social a Internet y los síntomas de ansiedad en estudiantes de secundaria. Tuvo como muestra a 320 estudiantes de la Escuela Nacional Veinte de Abril en Lima. Para lo cual utilizó los instrumentos el Cuestionario de adicciones a redes sociales y la Subescala de Ansiedad del DASS-21 (DASS-A). Dentro de los resultados se encontró que, del total de estudiantes de secundaria, el 84,49% ($N=154$) presentó algún grado de ansiedad, y la mayor proporción de ansiedad media (46,12% ($N=113$)) fue relativamente alta, en un nivel moderado 61. 63% ($N=151$) se evidenció que la adicción a Redes Sociales correlacionó positivamente, significativamente a un nivel moderado con la ansiedad con un $Pr < 0.032$.

Cuba y Cesar (2022) Investigaron la relación entre la adicción a las redes sociales y el nivel de ansiedad entre estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima, 2021. El tipo de estudio fue básico, correlacional, transversal y no experimental, la muestra estuvo compuesta por 120 estudiantes de alto nivel. estudiantes de la escuela. con edades comprendidas entre 12 y 17

años, entre los cuales se utilizaron los siguientes instrumentos de medición: Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales de Salas Ecurra y Autoevaluación de Ansiedad de Zung a partir de la Escala de Adicción a las Redes Sociales, que arrojó un resultado de 69,17% \ se encuentran en el nivel promedio de adicción y el 63.33% en el nivel normal de ansiedad, donde $\rho = 0.494$ \ ubicándose en una relación directa y moderada.

Dentro del marco teórico para la primera variable se utilizó como teoría el modelo cognitivo-conductual para explicar la adicción a la red social, revelando que procesos cognitivos de cada persona conducen a malestares personales, como baja autoestima, pensamientos negativos, extrema negatividad, entre otros; que eventualmente los lleva a utilizar las redes sociales como fuente de alivio y aislamiento, afectando directamente de forma negativa a todas las áreas de la persona (Davis, 2001).

Continuando con la variable adicción a internet, según el DSM-5 La adicción al internet ha sido estudiada recientemente en términos de uso persistente y patrones de uso. En consecuencia, el uso del tiempo es una acción que ocurre repetida y reiteradamente, lo que puede Como algunos han señalado, esto está provocando un grave deterioro en la juventud. Los síntomas persisten durante más de un año. Estos incluyen la abstinencia, Problemas de pérdida de interés, control y tolerancia y las personas que los padecen Se niegan a reconocer los efectos negativos que sienten como resultado de no consumir crea ansiedad, problemas en el entorno educativo, desempleo, etc. De Psiquiatría (2014)

Las personas adictas a Internet experimentan síntomas como ansiedad, irritabilidad, dificultad para relacionarse y desordenes del estado de ánimo. En este sentido estar frente a una

pantalla dificulta la expresión verbal y corporal. En ocasiones desarrollan una imagen perfecta que les conviene. Además de las diferentes actividades en línea se incluyen el chat, la navegación web, los juegos en línea la comunicación o navegación virtual, los juegos violentos o los contenidos para adultos (Cía., 2014).

A la vez en las dimensiones de la adicción a las redes sociales tenemos: a) Obsesión por las Redes Sociales: Es el atractivo de las redes lo que se refiere a la inversión de los constantes pensamientos y fantasías de la mente, no la indolencia, la inquietud Producido con estos recursos, este deseo se expresa nuevamente en repetir ideas incluso cuando la persona no las usa, aparecen signos de incertidumbre, síntomas de irritabilidad (Echeburúa y Requesens, 2012). b) La Falta de control personal: Esta categoría involucra el problema que se tiene para usar adecuadamente las redes sociales, esto quiere decir que los individuos necesitan uso de internet lo que conlleva a que los individuos descuiden sus propios compromisos académicos, actividades diarias necesarias como comunicación con la familia, amigos porque les lleva horas conectarse a la red cada vez día. (Echeburúa y Requesens, 2012) c) Uso excesivo de las redes sociales: la última categoría es el más difícil por controlar demostrando que además del descontrol, el tiempo también puede afectar la forma en que una persona usa las plataformas digitales. Las personas prefieren otras actividades y por ello prefieren acceder a ellas, además hay una inadecuada percepción de tiempo en cuanto a la duración que pueden ocuparse con seguridad. (Echeburúa et al.,2012).

Continuando con la segunda variable se utilizó como teoría igualmente el modelo cognitivo conductual para explicar que la ansiedad empeora, convirtiéndose grave o abrumadora

conllevando a un trastorno de ansiedad, generalizada, de pánico o de ansiedad social, caracterizados por un nivel desproporcionadamente alto de ansiedad, que interfieren significativamente en las actividades diarias de la persona. Estos trastornos a menudo requieren intervención profesional, que puede incluir terapia cognitivo-conductual, medicación o una combinación de ambos enfoques Clark y Beck (2010)

Por otro lado, la ansiedad, es una reacción negativa que se produce como respuesta a la motivación de quienes la temen se propaga a todos, afectando el cuerpo y la mente. Define el primero como un estado reactivo o negativo, diferente de otros estados debido a una combinación de cambios experienciales y fisiológicos que incluyen sentimientos de excitación, depresión y ansiedad Vagg et. al. (1980)

Castiblanco (2023) señaló los síntomas característicos de los trastornos de ansiedad. influyen en intereses académicos como la capacidad de autoestudio en el periodo del programa académico, lo que enfatiza la importancia de la educación, trabajo escolar con rendimiento académico subóptimo. Síntomas más comunes Tensión, fatiga, problemas de alteraciones emocionales como falta de atención, irritabilidad, tensión muscular e insomnio American Psychiatric Asociación (2014)

Mendez y Fernández (2023) afirma, que la ansiedad es provocada por la expectativa de un accidente o accidente futuro, con síntomas negativos y síntomas físicos asociados señales de advertencia, mensaje de peligro inminente y oportunidades para que las personas tomen las medidas adecuadas. A veces, sólo un sentimiento que es una reacción a una situación estresante.

Cuando alcanza un cierto nivel de gravedad, se convierte en una condición médica que causa síntomas severos de malestar físico, mental y conductual.

Según Bertoglia (2005) Se puede decir que la ansiedad es un sentimiento de miedo que padecemos cuando nos enfrentamos a unas situaciones que sentimos como aterradora la cual está relacionada con la ansiedad, porque en el entorno de pruebas son muchas las reacciones de los estudiantes que son ansiedad y se desarrolla una desregulación del comportamiento una sensación de falta de control, que se vuelve incontrolable e inhibe su capacidad para expresar sus conocimientos. pérdida inminente esto por sí solo puede provocar ataques de ansiedad.

La ansiedad debe definirse como una condición de inquietud, aprensión y excitación cuando se comprende desde una perspectiva conceptual (Gil y Botello, 2018). Por otro lado, Spielberg clasifica la ansiedad como una condición o una característica. Se considera una característica cuando se refiere a la tendencia de una persona a reaccionar fuertemente a ciertos eventos. Generalmente creen que la situación es intimidante, pero cuando se considera una condición, es una respuesta que está relacionada con la situación y se extiende en tiempo y magnitud. (Mamani, 2017).

Vallejo (2011) formuló hipótesis para entender acerca de la ansiedad, incluido el modelo psicodinámico, la teoría etológica, las explicaciones biológicas, los tipos bidimensionales y la hipótesis del encontrado en la naturaleza de Spielberg. El modelo psicodinámico de la ansiedad identifica tres conceptos de ansiedad: la primera hipótesis sugiere que la ansiedad resulta de la represión de los deseos sexuales, la segunda hipótesis propone que la ansiedad surge como

resultado de experiencias del nacimiento y la última hipótesis la ansiedad es una respuesta a la ansiedad excesiva.

Spielberg y Diaz (1982), proporcionaron una explicación de los síntomas anormales y, además, de cómo estos síntomas afectan la salud mental. Teniendo en cuenta que, según Gonzáles y Báez (2024), la ansiedad es un rasgo de personalidad que se puede observar en diferentes situaciones, pero según la ansiedad situacional es cuando una persona se concentra en una determinada situación en respuesta a una situación peligrosa y temporal.

Se entiende que la ansiedad empieza por la forma en que la persona piensa sobre las causas de su ansiedad, ya sean psicológicas o no. Esta evaluación se basa en la magnitud de la intranquilidad del individuo, por lo que una persona que se considera una amenaza o un peligro tendrá una mayor dosis de intranquilidad o utilizará métodos de protección para reducir la magnitud de la intranquilidad. Se propone un parámetro basado en el prototipo: la ansiedad estado y característica. La magnitud de la ansiedad característica se refiere a la propensión de los seres humanos a generar respuestas de ansiedad en respuesta a la percepción de amenazas o riesgos. El nivel de intranquilidad que experimentan las personas (Navlet, 2012).

Es importante comprender que el uso de las redes sociales es una parte considerable de la sociedad, por esta razón las redes sociales se definen como sistemas que han sido encontrados y planificados para ser accesibles a las personas en Internet y por lo tanto pueden crear espacio. pudiendo variar sus características dependiendo de la plataforma de red social a la que esté expuesto (Boyd & Ellison, 2007) cuando las personas se unen con objetivos comunes, pueden

expresar una parte de ellos). Su presencia, expresa sus pensamientos, hechos y cifras para mostrar a sus colegas, ejemplos de estas herramientas son Facebook, Twitter, Instagram, TikTok, WhatsApp, Snapchat, etc.

Muchos estudios y literatura científica han investigado la relación entre la adicción a Internet y otros trastornos mentales, emocionales. Mientras tanto, la ansiedad es una de las piezas del rompecabezas relacionado con la conducta adictiva, porque cuando se crea un hábito, la ansiedad puede derivar en situaciones incontrolables. Para reducirlo, las personas adoptan comportamientos atípicos que no están motivados por el deseo de ser buenos o queridos, sino por reducir la ansiedad de no realizar ese comportamiento. (Escurra y Salas, 2014).

1.2 Objetivo General

Determinar la relación entre adicción a las redes sociales y ansiedad en escolares de secundaria de un Colegio Nacional de Ate Vitarte, 2023

Objetivos específicos:

- Identificar el nivel de adicción a las redes sociales de los escolares de secundaria de un colegio nacional en Ate Vitarte, 2023
- Identificar el nivel de ansiedad de los escolares de secundaria de un colegio nacional en Ate Vitarte, 2023
- Identificar la relación entre la dimensión obsesión por las redes sociales y ansiedad en escolares de secundaria de un colegio nacional en Ate Vitarte, 2023.

- Identificar la relación entre la dimensión Falta de Control Personal y ansiedad de los escolares de secundaria de un colegio nacional en Ate Vitarte, 2023.
- Identificar la relación entre la dimensión uso excesivo de las redes sociales y ansiedad en escolares de secundaria de un colegio nacional en Ate Vitarte, 2023.

1.3 Hipótesis General

Existe relación entre la adicción a las redes sociales y ansiedad en escolares de secundaria de un Colegio Nacional de Ate Vitarte, 2023

Hipótesis Específicas:

Hi: Existe relación entre la obsesión por las redes sociales y ansiedad en escolares de secundaria de un colegio nacional en Ate Vitarte, 2023.

Hi: Existe una relación entre la falta de control personal y ansiedad en escolares de secundaria de un colegio nacional en Ate Vitarte, 2023.

Hi: Existe relación entre el uso excesivo de las redes sociales y ansiedad en escolares de secundaria de un colegio nacional en Ate Vitarte, 2023.

CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

2.1 Tipo de investigación

La investigación es de tipo descriptivo-correlacional, puesto que busca medir y recoger datos de las variables de investigación, como también de establecer si hay relación entre las variables, como lo señala Hernández y Mendosa (2018). El enfoque de la investigación es cuantitativo. Como lo señalan Hernández et al., (2014) Según el tipo de información utilizada y el análisis realizado, este análisis es cuantitativo, porque la investigación se basa en el uso de números y cifras, y su finalidad es sacar conclusiones sobre la cuestión. El diseño de la investigación es no experimental, así como señalan Kerlinger y Lee (2000) este diseño no experimental, permiten conocer cómo se comportan la muestra investigada en relación al fenómeno sin realizar la manipulación de las variables. El corte del estudio fue transversal debido a que se estudian todas las variables al mismo tiempo, haciendo un corte en el tiempo. Bernal, (2010).

Población y muestra

Según Sánchez et al., (2018), Una población es un conjunto de objetos, cosas o acontecimientos, viven juntos y pueden ser seleccionados para participar en la investigación Los integrantes eran estudiantes de secundaria de un centro educativo público ubicado en el distrito de Ate Vitarte - Lima. La muestra está compuesta por 116 escolares de 4to y 5to grado de secundaria. Como lo afirman Hernández et al., (2014) Una muestra es un grupo pequeño para el cual se recopila información y la precisión debe estar determinada por las características de esa población. Con las características de dicha población, cumpliendo con las siguientes condiciones como son los

criterios de exclusión e inclusión; El muestreo es no probabilístico por conveniencia siendo un método en el que el investigador selecciona una muestra basándose en una evaluación subjetiva en lugar de un muestreo aleatorio cómo nos indica Hernández et al., (2014).

a) Criterios de Inclusión

- Alumnos de 4to y 5to grado de secundaria de un colegio nacional de Ate Vitarte del presente año escolar 2023 de ambos géneros.
- Cuyas edades están entre 16 a 18 años.
- Quienes deseen acceder de manera voluntaria y cuenten con el consentimiento informado.

b) Criterios de Exclusión

- Alumnos de 4to y 5to grado de secundaria de un colegio nacional de Ate Vitarte que no están matriculados en el presente año escolar 2023.
- De edades inferiores a los 16 a mayores de 18 años.
- Quienes no deseen acceder de manera voluntaria y no cuenten con el consentimiento informado.

2.2 Técnicas e instrumentos

La técnica empleada fue la encuesta, que llega a ser una técnica de estudio que emplea cuestionarios para obtener datos sobre las actitudes, creencias, opiniones o conductas de un conjunto particular de individuos (Smith, 2018). En lo que respecta a los instrumentos, se emplearon dos instrumentos psicométricos, un cuestionario para medir la primera variable y una escala de auto medición para la segunda variable, los cuales permitieron la medición y el análisis de la información de manera objetiva de los participantes. Estos fueron el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) y Escala Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (IDARE)

En la investigación se utilizó el Test de Adicción a las Redes Sociales para la variable 1 de adicción, el cual fue elaborado por Ecurra y Salas (2014). El test consta de 24 ítems que registran el rango de la variable. sus puntuaciones se basan en una escala de Likert que empieza por 0 (nunca), 1 (Rara vez), 2 (alguna vez), 3 (casi siempre) y 4 (siempre). El cuestionario cuenta con 3 componentes, el primero es "Obsesión por las redes sociales" y tiene diez ítems, el siguiente es "Falta de control personal" en la utilización de las redes sociales" y posee seis ítems, el tercero es "uso excesivo de las redes sociales" y posee ocho ítems. A fin de calcular la magnitud de la herramienta, cada punto ganado por cada ítem debe ser agregado, de modo que la suma de las puntuaciones se encuentre entre 0 y 96 (Ecurra y Salas, 2014). para la aplicación se requiere un promedio de 15 minutos la aplicación es individual o colectiva, se puntúa como nivel alto, bajo o moderado.

El test evidenció una fiabilidad de consistencia interna (alfa de Cronbach .85). Mediante el análisis factorial confirmatorio, la adecuación KMO presentó .95, el cual es muy alto;

considerándose alto todos los puntajes obtenidos con una confiabilidad adecuada para el uso del instrumento. En cuanto a la validez por otro lado, Ecurra & Salas, (2014) “La validez de constructo fue realizada a través de un análisis factorial confirmatorio para corroborar la consistencia de los factores identificados, se compararon tres modelos: de 3 factores independientes, 3 actores relacionados y el modelo independiente, en base a estos tres el que mejor se adecua es el de 3 factores relacionados donde se obtuvo ($\chi^2(238) = 35.23; p < .05; \chi^2/df = 1.48; GFI = .92; RMR = .06; RMSEA = .04; AIC = 477.28$)”

Para la variable 2 ansiedad se utilizó el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (IDARE) el cual fue creado por Spielberger, Charles D. Díaz - Guerrero, Rogelio en el año (1970) en Estados Unidos. Fue adaptado y validado en el contexto peruano por Castro en el (2015). El cuestionario cuenta con 2 componentes, escala A-Rasgo y escala A- Estado sus puntuaciones se basan en una escala Likert casi nunca (1) algunas veces (2) frecuentemente (3) casi siempre (4) la escala A-Rasgo se utiliza para la identificación de estudiantes de bachillerato y profesional propensos a la ansiedad, y para evaluar el grado hasta el que los estudiantes que solicitan los servicios de asesoría psicológica o de orientación, son afectados por problemas de ansiedad neurótica. La escala A-Estado es un indicador sensible del nivel de ansiedad transitoria experimentada por pacientes en orientación, psicoterapia, terapéutica del comportamiento o en los pabellones psiquiátricos respecto a la duración se requiere un promedio de 15 minutos la aplicación es individual o colectiva, se puntúa como nivel alto, bajo o moderado. El test evidenció una confiabilidad por consistencia interna mediante el Alfa de Cronbach de las escalas del Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado ascendió a .85 la cual es

buena. Respecto a las propiedades psicométricas del (IDARE) para obtener la validez de contenido se realizó la “V” de Aiken el cual arrojó un valor de 0.90 a 1.0 con una $p < .001$, lo cual es significativa, además la validez discriminativa mostró puntajes de .334 al .679.

Procedimiento

Se realizó la búsqueda de instrumentos de medición validados y adaptados en el contexto peruano para las variables adicción a las redes sociales (ARS) y Ansiedad estado - rasgo (IDARE) en base a las preguntas y objetivos de la investigación propuestos. Se procedió a realizar la coordinación con la Institución educativa a través del director, donde se presentó una solicitud de aprobación y donde se obtuvo una respuesta de aceptación de la IE. Se procedió a la distribución del consentimiento informado a los estudiantes de secundaria para poner en conocimiento a sus padres o tutores legales que den autorización firmada donde se les expresó el objetivo del estudio. Asimismo, se recogieron las autorizaciones de los consentimientos informados, luego se coordinó con los tutores de aula para elegir horarios de la hora de tutoría para poder realizar la aplicación. Se realizó la recolección de datos la cual tuvo una duración total de tres días diferentes en las diversas secciones de 4to y 5to de secundaria. Luego se trasladó los resultados de cada estudiante en una base de datos de excel para su posterior conversión de letras a números y codificaciones de cada participante para finalmente trasladar la información al programa estadístico.

2.3 Análisis de datos

Para el análisis de datos se procedió a recabar los datos y codificar por cada estudiante y tabular en Excel, luego se identificó las variables sociodemográficas de los estudiantes así como colocar ambas variables, se procedió aplicar los criterio de inclusión y exclusión para lo cual se retiraron los test de los estudiantes quienes no culminaron satisfactoriamente la encuesta y aquellas que no pertenecían a 4to y 5to de secundaria, aquellas que no presentaron de manera correcta el consentimiento informado. Luego se procedió a trasladar la información del Excel al programa SPSS Versión 26, así como resultados descriptivos para conocer las variables y las dimensiones a estudiar. Se realizó un análisis de consistencia interna para la confiabilidad de los datos de ambas variables a través del estadístico alfa de Cronbach además, se respetó los criterios señalados en las normas APA 7ma edición para posteriormente describir e interpretar los datos obtenidos; asimismo, se realizaron los análisis descriptivos de los datos sociodemográficos, la prueba de normalidad para conocer la distribución de los datos recabados posteriormente se trabajó con el estadístico de relación Kolmogórov Smirnov, como los resultados tuvieron una curva de distribución no normal se empleó el coeficiente de correlación de Spearman.

2.4 Aspectos éticos

Para la presente investigación se contempló con los aspectos éticos señalados por el Colegio de Psicólogos del Perú, donde se define la importancia de realizar los procedimientos adecuados para las investigaciones en personas en ese sentido se garantizó que se cumplieran con los siguientes artículos De acuerdo con el artículo 22, todos los psicólogos deben cumplir con la normativa de la investigación y el artículo 24, se solicitará el consentimiento informado de las

muestras a analizar. Artículo 25: El propósito de la investigación de los alumnos es adquirir conocimiento sobre las variables estudiadas; no considera ningún tipo de peligro como establece la Asociación americana de Psicología. (2020), podemos recopilar datos o realizar evaluaciones con fines de investigación siempre que las fuentes sean confiables.

CAPÍTULO III: RESULTADOS

Tabla 1

Niveles de adicción a las redes sociales

Niveles de adicción a las redes sociales	N	%
Alto	14	12%
Medio	19	16%
Baja	83	72%
Total	116	100%

Nota. N=116

La tabla 1, muestra el nivel en que los alumnos de cuarto y quinto grado de una escuela nacional presentan adicción a las redes sociales. Siendo el 72% la mayor parte, que se encuentra dentro de la categoría de baja adicción. El nivel de adicción medio representa el 16% y nivel de adicción alto se encuentra representado por apenas el 12%.

Tabla 2*Niveles de ansiedad*

Niveles de ansiedad	N	%
Alto	21	18%
Medio	23	20%
Baja	72	62%
Total	116	100

Nota. N=116

La Tabla 2 muestra los niveles de ansiedad reportados por estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria. la mayoría fue indicada por el 62%, lo que corresponde a un nivel bajo. Por el contrario, el nivel de grupo promedio es del 20% y el grupo minoritario es del 18% en el nivel de ansiedad alta.

Tabla 3

Correlación entre adicción a las redes sociales y Ansiedad

		Adicción a las redes sociales	
		Coefficiente de correlación	.605
Spearman	Ansiedad	Sig. (bilateral)	.001
		N	116

Nota. Existe correlación estadísticamente significativa entre las variables ($p < .05$)

En la tabla 3 se observa, Existe una relación altamente significativa según el nivel de significancia de ($p = .001 < .05$), que está por debajo del máximo error permitido. Se encontró una relación alta y positiva entre ambas variables ($\rho = .605$). en aquellos que participan. Por lo tanto, la hipótesis alterna es aceptada en lugar de la hipótesis nula. Podría explicar que los síntomas de la ansiedad aumentan con el uso de redes sociales, lo que puede resultar a tener problemas para controlar el uso de los dispositivos y dejar de lado actividades.

Tabla 4

Correlación de la obsesión por las redes sociales y Ansiedad

		Obsesión por las redes sociales	
		Coefficiente de correlación	.532
Spearman	Ansiedad	Sig. (bilateral)	.002
		N	116

Nota. Existe correlación estadísticamente significativa entre las variables ($p < .05$)

En la Tabla 4 se muestra el grado de significancia ($p = .002 < .05$) que se encuentra dentro del rango de parámetros aceptables e indica que se ha encontrado una relación significativa. Esto, demuestra que existe una relación positiva y positiva entre la atención a las relaciones sociales y la ansiedad en los escolares, se puede observar por $\rho = 0.532$. Esto lleva a la confirmación de la hipótesis alternativa y al rechazo de la hipótesis nula.

Tabla 5

Correlación de la falta de control personal y Ansiedad

		Falta de control personal	
		Coefficiente de correlación	.583
Spearman	Ansiedad	Sig. (bilateral)	.001
		N	116

Nota. Existe correlación estadísticamente significativa entre las variables ($p < .05$)

Vemos que el tablero 5, Existe una relación significativa, según el grado de significancia ($p = .001 < .05$) dentro de los parámetros permitidos. donde se encontró una relación moderada y positiva entre la dimensión falta de control (rho =.583). personal y la preocupación de los estudiantes. De igual manera, se acepta la hipótesis alternativa y se rechaza la hipótesis nula es nula. Esto podría deberse a que la falta de control personal conduce a mayores señales de ansiedad.

Tabla 6

Correlación del uso excesivo de las redes sociales y Ansiedad

		Uso excesivo de las redes sociales	
		Coeficiente de correlación	.572
Spearman	Ansiedad	Sig. (bilateral)	.003
		N	116

Nota. Existe correlación estadísticamente significativa entre las variables ($p < .05$)

Podemos apreciar que en el tablero 6, Existe una relación significativa, según el nivel de significancia de ($p = .003 < .05$), que está dentro de los parámetros permitidos. donde se demostró que existe una relación moderada y positiva entre la dimensión de la ansiedad de los estudiantes y el uso excesivo de las redes sociales. Asimismo, se reconoce la hipótesis alterna e hipótesis nula. Esto se podría explicar por el uso excesivo. Los síntomas de ansiedad aumentan en las redes sociales.

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

4.1 Discusión

El objetivo general de esta investigación es conocer si existe correlación entre la adicción a la red social y ansiedad en estudiantes de secundaria de un colegio nacional en Ate Vitarte. Los resultados proporcionados en el tablero 3 demostró una correlación significativamente positiva entre estos dos factores ($\rho = .605$), lo que resulta en el rechazo de la hipótesis nula y el respaldo de la hipótesis alternativa. Este resultado es comparable a los hallazgos de Yilmaz et al. (2023), donde se estableció una correlación positiva y significativa ($\rho = .826$). La similitud se puede atribuir a las características sociodemográficas compartidas de las dos muestras, como ser joven de edades similares y evaluados en el mismo año. es crucial recordar lo que la Organización Mundial de la Salud (OMS) señaló en 2017 que el uso excesivo de dispositivos móviles y el acceso a plataformas sociales tiene un impacto en la salud mental, lo que conduce a síntomas de ansiedad, preocupación excesiva y falta de control; además, los adolescentes que experimentan esta adicción experimentan ansiedad y dificultades para interactuar socialmente (Cia, 2014).

El objetivo específico 1 era determinar el nivel de adicción a las redes sociales que mostraban los estudiantes de estos grados. En la muestra, el 72% con un nivel bajo de adicción a las redes sociales, De igual manera, el nivel medio alcanzó el 16% y el 12% experimentó un nivel alto de adicción. Según Quintana (2023), los estudiantes de quinto grado en Trujillo mostraron un nivel de adicción bajo (45%), mientras que el nivel medio fue del 21 % y el alto fue del 34 %. Es importante destacar que los jóvenes de 16 a 24 años, que son estudiantes, son

los principales consumidores, según INE (2020) de adolescencia temprana quienes representan el 86%, son los principales usuarios porque, a pesar de su corta edad, están expuestos a hábitos inadecuados debido a su madurez mental, lo que les hace difícil manejar su tiempo y presentar síntomas adictivos.

El objetivo específico 2 buscó conocer el nivel de ansiedad de los estudiantes de Ate Vitarte, y la mayoría sumó un 62% que corresponde a un nivel bajo, mientras que el nivel medio alcanzó un 20% y la minoría sumó un 18% que corresponde a un nivel alto. Zabala (2021) descubrió que del 76% de los participantes colombianos tenían una dependencia baja de las redes sociales, mientras que el 24% tenía una dependencia alta. En cuanto a la ansiedad percibida, el 53% no tenía síntomas de ansiedad y solo el 8% tenía síntomas leves, el 12% tenía síntomas de ansiedad y el 16% tenía ansiedad de nivel medio. Esto se debe a que los participantes no tienen un impacto significativo en los síntomas de ansiedad a nivel patológico porque se dedican a actividades recreativas diferentes. La UNICEF (2020) reveló cifras sobre la presencia de ansiedad en adolescentes, donde solo un 27% asciende a la muestra de estos indicadores, pero se destaca la importancia de la prevención temprana en las familias. Esto se debe a que los participantes no experimentan un impacto significativo en los síntomas de ansiedad a nivel patológico porque se dedican a actividades recreativas diferentes. Por lo tanto, la UNICEF (2020) reveló algunas estadísticas sobre la presencia de ansiedad en adolescentes, donde solo un 27% asciende a la edad de estos indicadores, no obstante, se destaca la importancia de la prevención oportuna en las familias.

A lo que respecta al objetivo específico 3, Se buscó determinar la conexión entre La tabla 4 muestra una relación positiva entre la obsesión por las redes sociales y la ansiedad de los estudiantes en el colegio público de Ate Vitarte ($\rho = .532$), de tamaño medio. Como resultado, la hipótesis nula fue rechazada y la hipótesis fue aceptada. intercambiable. De acuerdo con esto, Collantes y Tobar (2023) descubrieron en su investigación que se buscó establecer la conexión entre la dimensión de la obsesión por las redes sociales y la ansiedad de los estudiantes en instituciones educativas públicas La tabla 4 muestra una relación positiva ($\rho = .532$) de Ate Vitarte. de tamaño medio. Como resultado, se descartó la hipótesis nula y la hipótesis alternante fue aceptada. Collantes y Tobar (2023) descubrieron en su investigación que las variables analizadas coincidían con la obsesión que manifestaron los estudiantes de Colombia alcanzó un ($\rho = .281$) que es poco positivo, como Ecurra y salas (2014) mencionan que los estudiantes experimentan ansiedad y preocupación constante por lo que sucede en las redes sociales, incluida la ansiedad cuando no pueden conectarse a las redes.

A lo que respecta al objetivo específico 4, Se buscó determinar la relación entre la dimensión de falta de control personal y la dimensión de ansiedad de los estudiantes de Ate Vitarte; la tabla 5 muestra una relación positiva de magnitud moderada entre ambas. Como resultado, se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula. La investigación de Trinidad y Varilla (2019), que encontró una correlación moderada positiva ($\rho = .411$) entre los estudiantes de nivel secundario, es comparable a este resultado. Por lo tanto, según Echeburúa y Requesens (2012), si un adolescente no tiene control sobre su uso excesivo, puede dejar de lado sus deberes escolares, personales y de socialización.

Además, el objetivo específico 5 buscaba determinar la conexión entre la ansiedad de la muestra estudiada y el uso excesivo de las redes sociales. Como resultado, se encontró una relación positiva de magnitud moderada entre la dimensión del uso excesivo de las redes sociales y la ansiedad escolar en la Tabla 6. Por lo tanto, la hipótesis alterna es aceptada y la hipótesis nula es rechazada. La relación entre la media y la directa es de 0,494, respectivamente. El resultado es comparable al de Cuba y Cesar (2022) en una muestra de estudiantes de secundaria en Lima. ($\rho = .494$) siendo Directa y de magnitud moderada. De esta manera, se confirma lo que Escurra y Salas (2014) señalaron que la ansiedad de los estudiantes se debe a comportamientos adictivos e impulsivos que utilizan demasiado para satisfacer sus deseos e impulsos hacia esta actividad.

En lo que respecta a las limitaciones, fue el acceder a la muestra de forma directa, ya que, el permiso para compartir las pruebas se limitó a un pequeño número de salones, lo que dificultó la recolección de más datos. Se sugiere que en próximos estudios se lleve a cabo la recolección en una población más grande, en varios espacios socio educativos, con el fin de analizar con mayor profundidad las diferencias y similitudes entre poblaciones. De tal modo, puede ser interesante ver diferencias entre los estudios. Adicción social a Internet y ansiedad social según diversos estudios También se han encontrado correlaciones más altas entre estas variables en otros países.

Con respecto a la implicancia práctica, se puede inferir a partir de los datos recopilados que existen comportamientos como permanecer conectados a las redes en línea durante las

actividades en clases, experimentar síntomas de ansiedad cuando se les pide que dejen de usarlas o pasar un buen tiempo sin conectarse. Por lo tanto, es crucial que las escuelas sensibilicen sobre este problema. Por lo tanto, es fundamental informar al campo de la psicología para que pueda identificar a los estudiantes con estos problemas, así como a los docentes para que concienticen a los estudiantes sobre la dependencia a internet y la ansiedad a través de conferencias, talleres y seminarios, para que puedan reducir estos comportamientos y controlarlos mediante otras actividades. La implicancia metodológica de este estudio nos permite obtener herramientas psicométricas confiables y válidas que pueden utilizarse para evaluar en el mundo académico actual. Los instrumentos utilizados en esta investigación, el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) y el Inventario de Ansiedad, Rasgo - Estado (IDARE), son muy populares a nivel mundial para evaluar la adicción a las redes sociales y la ansiedad, Para finalizar, la implicancia teórica de este estudio está relacionada con los hallazgos de las respuestas de los estudiantes que expresaron adicción a las redes y ansiedad, la cual se justifica gracias al enfoque médico, ya de acuerdo con el DSM-5 (2020), las personas con adicción a Internet se caracterizan por tener extensas horas de conexión diaria para actividades recreativas, lo que podría llevarlos a ignorar otras partes importantes de la vida, como el trabajo, las relaciones sociales, la alimentación, la recreación y otros aspectos. Los adictos a Internet pueden experimentar síntomas como ansiedad, irritabilidad, trastornos del estado de ánimo y dificultades para interactuar con los demás.

4.2 Conclusiones

- Los estudiantes que asisten al colegio de Ate Vitarte tienen una correlación positiva de magnitud alta entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad.
- El grado de adicción a las redes sociales alcanzó un nivel bajo del 72%, un nivel moderado del 16% y un nivel alto del 12%.
- El 62% de los estudiantes tenían niveles bajos de ansiedad, el 20% tenían niveles medios y el 18% tenían niveles altos.
- Existe relación directa de magnitud moderada entre la ansiedad de los estudiantes y la obsesión por las redes sociales.
- Existe relación positiva y magnitud moderada entre la ansiedad de los estudiantes y la falta de control personal.
- El uso excesivo de redes sociales y la ansiedad en los estudiantes tienen una relación positiva y de magnitud moderada.

Referencias

- Arroyo, V. J., Resendiz, M. D. J. R., Baltazar, M. I. H., & Zavala, M. L. A. A. (2020). Dependencia al uso del celular en estudiantes universitarios de la ciudad de Morelia. *Revista Científica de Psicología Eureka*, 17(3), 218-235.
- Asociación Americana de Psicología. (2020). *Manual de publicación de la Asociación Americana de Psicología*, séptima edición (2020). Asociación Americana de Psicología.
- American Psychiatric Asociación. (2014). *Guía de consulta de los criterios diagnósticos del DSM-5®: Spanish Edition of the Desk Reference to the Diagnostic Criteria From DSM-5®*. American Psychiatric Pub.
- Álvarez Carbajal, V. (2022). *Adicción a las redes sociales y ansiedad en adolescentes de la institución educativa San Francisco Solano-Edgar Valer Pinto*, Abancay 2022.
- Arévalo, C., y Yordana, K. (2021). *Adicción a las redes sociales y procrastinación en alumnos de secundaria de una institución estatal de La Esperanza [Tesis de pregrado, Universidad Privada Antenor Orrego]*. Repositorio de la Universidad Privada Antenor Orrego.
- Annoni, A. M., Petrocchi, S., Camerini, A. L., & Marciano, L. (2021). The relationship between social anxiety, smartphone use, dispositional trust, and problematic smartphone use: A moderated mediation model. *International journal of environmental research and public health*, 18(5), 2452.
- Bertoglia, L. (2005). *La Ansiedad Y Su Relación Con El Aprendizaje*.
- Bernal, C. (2010). *Metodología de la investigación administración, economía, humanidades y ciencias sociales*. In Pearson (Vol. 3a). file:///C:/Users/youhe/D
- Brand, V. A. G., & García, L. E. G. (2023). Adicción o uso problemático de las redes sociales online en la población adolescente. Una revisión sistemática. *Psicoespacios*, 17(31).

- Barnhart, B. (2022). Social media demographics to inform your brand's strategy in 2022. Sprout Social.
- Boyd, DM y Ellison, NB (2007). Sitios de redes sociales: definición, historia y erudición. Revista de comunicación mediada por computadora, 13 (1), 210-230.
- Botello, V. y Gil, L. (2018). Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de Ciencias de la Salud de una universidad de Lima Norte, 2017 (Tesis de pregrado).
- Castiblanco, d. (2023). Influencia de la ansiedad en el rendimiento académico de estudiantes de ciencias de la salud. Universidad de Ciencias Aplicadas y Ambientales u.d.c.a, 1-33.
- Cornetero, W. (2019). Adicción a redes sociales y síntomas depresivos en los adolescentes
- Clark, D. A. y Beck, A. T. (2010). Cognitive therapy of anxiety disorders: Science and practice. Nueva York, Estados Unidos: Guilford Press.
- Choque Garibay, C. I. (2023). Correlación entre adicción a redes sociales y sintomatología de ansiedad en estudiantes de secundaria de un colegio nacional en Lima-Perú.
- Collantes, K. D., & Tobar, A. (2023). Adicción a redes sociales y su relación con la autoestima en estudiantes universitarios: Social Media Adicione and Its Relationship with Self-Esteem in University Students. LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, 4(1), 848-860.
- Cuba Huaytalla, C. G. (2022). Adicción a redes sociales y nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria en una Institución Educativa de Lima, 2021.
- Correa et. al. (2020), Adicción a las redes sociales y autoestima en adolescentes de nivel secundario de dos instituciones estatales de Cajamarca. (Tesis para optar el título de licenciado en psicología), Universidad privada Antonio Guillermo Cajamarca.
- Cabero, J., Martínez, S., Valencia, R., Leiva, J., Orellana, M. y Harvey, 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), 1-12.

- Cía., A. H. (2014). Las adicciones no relacionadas a sustancias (DSM-5, APA, 2013): un primer paso hacia la inclusión de las Adicciones Conductuales en las clasificaciones categoriales vigentes. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 76, 210 - 217.
- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in Human Behavior*, 17(2), 187–195.
- De Psiquiatría, A. E. (2014). Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-5). Medica Panamericana.
- Escurre, M. & Salas, E. (2014). Uso de las redes sociales entre estudiantes universitarios limeños. *Revista peruana de Psicología y trabajo social*, 3(1), 75-90.
- Escurre, M. y Salas, E. (2014). Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). *LIBERABIT*, 20(1), 73-91.
- Duran Huamán, M. A., & Delgadillo Rengifo, A. M. (2022). Redes sociales y efectos en la salud mental en adolescentes del colegio Ntra. Sra. de Lourdes, Los olivos 2022.
- De Psiquiatría, A. A. (2014). DSM-5. Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales. Madrid: Editorial Médica Panamericana.
- Elhai, J. D., Gallinari, E. F., Rozgonjuk, D., & Yang, H. (2020). Depresión, anxiety and fear of missing out as correlates of social, non-social and problematic smartphone use. *Addictive behaviors*, 105, 106335.
- Echeberrúa, E. y Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 22(2), 19-33.
- Echeburúa, E. y Requesens, A. (2012). Adicción a las redes sociales y a las nuevas tecnologías

en jóvenes y adolescentes. Guía para educadores. Madrid: Pirámide.

- El periódico El Comercio (2021), publicó el estudio por Hootsuite y We Are Social incremento de los internautas en el Perú
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia – UNICEF (2020). El impacto del COVID-19 en la salud mental de adolescentes y jóvenes. <https://www.unicef.org/lac/el-impacto-del-covid-19-en-la-salud-mental-deadolescentes-y-j%C3%B3venes>
- Fernández-Álvarez, J., Prado-abril, J., Sánchez-Reales, S., Molinari, G., Martín Gómez Penedo, J., & Jeong Youn, S. (2020). La brecha entre la investigación y la práctica clínica: hacia la integración de la psicoterapia. *Papeles del psicólogo*, 41(2), 81-90.
- Granados, M. R., Vallejo-Medina, P., & Sierra, J. C. (2011). Relación de la ansiedad y la depresión con el asertividad sexual. *Análisis y Modificación de conducta*, 37(155-156).
- Gil-Tapia, L. y Botello-Príncipe, V. (2018). Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de Ciencias de la Salud de una Universidad de Lima Norte. *Casus*, 3(2), 89-96. <https://doi.org/10.35626/casus.2.2018.75>
- Gonzales, M. E. C., Pilatuña, R. I. C., Sánchez, J. R. T., & Naranjo, J. P. M. (2022). Dependencia al dispositivo móvil y problemas en la conducta social y control emocional en universitarios. *Revista Ecuatoriana de Psicología*, 5(11), 43-53.
- González, N. R., & Báez, A. L. M. (2024). Factores psicosociales relacionados al abandono, desempeño y ajuste en el primer año de universidad: Una revisión sistemática de revisiones. *Revista Electrónica Educare*, 28(2), 7.
- Hernández, R., & Mendoza, C. (2018). Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. Mc Graw Hill Education.
- Hoyos Gómez, M. A., bolívar gallego, L. E., Ruíz Bocanegra, L. F., & Taborda Quiceno, C. C. (2022). Manifestaciones de ansiedad en un grupo de adolescentes del municipio de

enviado que usan excesivamente las redes sociales.

- Kerlinger, f. n., & lee, h. b. (2000). foundations of behavioral research (4th ed.). Holt, rinehart, and Winston.
- Real-Statistic. (2019). Kolomogorov – Smirnov Test For Normality. Diakses 2020.<http://www.real-statistics.com/testsnormality-and-symmetry/statistical-testsnormality-symmetry/kolmogorov-smirnovtest/>
- INE (2020). Encuesta sobre Equipamiento y Uso de Tecnologías de la Información y Comunicación en Hogares.
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2021). Se incrementó población que utiliza Internet a diario. Lima.
https://www.inei.gov.pe/media/MenuRecursivo/boletines/boletin_tics.pdf
- Ipsos Perú. (2019). Peruano Digital. Lima.
- L. y Varilla, G. (2019). Adicción a redes sociales y ansiedad estado – rasgo en estudiantes de secundaria del colegio privado Nikola Tesla, Huacho. (Tesis de Licenciatura). Lima, Perú: Universidad César Vallejo.
- La Rosa Roca, S. (2022). Adicción a redes sociales y ansiedad estado–rasgo en estudiantes de una escuela superior de formación artística pública de Ayacucho.
- López-Iglesias, M., Tapia-Frade, A. y Ruiz-Velazco, C.-M. (2023). Patologías y dependencias que provocan las Redes Sociales en los jóvenes nativos digitales. Revista de Comunicación y Salud, 13, 1-21.
- Méndez, M. L. V., & Fernández, M. A. R. LICENCIADA EN PSICOLOGÍA.
- Moreno Primo, G. S. (2022). Adicción a las redes sociales y ansiedad en estudiantes

universitarios de Lima Metropolitana, 2021.

- Ministerio de Salud (2019). <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/49244-serecomienda-menos-de-cuatro-horas-diarias-de-internet-para-evitar-adiccion-enmenores-de-edad>
- Mamani Guerra, S. E. (2017). Relación entre la procrastinación académica y ansiedad-rasgo en estudiantes universitarios pertenecientes al primer año de estudios de una universidad privada de lima metropolitana.
- Navlet Salvatierra, M. D. R. (2012). Ansiedad, estrés y estrategias de afrontamiento en el ámbito deportivo: Un estudio centrado en la diferencia entre deportes.
- Organización Mundial de la Salud. Salud Mental. [internet]. 2022. Privacy Legal Notice.
- Portillo-Reyes, V. Ávila-Amaya, J. A., Capps, J. W. (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.
- Pacheco Chavez, D. G. (2019). Adicción al internet, impulsividad y ansiedad en estudiantes de nivel secundaria de dos instituciones educativas de Villa El Salvador.
- Perpiña, J. (2012). Adaptación de una versión corta de la subescala estado del “Statetrait Anxiety Inventory” de Spielberger (STAI) en pacientes españoles conectados a ventilación mecánica invasiva. Alianca. Tesis de doctorado en Enfermería: Práctica y educación. Universidad de Alianca.
- Patterson, RL, O'Sullivan, MJ y Spielberger, CD (1980). Medición del estado y rasgo de ansiedad en clientes ancianos de salud mental. Revista de evaluación del comportamiento, 2, 89-97.
- Puentes Cruz, V., Vergaño Sánchez, L. J., & Ortiz Suárez, Á. M. (2020). Estudio descriptivo sobre el impacto emocional (depresión, ansiedad y estrés) durante el aislamiento social

preventivo ocasionado por la pandemia del COVID-19 en la población del municipio de Girardot (Doctoral dissertation, Corporación Universitaria Minuto de Dios).

- Quintana, A. L. Y. (2023). Salud mental de adolescentes: Adicción a redes sociales. *Journal of Neuroscience and Public Health*, 3(3), 409-417.
- REYNOSO, B. L. G. "DEPENDENCIA A LAS REDES SOCIALES EN ADOLESCENTES DE TERCERO BÁSICO DE UN COLEGIO PRIVADO. (2019)
- Smith, j. (2018). *understanding surveys: a practical guide*. Publisher
- Sánchez Carlessi, H., Reyes romeros, C. y Mejía Sáenz, k. (2018). *Manual de términos en investigación científica, tecnología y humanista*.
<https://www.urp.edu.pe/pdf/id/13350/n/libro-manual-de-terminos-eninvestigacion.pdf>
- Turgeman, L., Hefner, I., Bazon, M., Yehoshua, O., & Weinstein, A. (2020). Studies on the relationship between social anxiety and excessive smartphone use and on the effects of abstinence and sensation seeking on excessive smartphone use. *International journal of environmental research and public health*, 17(4), 1262.
- Tobar-Viera, A., Acosta, N., Mejía-Rubio, A., & Puchaicela, A. (2023). Descripción y comparación de la dependencia al celular en adolescentes en tiempo de pandemia. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(2), 7287-7300.
- Trinidad Grados, L. A., & Varillas Estupiñán, G. V. (2021). Adicción a redes sociales y ansiedad estado–rasgo en estudiantes de secundaria del colegio privado Nikola Tesla, Huacho 2021.
- Vagg, PR, Spielberger, CD y O'Hearn Jr, TP (1980). ¿Es multidimensional el inventario de ansiedad estado-rasgo? *Personalidad y diferencias individuales*, 1 (3), 207-214.
- Spielberger, C., Diaz, G. (1982) *Cuestionario de ansiedad: rasgo - estado*. Madrid, España: TEA ediciones.

- Vallejo, J. (2011). Introducción a la psicopatología y a la psiquiatría. (7ma. ed.). Barcelona: Masson.
- Velásquez et. al. (2019). Adicción a las Redes Sociales y Ansiedad en estudiantes De secundaria de Lima Metropolitana. (Tesis para optar el título licenciado en psicología. Universidad peruana de ciencias aplicadas)
- Vivanco, T. (11 octubre 2022). Ansiedad y depresión aquejan a más de 17 mil habitantes en la región Junín. Correo. <https://diariocorreo.pe/edicion/huancayo/mas-de-17-mil-casos-de-ansiedad-ydepresion-aquejan-a-la-region-junin-noticia/>
- Yilmaz, R., Sulak, S., Griffiths, M. D., & Yilmaz, F. G. K. (2023). An exploratory examination of the relationship between internet gaming disorder, smartphone addiction, social appearance anxiety and aggression among undergraduate students. *Journal of Affective Disorders Reports*, 11, 100483.
- Zabala Baquero, S. S. (2021). Ansiedad, síntomas de adicción a las redes sociales y procrastinación en adolescentes de colegios públicos de villavicencio (Doctoral dissertation, Universidad Santo Tomás).
- Zuppardo, L., Rodríguez Fuentes, A. V., Pirrone, C., & Serrano, F. (2020). Las repercusiones de la Dislexia en la Autoestima, en el Comportamiento Socioemocional y en la Ansiedad en Escolares.



ANEXOS

Anexo I Consentimiento informado

ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y ANSIEDAD

Estimado/a participante:

Te saludan ~~Jhonny Gomez~~ y Elizabeth Vargas, estudiantes del 10° ciclo de la carrera de Psicología de la Universidad Privada del Norte, actualmente nos encontramos realizando una investigación para optar por el título profesional de licenciados en psicología. Tu participación nos brindará información valiosa para este estudio, es por ello que solicitamos tu apoyo con tus respuestas a las siguientes consultas con la mayor sinceridad.

Consentimiento informado:

Al acceder a realizar la presente encuesta, usted es consciente de que su participación en este estudio es completamente voluntaria y que sus respuestas son estrictamente confidenciales y anónimas, con fines únicamente investigativos y académicos. Tenga en cuenta que, si lo considera, puede no continuar con los cuestionarios en cualquier momento.

He leído y comprendido la información anteriormente mencionada y estoy de acuerdo en participar de manera voluntaria, entendiendo que mi información se utilizará con fines académicos.

Sí

No

Información sociodemográfica:

Sexo: Masculino Femenino Edad: _____ Grado: _____

Sección:

Nacionalidad: Peruano Extranjero

Lugar de residencia:

Preguntas de inicio:

Adicción a las redes sociales: se caracteriza por un patrón persistente en el uso y que se relaciona con las horas empleadas, es una acción recurrente y repetitiva.

siempre

Casi siempre

Algunas veces

Rara vez

Nunca

La ansiedad: es una respuesta psicológica desagradable la cual se puede generar en respuesta a incentivos procedentes de los que se sienten como una amenaza

Casi nunca

Algunas veces

Frecuentemente

Casi siempre

Anexo 2 Matriz de operacionalización de las variables

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA
Adicción las redes sociales	La adicción se define como una conducta repetitiva y persistente hacia las redes de información tecnológica, considerado como un trastorno de adicción en la actividad normal, por lo general amable y socialmente aceptada, pero se convierte en una verdadera obsesión, incidiendo en la sociabilidad directa (Cugota, 2008).	Para la evaluación de la adicción a las redes sociales se asumirán los puntajes y definiciones de la prueba Test de adicción a las Redes Sociales (Miguel Escurra Mayaute y Edwin Salas Blas)	Obsesión por las Redes Sociales	2, 3, 5, 6, 7,13, 15, 19,22, 23	Intervalo
			Falta de Control Personal	4, 11, 12,14, 20,24	
			Uso Excesivo de las Redes Sociales	1, 8, 9, 10, 16, 17, 18, 21	
Ansiedad	Otro factor asociado al uso inadecuado de las redes sociales es la ansiedad (Garcés & Ramos, 2010). Existe una correlación entre el abuso de las redes sociales y ansiedad con efectos fisiológicos como aumento de la frecuencia cardíaca, y alteración de los patrones de conciencia, alteraciones del sueño e irritabilidad provocadas por las interrupciones en la vida diaria de los sujetos (Rodríguez et al., 2012).	Para la evaluación de la ansiedad por las redes sociales se asumirán los puntajes y definiciones de la prueba Inventario de Ansiedad, Rasgo – Estado (IDARE) de Spierlberger	Bienestar estado	1,2,5,8,10,11,15,16,19,20	Intervalo
			Ansiedad estado	3,4,6,7,9,12,13,14,17,18	
			Bienestar rasgo	22,23,24,25,28,29,31,32,35, 37,38,40	
			Ansiedad rasgo	21,26,27,30,33,36,39	

Anexo 3. Prueba de Normalidad

Prueba de Normalidad*Prueba de la normalidad*

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Adicción a las redes sociales	.078	116	.075
Ansiedad	.082	116	.200

Anexo 4. Cuestionario (ARS)

Cuestionario de adicción a redes sociales (ARS)

Miguel Escourra Mayuate y Edwin Salas Blas (2014)

INSTRUCCIONES:

Lea los siguientes enunciados y responda a cada una de las frases expresando la frecuencia con que tiene ese sentimiento según crea oportuno. Recuerde que no hay respuestas correctas ni incorrectas. Asimismo, trate de responder con sinceridad según estos criterios:

0	1	2	3	4
Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre

1	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales	0	1	2	3	4
2	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales	0	1	2	3	4
3	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.	0	1	2	3	4
4	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.	0	1	2	3	4
5	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales	0	1	2	3	4
6	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales	0	1	2	3	4
7	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales	0	1	2	3	4
8	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja	0	1	2	3	4

9	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo	0	1	2	3	4
10	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado	0	1	2	3	4
11	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales	0	1	2	3	4
12	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales	0	1	2	3	4
13	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días	0	1	2	3	4
14	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos uso prolongado e intenso de las redes sociales	0	1	2	3	4
15	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales	0	1	2	3	4
16	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.	0	1	2	3	4
17	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.	0	1	2	3	4
18	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.	0	1	2	3	4
19	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.	0	1	2	3	4
20	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales	0	1	2	3	4
21	. Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales	0	1	2	3	4
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.	0	1	2	3	4
23	Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).	0	1	2	3	4
24	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.	0	1	2	3	4

Anexo 5. Inventario (IDARE)

Inventario de Ansiedad, Rasgo – Estado (IDARE)

Spielberger, Charles D. / Díaz - Guerrero, Rogelio (1970)

INSTRUCCIONES:

Lea los siguientes enunciados y responda a cada una de las frases expresando la frecuencia con que tiene ese sentimiento según crea oportuno. Recuerde que no hay respuestas correctas ni incorrectas. Asimismo, trate de responder con sinceridad según estos criterios:

1	2	3	4
casi nunca	algunas veces	frecuentemente	casi siempre

1	Me siento calmado	1	2	3	4
2	Me siento seguro	1	2	3	4
3	Estoy Tenso	1	2	3	4
4	Estoy contrariado	1	2	3	4
5	Me siento a gusto	1	2	3	4
6	Me siento alterado	1	2	3	4
7	Estoy preocupado actualmente por algún posible contratiempo	1	2	3	4
8	Me siento descansado	1	2	3	4
9	Me siento ansioso	1	2	3	4
10	Me siento cómodo	1	2	3	4
11	Me siento con confianza en mí mismo	1	2	3	4
12	Me siento nervioso	1	2	3	4

13	Estoy agitado	1	2	3	4
14	Me siento a punto de explotar	1	2	3	4
15	Me siento Relajado	1	2	3	4
16	Me siento satisfecho	1	2	3	4
17	Estoy preocupado	1	2	3	4
18	Me siento muy preocupado y aturdido	1	2	3	4
19	Me siento alegre	1	2	3	4
20	Me siento bien	1	2	3	4
21	Me siento mal	1	2	3	4
22	Me canso rápidamente	1	2	3	4
23	Siento ganas de llorar	1	2	3	4
24	Quisiera ser tan feliz como otras personas parecen ser	1	2	3	4
25	Pierdo oportunidades por no poder decidirme	1	2	3	4
26	Me siento descansado	1	2	3	4
27	Soy una persona tranquila, serena y sosegada	1	2	3	4
28	Siento que las dificultades se me amontonan al punto de no poder superarlas	1	2	3	4
29	Me preocupo demasiado por cosas sin importancia	1	2	3	4
30	Soy feliz	1	2	3	4
31	Tomo las cosas muy a pecho	1	2	3	4
32	Me falta confianza en mí mismo	1	2	3	4
33	Me siento seguro	1	2	3	4
34	Trato de sacarle el cuerpo a las crisis y dificultades	1	2	3	4

35	Me siento melancólico	1	2	3	4
36	Me siento satisfecho	1	2	3	4
37	Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente	1	2	3	4
38	Me afectan tanto los desengaños que no me los puedo quitar de la cabeza	1	2	3	4
39	Soy una persona estable	1	2	3	4
40	Cuando pienso en los asuntos que tengo entre manos me tenso y altero	1	2	3	4

VARIABLE 1: Adicción a Las redes sociales (ARS)

FICHA TÉCNICA

Nombre	Adicción a las redes sociales (ARS)
Autores y Año	Escurra y Salas (2014).
Procedencia	Lima- Perú
Número de ítems	24
Puntaje	Bajo, Medio y Alto
Tiempo	15 minutos
Significación	Nivel de adicción a las RS. de una persona en su vida

VARIABLE 2 : Inventario de ansiedad estado – rasgo (IDARE)

FICHA TÉCNICA

Nombre	Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (IDARE)
Autores y Año	Spielberger, Charles D. Díaz - Guerrero, Rogelio (1970)
Procedencia	Estados Unidos
Adaptación	Castro (2015).
Número de ítems	40
Puntaje	Bajo, Medio y Alto
Tiempo	15 minutos
Significación	Nivel de ansiedad una persona en su vida