



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE ICA

UNIVERSIDAD AUTONOMA DE ICA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADEMICO DE PSICOLOGIA

TESIS

ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y ANSIEDAD, EN LAS
ESTUDIANTES DEL 5° DE NIVEL SECUNDARIA DE LA I.E.S.
CARLOS RUBINA BURGOS, PUNO – 2024.

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

CALIDAD DE VIDA, RESILIENCIA Y BIENESTAR
PSICOLÓGICO

PRESENTADO POR:

Br. WALDIR JIMMY SUPO ALANOCA

TESIS DESARROLLADA PARA OPTAR EL TÍTULO
PROFESIONAL DE LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

DOCENTE ASESOR:

Dra. DANIELA MILAGROS ANTICONA VALDERRAMA

CÓDIGO ORCID N.º 0000-0002-1189-4789

CHINCHA, 2024

CONSTANCIA DE APROBACIÓN DE INVESTIGACIÓN

Dra.

SUSANA MARLENI ATUNCAR DEZA

Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud

Presente. –

De mi especial consideración:

Sirva la presente para saludarle e informar que /la estudiante, WALDIR JIMMY SUPO ALANOCA de la Facultad de ciencias de la salud, del programa académico de psicología, ha cumplido con elaborar su:

PROYECTO DE
TESIS

TESIS

Titulado: “ ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y ANSIEDAD, EN LAS ESTUDIANTES DEL 5° DE NIVEL SECUNDARIA DE LA I.E.S. CARLOS RUBINA BURGOS, PUNO – 2024”

Por lo tanto, queda expedito para continuar con el procedimiento correspondiente, remito la presente constancia adjuntando mi firma en señal de conformidad.

Agradezco por anticipado la atención a la presente, aprovecho la ocasión para expresar los sentimientos de mi especial consideración y deferencia personal.

Cordialmente,



Dra. Daniela Milagros Anticona Valderrama
DNI N° 47152075

Código ORCID N.º <https://orcid.org/0000-0002-1189-4789>

DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

Yo, **Waldir Jimmy Supo Alanoca**, identificado con DNI N° 44866873, en mi condición de estudiante del programa académico de **Psicología** de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma de Ica y que habiendo desarrollado la Tesis titulada: **ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y ANSIEDAD EN LAS ESTUDIANTES DEL 5° DE SECUNDARIA DE LA I.E.S. CARLOS RUBINA BURGOS, PUNO-2024**. Declaro bajo juramento que:

- La investigación realizada es de mi autoría
- La tesis no ha cometido falta alguna a las conductas responsables de investigación, por lo que, no se ha cometido plagio, ni auto plagio en su elaboración.
- La información presentada en la tesis se ha elaborado respetando las normas de redacción para la citación y referenciación de las fuentes de información consultadas. Así mismo, el estudio no ha sido publicado anteriormente, ni parcial, ni totalmente con fines de obtención de algún grado académico o título profesional.
- Los resultados presentados en el estudio, producto de la recopilación de datos son reales, por lo que, el investigador no ha incurrido ni en falsedad, duplicidad, copia o adulteración de estos, ni parcial, ni totalmente.
- La investigación cumple con el porcentaje de similitud establecido según la normatividad vigente de la Universidad (no mayor al 28%), el porcentaje de similitud alcanzado en el estudio es del:

17 %

Autorizo a la Universidad Autónoma de Ica, de identificar plagio, autoplagio, falsedad de información o adulteración de estos, se proceda según lo indicado por la normatividad vigente de la universidad, asumiendo las consecuencias o sanciones que se deriven de alguna de estas malas conductas.

Chincha Alta, 19 de diciembre del 2024.


Waldir Jimmy Supo Alanoca
DNI N°: 44866873

DECLARO LA AUTENTICIDAD DE LA FIRMA E IMPRESIÓN
DACTILAR QUE ANTECEDE DE: Waldir Jimmy Supo Alanoca
IDENTIFICADO(S) CON D.N.I. N° 44866873
ES LA MISMA QUE USA(N) EN TODOS SUS ACTOS PÚBLICOS Y PRIVADOS, LA NOTARIA NO ASUME RESPONSABILIDAD SOBRE EL CONTENIDO DEL DOCUMENTO. 19 DIC 2024
PUNO



María Centeno Zavala
ABOGADO - NOTARIO

DEDICATORIA

A Dios por guiar mi camino y elegir esta profesión que tanto amo, a mi madre Paulina por su amor, a mi padre Simón por todo el apoyo y a mi hermana Noelia por motivarme y apoyarme durante todo este proceso, gracias, esta tesis se las dedico a todos ustedes.

Waldir Jimmy Supo Alanoca

AGRADECIMIENTO.

Deseo expresar mi gratitud a todos los que colaboraron en la creación de esta tesis, ha sido un proceso de aprendizaje. Gracias a la Universidad Autónoma de Ica y a la Dra. Daniela por los conocimientos brindados y ser una guía durante este proceso, a la I.E.S. Carlos Rubina Burgos y a la directora Lourdes por darme las facilidades para la aplicación de los cuestionarios.

Waldir Jimmy Supo Alanoca

RESUMEN

La investigación tuvo como finalidad, determinar la relación que existe entre adicción a las redes sociales y la ansiedad en las estudiantes del 5° de nivel secundaria de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno – 2024. La metodología es de enfoque cuantitativo de nivel básico y de corte transversal, no experimental y de diseño descriptivo correlacional. La población estuvo conformada por 75 estudiantes; la muestra fue de 69 participantes. Los instrumentos aplicados fueron el cuestionario de adicción a redes sociales (ARS) y el inventario de ansiedad de Beck (BAI). Los resultados evidenciaron que un (8.70%) de las estudiantes presentan un nivel bajo de (ARS), un (47.82%) presentan un nivel medio, un (36.23%) presentan un nivel alto y un (7.24%) un nivel muy alto. Por otro lado, en la variable ansiedad, se evidenciaron en las estudiantes que un (21.74%) presentan nivel mínimo, un (21.74%) nivel leve, un (15.94%) de nivel moderado y un (49.28%) de nivel grave. Concluyendo que existe una relación significativa entre la variable adicción a redes sociales y la variable ansiedad en las estudiantes, obteniendo un valor en la correlación de Pearson de 0,247* con un $p < 0,05$.

Palabras claves: adicción a redes sociales, ansiedad, estudiantes, malestar psicológico.

ABSTRACT

The purpose of the research was to determine the relationship between addiction to social networks and anxiety in students in the 5th year of secondary school at I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno - 2024. The methodology is a quantitative approach of basic level and cross-sectional, non-experimental and descriptive correlational design. The population consisted of 75 students; the sample consisted of 69 participants. The instruments applied were the social network addiction questionnaire (ARS) and the Beck Anxiety Inventory (BAI). The results showed that (8.70%) of the students presented a low level of (ARS), (47.82%) a medium level, (36.23%) a high level and (7.24%) a very high level. On the other hand, in the anxiety variable, it was evidenced in the students that (21.74%) presented a minimum level, (21.74%) a slight level, (15.94%) a moderate level and (49.28%) a severe level. Concluding that there is a significant relationship between the variable addiction to social networks and the variable anxiety in the students, obtaining a value in the Pearson correlation of 0.247* with a $p < 0.05$.

Key words: social network addiction, anxiety, students, psychological distress.

INDICE GENERAL

DEDICATORIA	3
AGRADECIMIENTO.	4
RESUMEN	5
ABSTRACT	6
ÍNDICE GENERAL	7
ÍNDICE DE TABLAS	8
ÍNDICE DE FIGURAS	8
I. INTRODUCCIÓN	10
II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	12
2.1. Descripción del problema	12
2.2. Pregunta de investigación general	14
2.3. Pregunta de investigación específicas	14
2.4. Objetivo general y específicos	15
2.5. Justificación e importancia	15
III. MARCO TEÓRICO	18
3.1. Antecedentes	18
3.2. Bases teóricas	25
3.3. Marco conceptual	35
IV.METODOLOGÍA	37
4.1. Tipo y nivel de investigación	37
4.3. Hipótesis general y específicas	38
4.4. Identificación de las variables	39
4.5. Matriz de operacionalización de variables	40
4.6. Población – Muestra	43
4.7. Técnicas e instrumentos de recolección de información	44
4.8 Técnicas de análisis y procesamiento de datos	48
V.RESULTADOS	49
5.1 Presentación de resultados.	49
VI. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS	64
Análisis inferencial	64
Recomendaciones.	73
IV. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	74
Bibliografía	74

Anexo 1: Matriz de consistencia	84
Anexo 2: Instrumento de recolección de datos	87
Anexo 3: Ficha de validación por juicio de expertos	92
Anexo 4. Resultados	98
Anexo 5: Consentimiento informado	104
Anexo 6. Asentimiento informado	105
Anexo 7. Carta de presentación.	106
Anexo 8. Carta de aceptación para aplicación de cuestionarios	108
Anexo 9. Constancia de haber realizado recopilación de datos para tesis	109
Anexo 10: evidencias fotográficas	110
Anexo 11: Informe de Turnitin al 28% de similitud	115

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Población de estudiantes de 5° de secundaria.	44
Tabla 2 Ficha técnica del cuestionario de adicción a las redes sociales	46
Tabla 3 Validación del Cuestionario de adicción a redes sociales (ARS).	47
Tabla 4 Confiabilidad del Cuestionario Adicción a las Redes Sociales (ARS)	47
Tabla 5 Ficha <i>del Inventario de Ansiedad de Beck (BAI)</i>	47
Tabla 6 Validación <i>del inventario de Ansiedad de Beck (BAI)</i>	48
Tabla 8 Datos sociodemográficos	51
Tabla 9 Descripción <i>de los niveles de la variable 1, adicción a las redes sociales.</i>	52
Tabla 10 Niveles <i>de la dimensión, obsesión a las redes sociales.</i>	52
Tabla 11 Niveles <i>de dimensión, falta de control personal en el uso de las redes sociales.</i>	53
Tabla 12 Niveles de dimensión, uso excesivo de las redes sociales.	54
Tabla 13 Ansiedad	55
Tabla 14 Niveles <i>de dimensión, ansiedad cognitiva</i>	56
Tabla 15 Niveles <i>de dimensión, ansiedad fisiológica</i>	57
Tabla 16 Descripción <i>de los niveles de adicción a las redes sociales y el nivel de ansiedad.</i>	58
Tabla 17 Descripción de los niveles de la dimensión, obsesión a las redes sociales y el nivel de ansiedad.	59

Tabla 18 Descripción de los niveles de la dimensión falta de control a las redes sociales y el nivel de ansiedad.	60
Tabla 19 Descripción de los niveles de la dimensión uso excesivo a las redes sociales y el nivel de ansiedad.	61
Tabla 20 Prueba de normalidad.	65
Tabla 21 Correlación de Pearson adicción a redes sociales y ansiedad	66
Tabla 22. Análisis estadístico de obsesión con las redes sociales y ansiedad.	67
Tabla 23 Análisis estadístico de la dimensión falta de control personal a las redes sociales y ansiedad	68
Tabla 24 Análisis estadístico de la dimensión uso excesivo a las redes sociales y ansiedad.	69

ÍNDICE DE FIGURAS

FIGURA 1 Tabla de contenido	8
Figura 1 Niveles de dimensión adicción a las redes sociales	53
Figura 2 Niveles de dimensión obsesión por las redes sociales	54
FIGURA 3 NIVELES DE DIMENSIÓN FALTA DE CONTROL A LAS REDES SOCIALES Y ANSIEDAD	55
Figura 4 Niveles de dimensión, uso excesivo de las redes sociales	56
Figura 5 Ansiedad en las estudiantes	57
Figura 6 Niveles de dimensión, ansiedad cognitiva	58
Figura 7 Niveles de dimensión, ansiedad fisiológica	59
Figura 8 niveles de adicción a redes sociales y el nivel de ansiedad	60
Figura 9 niveles de la dimensión, obsesión a las redes sociales y el nivel de ansiedad	61
Figura 10 Niveles de la dimensión falta de control a las redes sociales y el nivel de ansiedad	62
Figura 11 Niveles de la dimensión uso excesivo a las redes sociales y el nivel de ansiedad	63

I. INTRODUCCIÓN

El presente estudio aborda una situación problemática que hace unos años se está volviendo común en el mundo entero; son las adicciones a las redes sociales, los niños y adolescentes podrían ser los más vulnerables, ya que en su mayoría le dan un significado de distracción y una manera de comunicarse con otras personas. Los usuarios que utilizan las redes sociales obsesivamente, muestran una gran cantidad de aumentos correspondientes en sus niveles de ansiedad y varios artículos recientes han mencionado que el uso de las redes sociales está asociado con la ansiedad y esto podría frenar el desarrollo normal del adolescente, entorpeciendo diferentes áreas de su vida, social, física y psicológica.

El objetivo de la presente investigación fue determinar la conexión entre la variable adicción a redes sociales y la variable ansiedad, explorando cómo se ejercen una influencia recíproca de ambas variables en un determinado escenario educativo. Por otro lado, el estudio brindará información esencial, para entender la relación que existe entre adicción a redes sociales y ansiedad. Cabe mencionar que los resultados estadísticos nos brindarán información que nos ayudara a plantear diferentes alternativas para la prevención o intervención, según sean las necesidades, promoviendo el bienestar físico, psicológico y social. que beneficiarán a los estudiantes del 5° de secundaria de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos de Puno.

El presente estudio se elaboró de acuerdo al esquema básico actual de la universidad, conformado por las siguientes partes.

En el capítulo I. se encuentra la introducción del presente trabajo de investigación.

En el capítulo II. planteamiento del problema de investigación, el cual tiene como objetivo describir la situación problemática actual en los tres escenarios a nivel mundial, nacional y regional. Pregunta de investigación general, preguntas de investigación específicas, objetivo general, objetivos específicos, la justificación e importancia y los alcances y limitaciones.

Capítulo III. Marco teórico; estudios y bases teóricas de investigaciones anteriores que incluyen información internacional, nacional y local. que dan un sustento al presente proyecto de investigación.

Capítulo IV. Metodología; el tipo y el diseño de investigación, así como la hipótesis general y específicas, identificación de variables, operacionalización de variables, población y técnicas e instrumentos de recolección de datos, procesamiento de datos.

Capítulo V. cronograma de actividades. Donde se dará a conocer la fecha y el lugar.

Capítulo VI. Presupuesto se refiere a los recursos financieros y humanos.

Capítulo VII. Referencias bibliográficas y anexos, donde incluyen matriz de consistencia, ficha de validación por juicio de expertos e informe de TURNITIN.

Waldir Jimmy Supo Alanoca

II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

2.1. Descripción del problema

La adicción a las redes sociales se identifica por el uso incontrolado y obsesivo hacia los dispositivos móviles que interfiere significativamente con la vida cotidiana del usuario, esta adicción se manifiesta por la ausencia del control sobre el tiempo de uso y una necesidad intensa de estar conectado (Sánchez, 2024). Por otra parte, la ansiedad es una emoción que experimentamos algunas veces todas las personas; pero se convierte en una patología cuando es constante, intensa o desmedida. La actual cultura de la rapidez de lo urgente y la competitividad, con una tecnología que nos aboca a dar respuestas rápidas y la sobreexposición en redes, ocasiona que nuestros espacios mentales pierden fuerza frente a la productividad (Barbieri, 2022).

En el ámbito internacional, según el departamento de salud y servicios humanos (HHS, 2024) hasta el 95 % de los jóvenes de entre 13 y 17 años afirman utilizar una plataforma de redes sociales, casi dos tercios de los adolescentes afirman utilizar las redes sociales todos los días y un tercio afirma utilizar las redes sociales casi constantemente; los niños y adolescentes que utilizan 3 horas al día las redes sociales enfrentan el doble de riesgo de sufrir problemas de salud mental como la ansiedad; esto es preocupante ya que una encuesta reciente mostró que los adolescentes pasan un promedio de 3,5 horas al día en las redes sociales y cuando se les preguntó sobre el impacto de las redes sociales en su imagen corporal, el 46 % de los adolescentes de entre 13 y 17 años dijeron que las redes sociales los hacen sentir peor.

A nivel internacional, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021) menciona que, 1 de cada 7 adolescentes de 10 a 19 años (14%) padece algún trastorno mental, el más común, la ansiedad; se calcula que el 3,6% de los adolescentes de 10 a 14 años y el 4,6% de los de 15 a 19 años padece un trastorno de ansiedad, también se calcula que el 1,1% de los adolescentes de 10 a 14 años y el 2,8% de los de 15 a 19 años padecen depresión y ansiedad. Los trastornos de ansiedad se

manifiestan como crisis nerviosas y angustia, perjudican la salud física y mental y social

Por otro lado, la Sociedad Española de Medicina de la Adolescencia (SEMA, 2023) menciona, que estudios de la organización panamericana de la salud, en el año 2020, el 27% de los jóvenes encuestados en América Latina y el Caribe reportaron haber sentido ansiedad y el 15% depresión; una de las causas de estos problemas fueron las redes sociales. Brasil, México, Perú, Argentina y Colombia fueron los principales países que tuvieron un crecimiento negativo en la salud mental de las personas. Las redes sociales no son buenas ni malas, el impacto dependerá del significado que cada adolescente le atribuya.

A nivel nacional, el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2021), de acuerdo con el Instituto Nacional de Estadística se llegó a la conclusión que los niños y adolescentes incrementaron el uso del internet; en el caso de niños de 6 a 11 años pasó de un 41,1% en el 2019 a 69,8% en el 2020. Los adolescentes de 12 a 18 años pasaron de 77,4% a 85,7%, el mismo informe menciona que el 79.9% de los adolescentes y el 59.9% de los niños se conectan al internet a través del celular durante el 2020 y hay un incremento de 10 puntos porcentuales con el año 2019. Existe evidencia que la dependencia al celular reduce las actividades físicas, la calidad del sueño y aumenta los síntomas de ansiedad.

En Perú, un reporte del Ministerio de Salud (MINSa, 2023) menciona que la ansiedad ocupa el primer lugar en la atención por problemas en la salud mental en el país, alcanzando un total de 433 816 casos diagnosticados en el año 2022, se presenta con mayor frecuencia, entre los 17 a 25 años de edad; los síntomas pueden ser psicológicos y físicos. “Al detectar una amenaza, provocan en la persona una sensación de miedo intenso acompañado taquicardia, sudoración, ahogamientos, sequedad de boca y rigidez muscular”,

A nivel local, Radio Onda (Azul, 2023), en la Universidad Nacional del Altiplano de Puno, realizaron un diagnóstico situacional de salud; donde participaron 2500 universitarios de diferentes escuelas profesionales,

donde se demostró que los principales problemas de salud mental son la ansiedad y depresión. Se realizó un curso de ilustración para los estudiantes, sobre ansiedad, estrés, depresión, luego se hicieron tamizajes; los resultados arrojaron que un 40% de los universitarios necesitan intervención por un profesional de la salud mental.

En la I.E.S. Carlos Rubina Burgos de Puno, no son ajenos a estos problemas, se puede observar que muchas estudiantes están más atentas a sus celulares que a su entorno que les rodea; presentan conductas ansiosas como inquietud, nerviosismo, tensión, vergüenza, en algunos casos falta de atención y están más pendientes a chatear o ver videos de su interés, descuidando el área académica y social; en horas de salida caminan observando la pantalla de su celular, siendo propensos a desarrollar dolores articulares en las muñecas, cuello o algún tipo de accidente. Si no se controla el uso irracional del celular y las redes sociales; a largo plazo podrían desarrollar una ansiedad patológica, que podría frenar el óptimo desarrollo de las adolescentes. Frente a esta situación surge la necesidad de realizar el presente estudio, que tiene como propósito identificar la conexión entre la variable adicción a redes sociales y la variable ansiedad, en las estudiantes de 5° de secundaria.

2.2. Pregunta de investigación general

¿Cuál es la relación que existe entre adicción a las redes sociales y la ansiedad, en las estudiantes del 5° de nivel secundaria de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno-2024?

2.3. Pregunta de investigación específicas

P.E.1: ¿Cuál es la relación que existe entre la obsesión a las redes sociales y la ansiedad en las estudiantes del 5° de nivel de secundaria de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno -2024?

P.E.2: ¿Cuál es la relación que existe entre la falta de control personal al uso de las redes sociales y la ansiedad en las estudiantes del 5° de nivel secundaria de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno -2024?

P.E.3: ¿Cuál es la relación que existe entre el uso excesivo a las redes sociales y la ansiedad en las estudiantes del 5° de nivel secundaria de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno -2024?

2.4. Objetivo general y específicos

2.4.1. Objetivo general

Identificar la relación que existe entre adicción a las redes sociales y la ansiedad en las estudiantes del 5° de nivel secundaria de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno – 2024.

2.4.2. Objetivos específicos

O.E.1: Establecer la relación que existe entre la obsesión hacia las redes sociales y la ansiedad en las estudiantes del 5° de nivel secundaria de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno -2024.

O.E.2: Establecer la relación que existe entre falta de control personal a las redes sociales y la ansiedad en las estudiantes del 5° de nivel secundaria de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno-2024.

O.E.3: Establecer la relación que existe entre el uso excesivo a las redes sociales y la ansiedad en las estudiantes del 5° de nivel secundaria de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno -2024.

2.5. Justificación e importancia

2.5.1. Justificación

El presente estudio se desarrolla en los siguientes aspectos.

Justificación teórica

El presente estudio se desarrolló con aportes de diferentes artículos y teorías que darán un sustento científico, las cuales permitirán explicar la relación entre adicción a redes sociales y ansiedad. Las bases teóricas que se utilizaron son: El modelo teórico de Kimberly Young “adicción al internet” que lo define como el descuido de diferentes áreas de la vida por estar conectados al internet que pueden crear hábitos destructivos que se transforman en adicción; esta teoría tiene relación con la variable adicción

a las redes sociales; por otra parte, “la teoría de la personalidad” de Carl Rogers refiere que cuando malgastamos nuestro tiempo, perdemos contacto con el mundo que nos rodea, creamos una contradicción entre el yo real y el yo ideal y surge la ansiedad, esta teoría se relaciona con la variable ansiedad. Las teorías mencionadas logran fundamentar a cada una de las variables de la presente investigación y su importancia radica en generar conocimiento sobre la situación actual y permitirá aclarar ciertas dudas sobre las dos variables y será una fuente de apoyo para futuras investigaciones.

Justificación práctica

El interés del estudio es ver la conexión que existe entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad en las adolescentes, en base a los resultados obtenidos será una fuente de conocimientos sobre la variable 1 y la variable 2 y otros estudios similares, simplificará a las futuras investigaciones dando una información científica actualizada, brindará ideas para planes de concientización, prevención, intervención en el área de psicología; por otro lado, será de beneficio para la institución porque tendrán herramientas para combatir esta situación problemática que cada año va en aumento.

Justificación metodológica

El presente estudio empleó los dos instrumentos estandarizados que tienen validez y confiabilidad y serán adaptados a la realidad del país y de la región, que permitirá obtener resultados objetivos. La metodología es de enfoque cuantitativo, alcance descriptivo - correlacional de corte transversal, de diseño no experimental, la técnica utilizada será la encuesta y los instrumentos que aplicaremos serán el cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) de (Escrura & Salas, 2014) para la variable X y el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) de (Beck et al., 1988) para la variable Y, que se aplicarán en los estudiantes para identificar la relación que existe entre ambas variables.

2.5.2. Importancia

La investigación tiene relación directa con el Objetivo de Desarrollo Sostenible (ODS), para ser más específico con el objetivo 3: salud y bienestar; donde la finalidad es garantizar una vida sana y promover el bienestar en todas las edades mediante la prevención y tratamiento. Por ello es importante identificar la relación de la variable adicción a redes sociales y la variable ansiedad, para poder contribuir en la creación de estrategias preventivas, según sean las necesidades y que beneficien a las estudiantes y la institución. Por otro lado, al describir la problemática y plantear alternativas de solución en las diferentes áreas ya sean social, académico, físico y psicológico se busca mejorar el bienestar psicológico del adolescente. Por ello es importante investigar, porque describe la situación problemática que va en aumento a nivel global, nacional, regional.

III. MARCO TEÓRICO

3.1. Antecedentes

3.1.1. Antecedentes internacionales

Quevedo y Ponce (2023) en un artículo realizado en Ecuador que tuvieron por objetivo, determinar la relación entre la adicción a redes sociales y el estado de ánimo en estudiantes universitarios. De diseño no experimental, de corte transversal, de enfoque cuantitativo y de tipo correlacional. Participaron 254 estudiantes entre los 18 y 22 años. Los instrumentos utilizados fueron el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS), y la Escala para la Valoración de Estado de Ánimo (EVEA). Los resultados dieron una correlación positiva entre la adicción a las redes sociales y los estados de ánimo de tristeza-depresión ($Rho=0.320$), ansiedad ($Rho=0.358$), ira-hostilidad ($Rho= 0.358$) a nivel de 0.001 con una intensidad leve. Mientras que la alegría se correlaciona negativamente con la adicción a redes sociales ($Rho=-0.128$) a nivel 0.05 con una intensidad leve. Concluyendo que, a mayor puntuación de estados de ánimo negativos, mayor será el nivel de adicción a las redes sociales y viceversa.

Klimenko et al. (2020) en un artículo realizado en Colombia, que tuvieron por objetivo, evaluar el riesgo de adicción a redes sociales y su relación con destrezas para la vida socioemocional. Su método fue Un análisis cuantitativo, no experimental, de nivel correlacional, con un diseño transversal; la muestra fue compuesta por 221 alumnos de un colegio público; se empleó la Escala de Riesgo de Adicción a las Redes Sociales e Internet (ERA-RSI), escala de Habilidades para la Vida y varias escalas para valorar las habilidades socioemocionales. Los resultados fueron un nivel medio de riesgo de adicción en la muestra del estudio $M 2,5$ ($Dt 0,6$), mostrando la diferencia estadísticamente significativa en síntomas de adicción ($p=0,001$), uso social ($p=0,044$) y nomofobia ($p=0,002$) a favor del género femenino. De esta manera concluyeron. Las carencias de las habilidades blandas de los estudiantes podrían tener relación con la adicción a redes sociales e internet.

Collantes y Tobar (2023), en su artículo realizado en Ecuador, el objetivo establecer la relación entre adicción a redes sociales y autoestima en los estudiantes universitarios, el enfoque fue cuantitativo; de tipo no experimental, de nivel correlacional para ello se utilizó una muestra de 280 participantes, 25.3% son hombres y 74.7% son mujeres entre los 17 a los 25 años, a quienes se les aplica la Escala de Autoestima de Rossenberg y el Social Media Addiction Scale. Los resultados muestran una conexión negativa entre los niveles de adicción a redes sociales y sus dimensiones: ocupación ($\rho = -0.281$), modificación del estado de ánimo ($\rho = -0.402$), recaída ($\rho = -0.310$) y conflicto ($\rho = -0.386$) con los niveles de autoestima, además de que no se encuentra una diferencia significativa en cuanto a la comparación del sexo en mayor o menor nivel de adicción ($p > 0.05$). Se concluye que mientras menor nivel de autoestima presentan los universitarios mayor adicción a redes sociales.

Jiménez y Suárez (2022) en un artículo realizado en Ecuador, que tuvieron por objetivo. Analizar y comparar la dependencia a las redes sociales presentada en estudiantes universitarios de ambos géneros, estableciendo una diferencia en el uso de las mismas. La metodología radica en un diseño no experimental y un nivel descriptivo y comparativo, la cual establece el orden dentro de la recolección y desarrollo de datos estadísticos al infligir de igual forma el nivel comparativo en el momento de desarrollar la investigación. Los resultados dieron que la prueba tomada en 120 estudiantes El 30% de adolescentes en los que se basó la prueba y la recolección de datos mostraron síntomas de depresión, llegaron a la conclusión, que no se llegó a encontrar una distinción relevante entre género y el uso excesivo de las redes sociales.

Zabala (2021), en una tesis realizada en Colombia. Que tuvo por objetivo establecer el tipo de conexión entre la ansiedad, la procrastinación y las redes sociales. El estudio es de tipo cuantitativo, no empírico transaccional de alcance explicativo y correlacional y los integrantes se escogieron por medio de un sondeo no probabilístico. Los instrumentos que se emplearon son el DASS-21, Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) y Escala de Procrastinación Académica (EPA). La muestra estuvo

conformada por 75 adolescentes, el 62,7% mujeres y el 37,3% hombres los resultados arrojaron que el 76% de los encuestados manifestaron niveles bajos de dependencia a las redes sociales y un 24% evidenció niveles altos. Por otro lado, el 53.3% evidencio la ausencia de síntomas de ansiedad, el 8% mostraron ansiedad leve, 12% moderada, el 8% severa y el 18,6% ansiedad severa. Concluyo que existe una relación positiva y significativa entre ansiedad y adicción a las redes sociales. ($r=245^*$. $p ,034$).

3.1.2. Antecedentes nacionales

Bautista et al. (2023), en un artículo, que tuvo por objetivo. Establecer si existe relación significativa entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en alumnos del quinto grado de secundaria. El enfoque fue cuantitativo, el diseño fue no experimental y el tipo, descriptivo correlacional de corte transversal. La muestra fue conformada por 233 adolescentes, quienes respondieron al Cuestionario de Adicción a Redes Sociales y la Escala de Procrastinación Académica, instrumentos con adecuadas propiedades psicométricas. De acuerdo a los resultados, los estudiantes se caracterizaban por tener bajos niveles de adicción a las redes sociales y niveles moderados de procrastinación académica. Además, se halló que el coeficiente de correlación Rho de Spearman entre ambas variables fue de 0,429 y el p-valor fue inferior al nivel de significancia ($p<0,05$). Se concluyó que existe una relación directa y significativa entre la ARS y la PA.

Vargas y Álvarez (2022), en su tesis que tuvo por objetivo determinar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad de los adolescentes. Metodología de tipo aplicada, de diseño no experimental, descriptivo correlacional. La población estuvo conformada por 119 y la muestra fue de 91 adolescentes; la técnica fue la encuesta y la psicometría siendo los instrumentos el cuestionario (ARS) y una escala para evaluar la ansiedad. Los resultados evidenciaron que el 51,6% de los participantes señalan que, la adicción a las redes sociales es baja, el 47,3% es medio, mientras que el 1,1% considera que es alto; para la variable ansiedad fue bajo en un 18,7%, el 67,0% es moderado y un 14,3% alto. Se concluyo que existe relación significativa entre la adicción a las redes

sociales y la ansiedad; habiendo obtenido un p valor de 0,007; así también la correlación de Rho de Spearman fue de 0,280 siendo esta positiva baja.

Otero et al. (2023), en un artículo, que tuvieron por objetivo. Determinar la asociación de la adicción a redes sociales y las consecuencias en salud mental en estudiantes de medicina humana. Estudio observacional transversal, participaron 454 estudiantes de medicina humana de primero a quinto año, elegidos por muestreo aleatorio estratificado proporcional al tamaño. los cuestionarios empleados fueron: Adicción a redes sociales (ARS), escala de depresión, ansiedad, estrés (DASS-21) y índice de la calidad del sueño de Pittsburgh (PSQI). A fin de evaluar la asociación entre variables. El 65,4% eran mujeres, con edad promedio 21,2 años. Se evidenció asociación significativa entre adicción a redes sociales alto y salud mental (RPc: 2,59; IC95%: 1,92-3,50; p: 0,000), así mismo, los niveles alto y medio de adicción a redes sociales con síntomas depresivos, ansiedad, estrés (p: 0,000) y calidad de sueño (p<0,010), respectivamente. El 41%, 49,1% y 9,9% de los estudiantes presentaron adicción a redes sociales bajo, medio y alto respectivamente. Un 57,5% presentaron síntomas depresivos, 56,4% ansiedad, 70,5% estrés y 77,3% mala calidad de sueño. Llegando a la conclusión de una fuerte asociación entre ARS y salud mental.

Coapaza et al. (2024), en su tesis qué tuvieron por objetivo. Definir la relación entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad en estudiantes. Se ejecutó un estudio básico, de enfoque cuantitativo, nivel correlacional, diseño no experimental y corte transversal. El grupo de estudiantes estuvo integrado por 330 que cursan el 3.º, 4.º y 5.º grado de nivel secundario. Asimismo, el muestreo fue censal, por lo que se trabajó con toda la población de séptimo ciclo; los instrumentos empleados fueron el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales de Ecurra y Salas (2004) y la Escala de Ansiedad de Zung, actualizada por Astocondor (2001). Los resultados indican una conexión entre la obsesión a las redes sociales y ansiedad, ausencia de autocontrol. Todas las correlaciones arrojaron un $p=0,000 < \alpha = 0.05$. Se concluye que la adicción a las redes sociales incrementa la eventualidad de desatar ansiedad.

Becerra et al. (2023), en un artículo de investigación, que tuvieron por objetivo. Estimar la adicción a los teléfonos inteligentes en adolescentes mujeres tras la pandemia por la COVID-19. Estudio transversal. colaboraron 581 estudiantes que respondieron a un cuestionario con variables generales y la Escala de Adicción a los Teléfonos Inteligentes. Se aplicó un análisis estadístico descriptivo y multivariado mediante modelos lineales generalizados de la familia Poisson para evaluar la asociación entre las variables. Los resultados de las participantes, el 21,7 % reveló adicción a los teléfonos inteligentes y el 48,7 % se encuentra en riesgo alto de dependencia. Los conflictos familiares en el hogar (razón de prevalencia ajustada - RPa= 1,41; intervalo de confianza -IC 95 %: 1,00-1,99) y los sentimientos de vergüenza (RPa= 1,44; IC 95 %: 1,01-2,03), se asociaron a mayor adicción a los dispositivos móviles. No obstante, el sentimiento de tristeza, ansiedad o depresión y el hecho de sentirse rechazado por la sociedad presentaron asociación, no ajustada. Concluyeron que la adicción a los teléfonos inteligentes y el riesgo de padecer este trastorno es alta en los adolescentes.

Inocente y Román (2022) en su tesis que tuvieron por objetivo: determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad en estudiantes de tercero a quinto de secundaria. Método: fue de tipo cuantitativo, nivel básico y diseño descriptivo correlacional. La población la conformaron 100 estudiantes de tercero a quinto. La muestra fue no probabilística y de tipo censal. La técnica de recolección fue la encuesta y los instrumentos utilizados fueron el cuestionario de adicción a las redes sociales y la escala de ansiedad de Beck. Resultados: existe relación significativa entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad en los estudiantes de tercero al quinto de secundaria de la institución educativa Andrés Avelino Cáceres Dorregaray, debido al valor de ,270 según el coeficiente de correlación de Pearson. Así mismo, se halló un nivel medio de adicción a las redes sociales 52%, así como un nivel alto de ansiedad 50%. Conclusiones: a mayor nivel de adicción a las redes sociales, mayor nivel de ansiedad en los estudiantes.

Segura (2020), en su tesis que tuvo por objetivo. Determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y la agresividad en adolescentes de Cartavio. El diseño de estudio fue correlacional, y se contó con una muestra de 808 participantes, con edades comprendidas entre los 12-17 años, los cuales cursan 1ero, 2do, 3ero, 4to, 5to de nivel secundaria. Para la recolección de datos, se hizo uso del cuestionario de adicción a las redes sociales ARS y el cuestionario de agresividad premeditada e impulsiva CAPIA. Los resultados muestran relación directa entre la dimensión obsesión por las redes sociales con agresividad premeditada $r=,210^{**}$ (TE=,142; ,431) y con agresividad impulsiva $r=,265^{**}$ (TE=,199; ,494). De igual modo, se reporta relación directa entre la dimensión falta de control con agresividad premeditada $r=,158^{**}$ (TE=,090; ,368) y con agresividad impulsiva $r=,187^{**}$ (TE=,119; ,403), se concluye que existe relación directa entre el uso excesivo de las redes sociales y conductas agresivas en los estudiantes.

Estrada et al. (2021), en un artículo que tuvo por objetivo. Establecer la relación que existe entre la adicción a internet y las habilidades sociales de los estudiantes del quinto grado de secundaria. Método: La investigación tuvo un enfoque cuantitativo, el diseño fue no experimental y el tipo descriptivo – correlacional, transeccional. La muestra está constituida por 102 estudiantes a quienes se les aplicó dos instrumentos de recolección de datos: la Escala de la Adicción a Internet de Lima y la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales, las respuestas fueron sistematizadas y analizadas utilizando el programa SPSS. Resultados arrojaron que el 58,8% de estudiantes presentaron un nivel medio de adicción a internet, el 62,8% desarrollaron parcialmente sus habilidades sociales. Concluyeron que existe una relación inversa significativa entre la adicción a internet y las habilidades sociales de los estudiantes ($r_s = -0,787$; $p=0,000$).

Portal (2019), en su tesis de investigación que tuvo como objetivo general, determinar la relación entre adicción a las redes sociales y el nivel de ansiedad en los estudiantes de 4to y 5to de Secundaria. El enfoque cuantitativo aplica de tipo descriptivo correlacional, de corte transversal; la población estuvo conformada por 100 alumnos de edades comprendidas

entre 14 y 17 años a quienes se aplicó los instrumentos de adicción a redes sociales (ARS) y el cuestionario de ansiedad estado-rasgo. Los resultados obtenidos encontraron que no existe relación entre adicción a las redes sociales y el nivel de ansiedad, sin embargo, se encontró niveles altos de adicción a las redes sociales y niveles medios de ansiedad. Concluyendo que no existen evidencias para aceptar que existe relación entre la adicción a redes sociales y el nivel de ansiedad en estudiantes, la hipótesis general de esta investigación se rechaza. Dado que, $p = 0.257 >$ que $\alpha = 0.05$, se acepta la hipótesis nula, es decir que probablemente no existe evidencia para aceptar que la adicción a redes sociales

3.1.3. Antecedentes locales o regionales

Núñez (2021), en su tesis que tuvo por objetivo, Determinar la relación entre adicción y redes sociales. Fue de tipo básica de diseño no experimental a nivel correlacional. El tamaño de la muestra fue de 279 adolescentes de 12 a 16 años, Para la recolección de datos se utilizaron: El cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) de Escurra y Salas, este; por otro lado, el Cuestionario de agresividad (AQ) de Buss y Perry adaptado por Mata linares. Resultados: Existe suficiente evidencia para afirmar que las variables no son independientes, es decir, los niveles de adicción a las redes sociales tienen relación positiva con los niveles de agresividad, Puesto que el valor $p = 0.007$, la cual es menor a 0.05. Se concluye que los estudiantes que presentan mayor adicción a las redes sociales son más propensos a tener mayores niveles de agresividad.

Chui et al. (2023), en un artículo que tuvo por objetivo. Analizar el uso incontrolado de Internet en el bienestar psicológico de estudiantes universitarios. El estudio fue de tipo descriptivo, explicativo y de corte transversal, realizado con 226 alumnos. La salud mental fue relacionada con la ansiedad, la depresión y el índice de la calidad de sueño. El uso de Internet se cuantificó mediante encuesta, explorando el tiempo (h/día) de uso durante los últimos 30 días; la ansiedad y la depresión fue determinada a través de la escala de valoración de Hamilton (HARS y HDRS), con una consistencia interna, $\alpha = 0.93$ y 0.89 , respectivamente; y el índice de la calidad del sueño mediante el cuestionario de Pittsburgh ($\alpha=0.87$). Los

resultados indican que la depresión ($\beta = 0.292$; $p < 0.001$), la ansiedad ($\beta = 0.229$; $p < 0.001$) y el uso excesivo de internet ($\beta = 0.178$; $p < 0.01$) son los aspectos que más contribuyeron ($p < 0.001$) en el índice de la calidad de sueño de los estudiantes. Llegando a la conclusión que el uso excesivo de Internet contribuyó significativamente en los niveles de ansiedad ($p < 0.001$), depresión ($p < 0.01$) y en la calidad de sueño ($p < 0.001$), lo que resultó en la propagación de emociones de ansiedad y depresión.

Livise (2023), en un artículo de investigación que tuvo por objetivo determinar la relación entre adicción a las redes sociales y estrés académico. El tipo de estudio es descriptivo, el diseño correlacional. La técnica utilizada fue la encuesta, los instrumentos utilizados son los cuestionarios: El inventario SISCO y el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS). La población estuvo representada por 52 alumnos. Los resultados de los datos estadísticos trabajados indican que, si existe relación y según el coeficiente de Pearson $R = 0.786$, se ubica en correlación positiva alta. Llegando a la conclusión que existe un aumento en la adicción de las redes sociales en los alumnos que ocasiona un incremento significativo del estrés académico.

3.2. Bases teóricas

3.2.1. Variable x adicción a las redes sociales

3.2.1.1 Definición.

Escurra y Salas (2014), la adicción a las redes sociales la describe como hábitos tóxicos, donde refiere que al inicio resultan como una actividad que genera placer, pero esta cuando ya toma dominio de la persona, se convierte en un pasatiempo destructivo a largo plazo, generando diferentes tipos de patologías.

Los adolescentes como se sabe siempre usaron las redes sociales, pero al verse confinados por la pandemia generaron una gran necesidad de usarlas incluso en sus actividades académicas, puesto que fue una forma para el aprendizaje. Esto por su parte se convirtió en adicción en muchos casos (Ochoa y Barragán, 2022).

El uso incontrolado de las plataformas digitales, trae diferentes situaciones problemáticas. que puede afectar a personas de todas las edades y que tiene síntomas que se asemejan a las adicciones sin sustancias, esta situación problemática está relacionada cada vez con personas jóvenes (Rodríguez, 2021).

En resumen, la adicción a las redes sociales, es la pérdida del dominio de la persona y la necesidad de estar conectado, para generar algún tipo de satisfacción y si no se logra estar conectado surgen diferentes tipos de malestares físicos psicológicos que afecta la vida normal de quien lo padece.

3.2.1.2 Teorías relacionadas a la adicción a redes sociales:

Teoría de Kimberly Young “adicción al internet”

Lo define como una patología caracterizada por el uso anormal, tiempos de conexión elevados, desinterés en el entorno y en las obligaciones laborales, intelectuales y la vida social. El internet ofrece una realidad virtual, donde se experimentan sentimientos satisfactorios que son de gran interés para las personas que tienen necesidades psicológicas y sociales, siendo una vía de escape; los adolescentes son los más indefensos a los efectos negativos que trae el internet, porque lo ven como un pasatiempo que genera placer como el alcohol, los juegos y drogas. están en la etapa de comportamientos impulsivos y la exploración de experiencias nuevas lo cual podría afectar sus estados emocionales. Young,1998 (como se citó en Fandiño, 2021).

Esta teoría se consideró por la relación con la variable adicción a redes sociales, porque menciona que los hábitos tóxicos, como descuidar diferentes áreas, ya sean social, física y académica por estar conectados a una pantalla de celular pueden llevar a desarrollar una adicción conductual que al comienzo trae sentimientos agradables, pero con el tiempo desarrollan algún malestar psicológico en los adolescentes.

Teoría de Enrique Echeburúa y Ana Requesens “adicción a las nuevas tecnologías y redes sociales en jóvenes”

Existen causas que afectan la vulnerabilidad de la persona que tienen relación con el internet, que son los siguientes: déficits en la personalidad, que son comunes en personas introvertidas con baja autoestima, en las relaciones interpersonales, que son comunes en usuarios con miedo social y timidez, en el área cognitiva, que son usuales en personas que no logran controlar sus impulsos. Tener tendencia a la distraibilidad, fantasía exagerada y alteraciones psicopatológicas son comunes en personas que ha sufrido algún tipo de adicción ya sea conductual o de sustancias en el pasado. (Echeburúa y Requesens, 2012)

Esta teoría se tomó en cuenta, porque describe cómo los adolescentes con baja autoestima, fobia social, timidez, bajo control de los impulsos o jóvenes extrovertidos que buscan la validación constante pueden ser los candidatos favoritos para desarrollar adicción a las redes sociales porque ven en ellas una forma de comunicarse o una fuente para buscar más aprobación.

Causas de la adicción a redes sociales

Existen diferentes factores que pueden llevar a un adolescente a volverse dependiente de una red social, Según (Varela, 2019).

- Neuroanatómicos, sufren cambios en el cerebro parecidos a las personas que sufren adicción a sustancias afectando el área pre frontal.

- Biológicos, las personas tienen inestabilidad en las sustancias químicas (neurotransmisores) como la dopamina y serotonina.

- Individuales, las personas introvertidas y con problemas para relacionarse, tienen más riesgo de tener adicción a los dispositivos móviles, ya que el uso de Internet y redes sociales permite comunicarse sin tener que interactuar cara a cara. Internet.

- La gratificación que ofrece es inmediata e impredecible, hace que sea más probable ser dependiente a esta actividad que a otras que ofrecen recompensas fijas y a largo plazo.

Consecuencias de la adicción a las redes sociales

El uso incorrecto de las redes sociales trae un efecto negativo en la salud mental del adolescente, al delimitar las relaciones sociales con sus compañeros y promover la comparación constante en línea, lo que más preocupa es que las redes sociales y los mensajes de texto se volvieron una prioridad en la vida del adolescente, desarrollando ansiedad y baja autoestima (Ehmke, 2024).

Síntomas de las adicciones a redes sociales

Existen una variedad de signos que podrían ayudar a ver si una persona tiene obsesión por las redes sociales, como la Angustia porque las redes sociales están lentas, ver las redes sociales antes de acostarse y al levantarse., Intranquilidad por no tener el celular a la mano, usar redes sociales mientras camina, conduce; tener una percepción equivocada de la realidad, creyendo que todo lo que se ve en las redes sociales es verdad, preferir la comunicación virtual antes que la real, sentir la necesidad de compartir su vida privada (Iberdrola, 2023).

Los signos que cada persona presenta pueden ser diferentes, entonces es necesario tomar conciencia de las cosas que ocurren internamente, algún tipo de impulso, angustia, sudoración, desesperación por no tener el dispositivo móvil, podría ser signos de alerta.

Redes sociales más utilizadas en el 2024

Las redes sociales más frecuentadas según (Telefónica, 2024) son:

Facebook: Con 3.049 millones de usuarios.es la red más utilizada en el mundo.

YouTube: Con 2.491 millones de usuarios, presenta una gran diversidad de contenidos para todo tipo de público.

WhatsApp: Con 2.000 millones de usuarios. Aplicación de mensajería instantánea que revolucionó la forma en que nos comunicamos a través de dispositivos móviles.

Instagram: Es una red social principalmente visual, donde un usuario puede publicar fotos y videos de corta duración, aplicar efectos y

también interactuar con las publicaciones de otras personas, a través de comentarios y me gusta.

TikTok: Con 1.562 millones de usuarios.es una red social basada en vídeos cortos que se repiten en bucle.

3.2.1.2. Dimensiones

3.2.1.2.1 Dimensión 1: adicción a redes sociales

Escurra y Salas (2014) diseñaron un cuestionario de adicciones a redes sociales (ARS) indicando que existen tres dimensiones que se analizaron de forma independiente que son las siguientes:

D1 obsesión por las redes sociales: Compromiso mental con los medios sociales, pensamiento constante y fantasioso, angustia causada por las redes de pensamientos, ideas, impulsos o imágenes que son difíciles de controlar y que interfieren en el desarrollo normal de las personas y causan malestares psicológicos como la ansiedad (Escurra y Salas, 2014).

La obsesión por las redes sociales puede hacer que nos alejemos de la realidad en la que vivimos y que solo nos importe estar conectados y actualizados en cada momento, para saber qué hace todo el mundo en cada momento puede convertirse en un problema de salud mental (Valera, 2022).

Los vídeos cortos pueden activar la liberación de dopamina en el cerebro; generando en la persona la sensación de diversión o satisfacción y provocando el deseo de ver más contenido de su interés. Esta obsesión tiene que ver con la dopamina en la masa encefálica; la dopamina es un neurotransmisor que se libera cuando una persona experimenta placer o recompensa inmediata (msgpsicologia, 2023).

D2 falta de control personal: Descuido de las tareas y estudios por acceder a las redes sociales incapacidad de resistir una tentación, impulso o deseo, tendencia a las búsquedas de la gratificación inmediata, personas sin autocontrol a las redes sociales tienden a estar más estresadas y ansiosas (Escurra y Salas, 2014).

El autocontrol es una habilidad fundamental para el buen desempeño en la vida cotidiana, se desarrolla en la niñez y es esencial en la adolescencia y la vida adulta. La ausencia de autocontrol es un problema generalizado que no discrimina edad, etnia o religión. Implica una decisión que llega a través de una decisión consciente, con la intención de lograr ciertos resultados y metas (Ureña y Haro, 2019)

La gratificación inmediata hace referencia a las personas que buscan satisfacción de sus deseos o necesidades de forma instantánea, sin esperar o trabajar por una recompensa a largo plazo. Según los especialistas, este fenómeno podría estar afectando a niños, jóvenes y adultos en la actualidad. La gratificación inmediata expresada en diversas formas puede ser muy placentera, pero como ya hemos visto, a la larga puede generar problemas, empezando por no tener una buena tolerancia a la frustración y demás cuestiones que hoy en día son objeto de estudio de las llamadas adicciones comportamentales. (Sunderland, 2024)

D3 uso excesivo de las redes sociales: Perdida en el dominio del uso de los medios sociales, indicando muchas horas en redes sociales, y la incapacidad de no poder controlar su uso. (escurra y salas, 2014)

El uso excesivo de las redes sociales puede provocar efectos contraproducentes en los jóvenes: aislamiento social, distorsión entre el mundo real y virtual, falta de atención hacia otras actividades, depresión, ansiedad, problemas de salud y fracaso escolar. (Ortiz et al.,2021).

La sobre exposición de uso excesivo de las redes sociales en adolescentes de 12 a 15 años, tiene efectos negativos en la salud mental y física, pudiendo manifestar diferentes tipos de problemas como la ansiedad, baja autoestima, deterioro de las habilidades sociales, que son fundamentales para su desarrollo integral (Tut, 2024).

Según las tres dimensiones. La adicción a las redes sociales es un efecto negativo, que interfiere en la toma de decisiones, el autocontrol y los pensamientos, generando diferentes tipos de problemas, sociales, cognitivos.

3.2.2. Variable y Ansiedad

3.2.2.1 Definición.

Beck,1985 (como se citó en Virues, 2005) menciona que la percepción del individuo es incorrecta, estando basada en falsas premisas. Esas percepciones se refieren a contenidos amenazantes sobre peligros para los intereses del sujeto y su incapacidad para afrontarlos. La ansiedad es una respuesta provocada por el miedo.

La ansiedad se convierte en un obstáculo cuando la intranquilidad continúa y entorpece la vida cotidiana, La ansiedad es la percepción que se tiene cuando algo te preocupa o te asusta. Es una sensación natural y humana de miedo o pánico. Después, solemos calmarnos y sentirnos mejor. La ansiedad es el temor y la tensión anticipados ante una amenaza o riesgo real o no de daño, malestar o afectación. (UNICEF, 2024)

La ansiedad es una respuesta común al estrés, algunos grados de ansiedad pueden ofrecer resultados positivos en algunas situaciones, nos pueden alertar ante peligros y nos ayudan a prepararnos y prestar atención. Los trastornos de ansiedad difieren de las sensaciones normales de nerviosismo o angustia, e incluyen la fobia o ansiedad en exceso. (Psychiatry, 2024)

La ansiedad en niveles bajos es importante para poder reaccionar frente amenazas reales, pero cuando esta ansiedad se vuelve prolongada, atrofia e imposibilita a quien lo padece.

3.2.2.1 teorías relacionadas a la ansiedad

teoría de Carl Rogers “teorías de la personalidad”

Según su teoría humanista, define que la neurosis se desarrolla cuando el espacio entre el, yo soy y el yo debería ser, se vuelve cada vez más distante, creando conflictos internos en la persona. La incongruencia genera preocupaciones emocionales como la ansiedad y se manifiestan cuando abandonamos el contacto con nosotros mismos y reprimimos y

negamos cosas que debemos enfrentar, desarrollar para hacer mejor la existencia. Añade que existe un yo real y un yo ideal y si van en distintas direcciones surge la ansiedad que se vuelve un círculo vicioso e imposible de salir si no se reconoce el problema; por otro lado, menciona que la sociedad y la tecnología nos ayudan y a la vez pueden destruirnos. Rogers,1979 (como se citó en Boeree , 2003)

Existe una relación con la variable ansiedad y como tiene conexión con el comportamiento de las personas dependientes a las redes sociales, ya que cuando perdemos el contacto con nosotros mismos, nos desconectamos de la realidad, evadimos nuestras obligaciones y metas por estar conectados al internet, surgen sentimientos de angustia que a largo plazo frenan diferentes áreas de nuestra vida. Según esta teoría, la ansiedad surge cuando hay una incoherencia entre nuestro yo real y nuestro yo ideal.

teoría de Peter Lang “Triple sistema de respuesta”

Existen diferentes tipos de respuestas en la ansiedad, ya sean fisiológicas, cognitivas y no todas tienen el mismo grado de intensidad o están relacionadas y la intensidad, duración o sensación son diferentes en cada persona. Esto se genera por el dominio de los estímulos ya sean internos o externos y en gran parte por la particularidad de cada persona. Lang,1968 (como se citó en Correa, 2020).

La presente teoría es fundamental, porque ve la ansiedad como una respuesta ante situaciones que percibe como un peligro, en muchos casos el peligro solo está en su mente y esto da diferentes tipos de respuesta ya sean cognitivas, preocupación, miedo, temor, rechazo, inseguridad, pérdida del control. Como físicas, temblores, inquietudes, sudoración, boca seca etc. Síntomas comunes en las personas dependientes a las redes sociales Esta teoría tiene muchas cosas en común con nuestra variable ansiedad y da un sustento a la investigación.

Causas de la ansiedad digital

Los trastornos de ansiedad digital aparecen cuando el uso de plataformas digitales es continuo y alteran la vida normal. incluyen las comparaciones sociales que es usual en las personas con baja autoestima, la sobrecarga de información que entorpece el área cognitiva y de atención, el estar enganchados al internet por miedo a perderse algo importante en la red; la disponibilidad constante al internet. (National Geographic, 2024)

síntomas de la ansiedad

Clínica Barcelona (2019) menciona que Existen 3 áreas que tienen relación con la sintomatología de la ansiedad que son las siguientes.

Sensaciones corporales: Donde el sistema nervioso autónomo se activa ante situaciones de alarma. Sequedad en la boca, taquicardia, temblores, sudoración, sensación de ahogo, inquietud y dificultades para conciliar el sueño son frecuentes en la ansiedad somática.

Pensamientos: Cuando se piensa de una manera negativa, con ideas irracionales y catastróficas de eventos futuros sobre algún fracaso o situación que pondría en riesgo a la persona que tiene ansiedad.

Comportamientos: Evitan situaciones que son incómodas, como ir a lugares donde hay grandes cantidades de personas, como tomar el metro o ir a reuniones.

Tipos de trastorno de ansiedad

Medline plus (2023) menciona que la ansiedad perjudica a millones de personas en los Estados Unidos, no obstante, no todas las ansiedades son iguales, los distintos tipos de ansiedad pueden ayudar a las personas a reconocer sus síntomas.

Trastorno de ansiedad generalizada: Se caracteriza por el miedo intenso de separarse de las personas que le cuidan por temor a que les pase algo y no las vuelva a ver. Su principal característica es la dependencia.

Trastorno de pánico: Sienten con frecuencia ataques de pánico fuertes y sin causa alguna. Presentan diferentes tipos de síntomas, ya sean sudoración, escalofríos, taquicardia, dolor en el pecho, algunas personas tienen pensamientos irracionales que algo terrorífico puede pasar.

Trastorno relacionado con fobias: Aversión a determinados lugares u objetos. Como por ejemplo espacios públicos (agorafobia), espacios cerrados (claustrofobia), también se activa la ansiedad cuando toman un vuelo de avión o ven algún objeto.

Trastorno de ansiedad social: Sienten miedo intenso a lugares donde haya interacción social, sienten mucha preocupación por miedo a ser juzgados o pasar vergüenza, esto les causa problemas en diferentes áreas de su vida como el trabajo, escuela y reuniones.

3.2.2.2 Dimensiones de la ansiedad.

La ansiedad se divide en dos dimensiones cognitivo afectivo y fisiológico según Beck y otros,1988 (como se citó en Sanz et al. 2012)

D1 Respuesta cognitiva: Pensamientos irracionales y un funcionamiento cognitivo deficiente, pensamientos desagradables Beck y otros,1988 (como se citó en Sanz et al. 2012)

Las creencias o pensamientos irracionales son aquellos pensamientos que no son reales y que nos generan angustia y malestar. Son pensamientos que tenemos dentro de nosotros y que nos hacen actuar de determinada manera. Se podría decir, por lo tanto, que nosotros contribuimos a nuestro propio estrés. Porque nos sentiremos de una manera u otra dependiendo de cómo evaluemos lo que nos pasa. Es decir, no son los acontecimientos los que nos generan angustia, somos nosotros mismos los que nos la generamos con nuestra forma de evaluarlos (Rodríguez, 2019).

Hay diversos factores que pueden repercutir negativamente en el rendimiento académico, así como en una positiva adaptación social y escolar. Uno de ellos es la ansiedad escolar a nivel cognitivo, conocida como aquellos pensamientos e imágenes de carácter negativo ante

situaciones escolares que desencadenan circunstancias de evitación y/o escape del aula o institución escolar (Aparicio et al.,2020).

D2 Respuesta fisiológica: Intensidad excitatoria del organismo, tensiones musculares, inquietud, temblor, tensión motora, activación del sistema autónomo. Beck y otros 1988 (como se citó en Sanz et al. 2012).

Los dolores físicos y síntomas que siente una persona, están asociados con causas psicológicas de los pensamientos, emociones, sentimientos y conductas excesivas que interfieren en la vida cotidiana de la persona ya sean sociales, labores y puede causar síntomas somáticos en un área específica (familydoctor, 2023).

Se presenta cuando una persona siente una ansiedad extrema exagerada a causa de síntomas físicos. La persona tiene pensamientos, sensaciones y comportamientos tan intensos relacionados con los síntomas que siente que no puede hacer algunas de las actividades de su vida diaria (Medlineplus., 2023).

3.3. Marco conceptual

Adicción: Ausencia del autocontrol y compulsión a ciertas conductas o sustancias (Hidalgo, 2023).

Adicción a las redes sociales: Trastorno del comportamiento que se caracteriza por la necesidad compulsiva e incontrolable de estar conectado a las redes sociales (Anáhuac,2023).

Adolescencia: Periodo de cambio donde el adolescente busca su propia identidad, se produce un estado de fragilidad y necesitará herramientas para insertarse en la sociedad acorde a su cultura (Trujillo et al., 2019).

Ansiedad: Conducta evitativa ante situaciones que pueden desencadenar la ansiedad, incluyendo síntomas de temor y angustia (Carón, 2024).

Autoestima: La autoestima no es constante y puede cambiar según las situaciones y experiencias. y es esencial para el buen desarrollo del niño (Velázquez et al., 2024).

Impulsividad: Dificultad para controlar el impulso de ejecutar determinadas conductas perjudiciales para la propia persona y su entorno (Psicología,2022).

Internet: Se trata de un conjunto de equipos que se relacionan entre sí a través de la utilización de un lenguaje universal (Equipo editorial, 2024).

Obsesión: Eventos que están fuera del control personal que genera ansiedad y agotamiento (Stulberg, 2019)

Redes sociales: Ambiente ideal para descubrir el sentido de pertenencia, obtener satisfacción y oportunidad de pertenecer a un grupo (Del Prete, 2020).

Síntomas: Son el signo, el aviso de que algo no está funcionando de un trauma no procesado, de algo reprimido que retorna una y otra vez de otra forma (Lakiszyk, 2020).

IV.METODOLOGÍA

4.1. Tipo y nivel de investigación

4.1.1. Enfoque

En el estudio se utilizó un enfoque cuantitativo, se caracteriza por favorecer la lógica empírico-deductiva, a partir de métodos estrictos, métodos prácticos y el uso de técnicas de recopilación de datos estadísticos (Mata, 2019).

4.1.2. Tipo

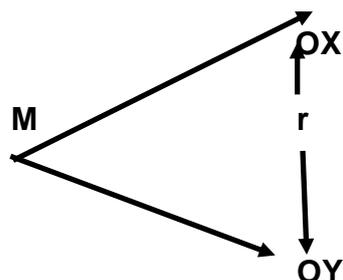
La investigación corresponde al nivel básico y de corte transversal, este tipo de estudio no resuelve ningún problema inmediato, más bien, sirven de base teórica para otros tipos de investigación. Se pueden plantear tesis con alcances exploratorios, descriptivos o hasta correlaciones (Arias et al., 2022)

4.1.3. Nivel

El tipo de investigación corresponde a nivel descriptivo - correlacional. porque se encargó de describir las características importantes. El tipo de investigación es correlacional no experimental, el investigador mide las dos variables y determina una relación estadística entre las mismas, sin necesidad de incluir otras variables, para llegar a conclusiones relevantes (Guevara et al., 2021).

4.2. Diseño de la investigación

En esta investigación se empleó el diseño cuantitativo no experimental- transversal, las personas serán evaluadas en su entorno natural sin modificar ninguna posición; así mismo, no se maniobran las variables de estudio, de corte transversal porque recogerá los datos en un solo momento y solo una vez. Es como tomar una foto o una radiografía para luego describirlas en la investigación (Arias y Covinos, 2021).



Diseño de la investigación

Donde

M = Estudiantes (5° de secundaria).

Ox = Adicción a las redes sociales.

Oy = Ansiedad.

R = relación de las variables de estudio.

4.3. Hipótesis general y específicas

4.3.1. Hipótesis general

Existe relación significativa entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad en las estudiantes del 5° de nivel secundaria de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno -2024.

4.3.2. Hipótesis específicas

H.E.1: Existe relación significativa entre la obsesión a las redes sociales y la ansiedad en las estudiantes del 5° de nivel secundaria de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno -2024.

H.E.2: Existe relación significativa entre falta de control personal a las redes sociales y la ansiedad en las estudiantes del 5° de nivel secundaria de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno -2024.

H.E.3: Existe relación significativa entre el uso excesivo a las redes sociales y la ansiedad en las estudiantes del 5° de nivel secundaria de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno -2024.

4.4. Identificación de las variables

4.4.1. Variable independiente adicción a redes sociales

Dimensiones:

D1: Obsesión con las redes sociales.

D2: Falta de control personal a las redes sociales.

D3: Uso excesivo de las redes sociales.

4.4.2. Variable dependiente ansiedad

Dimensiones:

D1. Ansiedad Cognitiva.

D2: Ansiedad fisiológica.

4.5. Matriz de operacionalización de variables

variable	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de valores	Niveles y rangos	Tipo de variable estadística
Adicción a las redes sociales	Obsesión a las redes sociales	-pensar constantemente en las redes sociales. -desesperación. -Largos tiempos de conexión.	2,3,5,6,7, 13,15,19.2 2. 23 Ítems 13 se califica de manera inversa	S= Siempre (4) C.S= Casi Siempre (3) A. V=Algunas Veces (2)	Bajo= 00-18 Medio= 19-36 Alto= 37-54 Muy alto=55-72	Ordinal

				R. V=Rara Vez (1)		
	Falta de control personal al uso de las redes sociales.	-descontrol. -falta de concentración. -dependencia.	4.11.12.14, 20,24	N= Nunca (0)		
	Uso excesivo l a las redes sociales	-pérdida del sentido del tiempo. -necesidad de estar conectado.	1,8,9,10,16 , 17,18,21			

variables	Dimensiones	indicadores	Ítems	Escala de valores	Niveles y rangos	Tipo de variable estadística
Ansiedad	Cognitiva	Miedo, temor, preocupación, Inseguridad Falta de control, pensamientos negativos	4,5,8,9,10, 11,13,14,16,17	1= en absoluto (0) 2=levemente. (1) 3=moderadamente (2) 4=severamente. (3)	Mínimo 0-7 Leve 8-15 Moderada 16-25 Grave 26-63	Ordinal
	Fisiológica	Tensión, sudoración, hormigueo, dolor muscular	1,2,3,6,7,12,15,18,19,20,			

			21			
--	--	--	----	--	--	--

4.6. Población – Muestra

4.6.1. Población

La población se refiere a una comunidad completa de personas, elementos o fenómenos que comparten una característica común y son objeto de estudio (Vizcaíno et al., 2023). La población para el estudio será finita, porque incluirá un número limitado de medidas e interpretaciones. Estará compuesta por 75 estudiantes del sexo femenino, edad aproximada entre 15 -17 años, pertenecientes al 5° de secundaria, de la institución educativa Carlos Rubina burgos de la ciudad de Puno.

Tabla 1.
Población de estudiantes de 5° de secundaria.

SECCIONES	CANTIDAD DE ESTUDIANTES DEL 5°
A	24
B	29
C	22
TOTAL	75

Fuente: cantidad de estudiantes del 5° de secundaria de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno – 2024

4.6.2. Muestra

La muestra es un subconjunto representativo de la población, la selección adecuada y la correcta caracterización de la muestra son esenciales para obtener resultados que puedan extrapolarse de manera válida al universo total. (Vizcaíno et al., 2023).

La cantidad de la muestra fue de 69 estudiantes de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos de la ciudad de Puno.

Criterios de inclusión	Criterios de exclusión
-Estudiantes del 5° de secundaria, sección A, B, C.	- Estudiantes de otros grados.
-Estudiantes con asistencia regular.	- Estudiantes que no asistan a clases.

-Estudiantes dispuestos a participar en la investigación.	- Profesores, área administrativa, área de servicios
-Estudiantes que tengan firma autorizada por sus padres.	-Estudiantes que no tengan la firma autorizada por sus padres

4.6.3. Muestreo

En la investigación se utilizó un muestreo no probabilístico por conveniencia, por la facilidad y disponibilidad de formar parte de la muestra, para así poder identificar la población de interés.

4.7. Técnicas e instrumentos de recolección de información

4.7.1. Técnicas

Mediante la técnica y los instrumentos utilizados se puede reunir, inspeccionar, analizar y exponer la información, el objetivo de una investigación es generar nuevo conocimiento y ampliar el conocimiento. Las técnicas son herramientas que sirven para incrementar el campo de la ciencia. (Nahum, 2020)

En el presente estudio se aplicó la encuesta como técnica para la recolección de datos.

4.7.2. Instrumentos

Simplifican el registro constante y homogéneo de los fenómenos sujetos a observación, facilitando, por tanto, el control de la observación científica. Con ello beneficia el logro de la sistematicidad (de la Lama et al., 2022).

Cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS):

Instrumento

Tabla 2

Ficha técnica del cuestionario de adicción a las redes sociales

Nombre original	Cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS)
publicación	2014, Lima, Perú.
Autor(es)	Miguel Ecurra Mayaute, Edwin Salas Blas
Administración	Individual y grupal
Duración	10 – 15 minutos
Muestra	75 estudiantes
Dimensiones	-Obsesión por las redes sociales -Falta de control personal en el uso de las redes sociales -Uso excesivo de las redes sociales
Escala valorativa	-Siempre (4) -Casi siempre (3) -A veces (2) -Rara vez (1) - Nunca (0)

Fuente: Ficha técnica del cuestionario de adicción a las redes sociales elaborado por Ecurra y Salas (2014) elaborado en Lima, Perú.

Validez

Congruencia y veracidad de la indagación, se enfoca en la medición y constituyen la validación de que las pruebas miden lo que dicen medir, la validez psicométrica indica que la teoría y las pruebas recopiladas, respaldan una interpretación específica. (Fernández et al 2024). El cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS), fue evaluado por tres

expertos, teniendo el grado de Mg. debidamente registrado en la SUNEDU, quienes evaluaron la organización, coherencia, estructura, objetividad, claridad, conveniencia y consistencia. Donde concluyeron que si cumplen los requisitos para su aplicación.

Tabla 3

Validación del Cuestionario de adicción a redes sociales (ARS).

Expertos	Resultados
Mg. NATHALIA DIAZ LUDEÑA.	Aplicable.
Mg. VIOLETA MADELAINE RISCO SEMANQUE.	Aplicable.
Mg, JUANA ZOILA MARROQUIN FERNANDEZ.	Aplicable.

nota: Juicio de los expertos de la validación de los instrumentos

Tabla 4

Confiabilidad del Cuestionario Adicción a las Redes Sociales (ARS)

Estadística de confiabilidad	
Alfa de Cronbach	Nro. de elementos
0.913	24

Confiabilidad

Solidez de la información, es decir, se espera confiabilidad de los datos y que sean permanentes, seguros y capaces de ser replicados (Fernández et al., 2024). Se utilizará el Coeficiente alfa de Cronbach para determinar la fiabilidad interna del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). Dando como resultado 0.913, donde se analizó un excelente nivel de confiabilidad, donde se demuestra que el instrumento es eficaz y será de utilidad para la recolección de datos de la investigación.

Tabla 5

Ficha del Inventario de Ansiedad de Beck (BAI)

Nombre	Inventario de ansiedad de Beck (BAI).
Autor	Aaron t. Beck.

Año	1988
Ítems	21
Duración	10 – 30 minutos.
Muestra	69 estudiantes
Dimensiones	Ansiedad Cognitiva. Ansiedad Fisiológica.
Escala valorativa	En absoluto. (0) Levemente. (1) Moderadamente. (2) Severamente. (3)

Validez: Congruencia y veracidad de la indagación, se enfoca en la medición y constituyen la validación de que las pruebas miden lo que dicen medir, la validez psicométrica indica que la teoría y las pruebas recopiladas, respaldan una interpretación específica. (Fernández et al.,2024). El cuestionario. Inventario de ansiedad de Beck (BAI). Fue evaluado por tres expertos, teniendo el grado de Mg. Debidamente registrado en la SUNEDU, quienes evaluaron la organización, coherencia, estructura, objetividad, claridad, conveniencia y consistencia. Donde concluyeron que si cumplen los requisitos para su aplicación.

Tabla 6

Validación del inventario de Ansiedad de Beck (BAI)

Expertos	Resultados
Mg. NATHALIA DIAZ LUDEÑA.	Aplicable
Mg. VIOLETA MADELAINE RISCO SEMANQUE.	Aplicable
Mg, JUANA ZOILA MARROQUIN FERNANDEZ.	Aplicable

nota: Juicio de los expertos de la validación de los instrumentos

Tabla 7

Confiabilidad del inventario de ansiedad de Beck (BAI)

Estadística de confiabilidad	
Alfa de Cronbach	Nro. de elementos
0.959	21

Confiabilidad:

Solidez de la información, es decir, se espera confiabilidad de los datos y que sean permanentes, seguros y capaces de ser replicados (Fernández et al..2024). Se empleó el coeficiente de alfa de Cronbach, para determinar la confiabilidad interna del inventario ansiedad de Beck (BAI). Dando como resultado 0.959, donde se analizó un excelente nivel de fiabilidad, eso demuestra que el instrumento es eficaz y será de utilidad para la recolección de información del estudio.

4.8 Técnicas de análisis y procesamiento de datos

4.8.1 Técnicas de análisis

La psicometría

La psicometría abarca la teoría y la construcción de pruebas, test y otros procedimientos de medición válidos y confiables. Incluye la elaboración y aplicación de procedimientos estadísticos que permitan determinar si una prueba o test es válido o no para la medición de una variable o conducta psicológica previamente definida (Martínez y Villota, 2022).

El cuestionario

Un cuestionario consiste en un conjunto de preguntas respecto de una o más variables a medir (Salas, 2020).

4.8.2. Procesamiento de datos.

El procesamiento de datos es el proceso mediante el cual la información individual se agrupan y estructuran con el objetivo de

responder al problema de la investigación, objetivos e hipótesis del estudio (Echaiz,2019).

Estadística descriptiva: Se centra en la selección, ordenación, representación y síntesis de información numérica para entender y transmitir de forma eficiente y transparente las características principales del estudio (Rodríguez, 2023).

Estadística inferencial: Permite realizar predicciones, con un cierto nivel de confianza, sobre cómo se comporta la población en estudio, a partir de los datos de muestras de la población. Dado que estos instrumentos permiten además comparar poblaciones, encuentran aplicación en la evaluación de la eficiencia de modalidades de trabajo e intervenciones didácticas (Veiga et al, 2020).

V.RESULTADOS

5.1 Presentación de resultados.

Descripción general de las estudiantes del 5° de nivel secundaria de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno-2024.

Tabla 8

Datos sociodemográficos de las estudiantes del 5° de nivel secundaria de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno - 2024.

		Frecuencia.	Porcentaje.
Edad.	16	42	60.87%
	17	27	39.13%
Dispones de internet en casa.	Si	36	52.17%
	No	33	47.83%
Dispones de internet en tu celular.	Si	41	59.42%
	No	28	40.58%
Red social que más utilizas	Facebook.	11	15.94%
	WhatsApp.	19	27.54%
	Tik tok.	28	40.58%
	Instagram.	7	10.14%
	YouTube	3	4.35%
	Ninguna	1	1.45%

Tabla 9

Descripción de los niveles de la variable 1, adicción a las redes sociales.

Adicción a las redes sociales en las estudiantes del 5° de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno-2024.

	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>
<i>Bajo.</i>	6	8.70%
<i>Medio.</i>	33	47.82%
<i>Alto.</i>	25	36.23%
<i>Muy alto</i>	5	7.24%
<i>Total.</i>	69	100%

Fuente: encuesta realizada a estudiantes de la I.E.S. Calos Rubina Burgos.

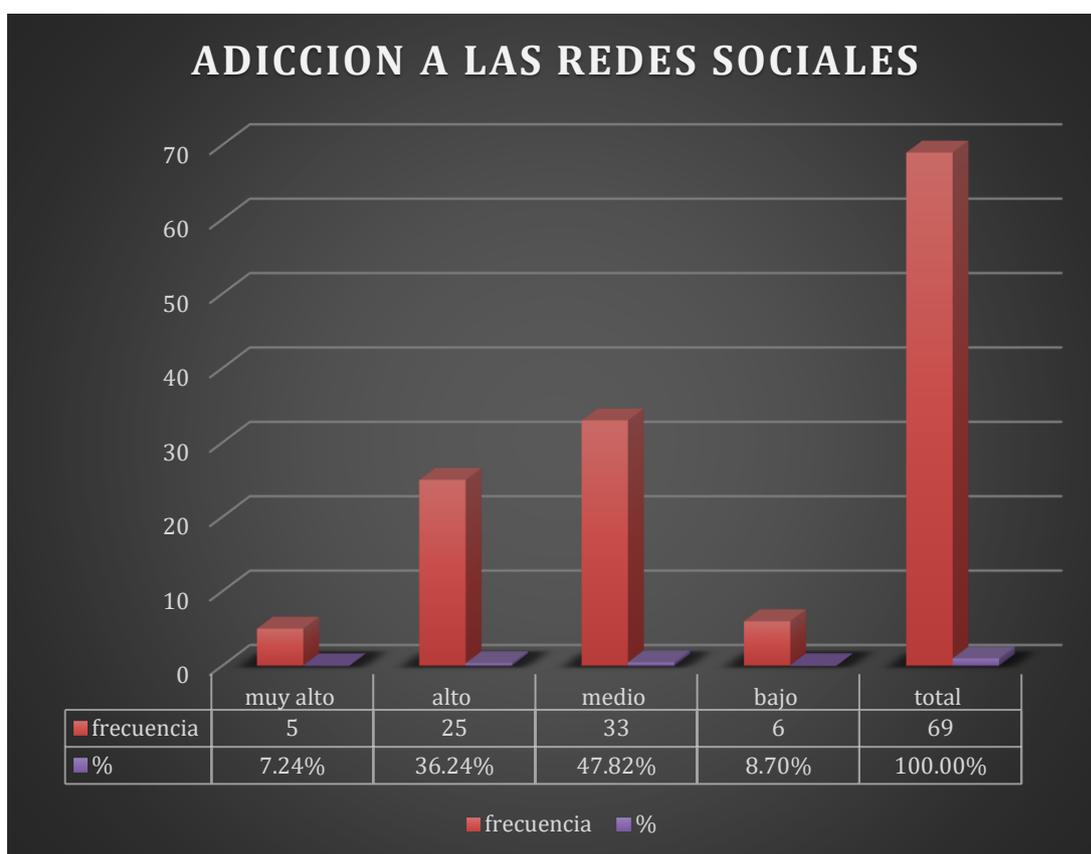


Figura 1 Niveles de dimensión adicción a las redes sociales en las estudiantes del 5° de nivel secundario de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno-2024.

Tabla 10

Niveles de la dimensión, obsesión a las redes sociales en las estudiantes del 5° de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno- 2024.

	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>
<i>Bajo.</i>	15	21.74%
<i>Medio.</i>	30	43.48%
<i>Alto.</i>	17	24.64%
<i>Muy alto.</i>	7	10.14%
<i>Total.</i>	69	100.00%

Fuente: encuesta realizada a estudiantes de la I.E.S. Calos Rubina Burgos.

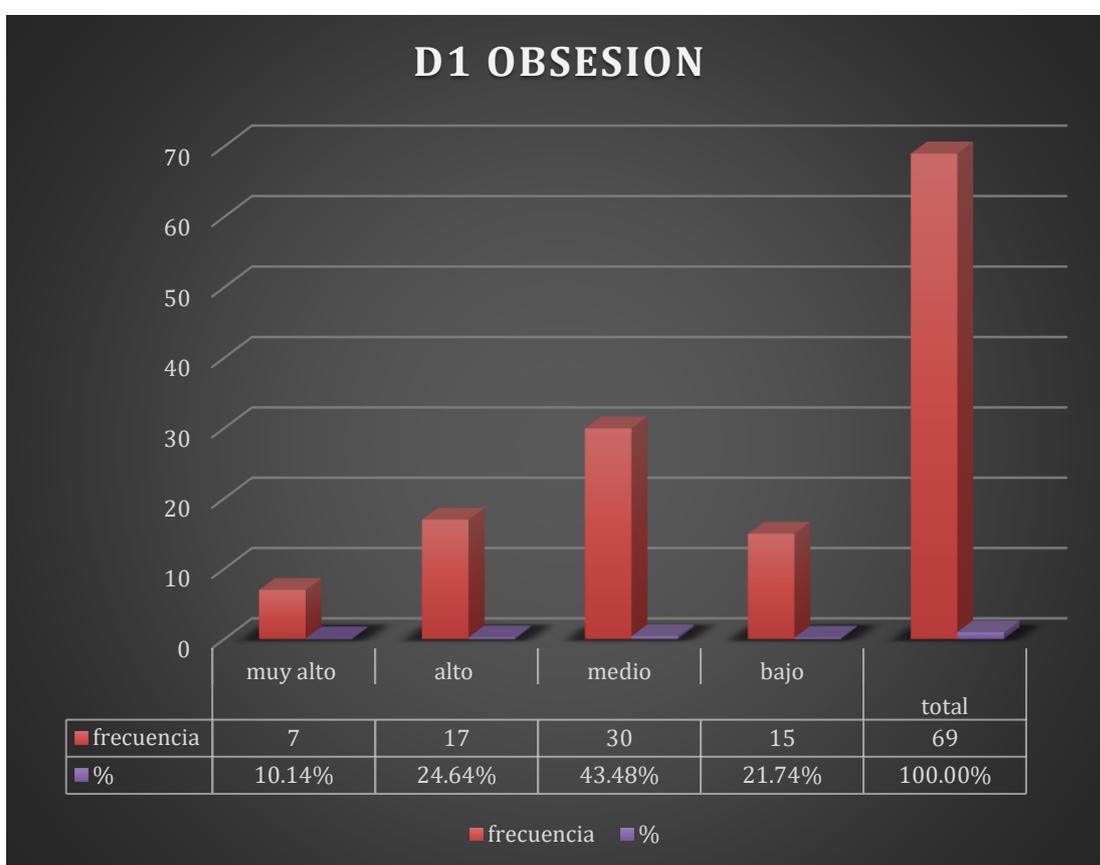


Figura 2 *Niveles de dimensión obsesión por las redes sociales en las estudiantes del 5° de nivel secundario de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno- 2024.*

Tabla 11

Niveles de dimensión, falta de control personal en el uso de las redes sociales en las estudiantes del 5° de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno- 2024

	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>
<i>Bajo.</i>	2	2.90%
<i>Medio.</i>	28	40.58%
<i>Alto.</i>	24	34.78%
<i>Muy alto</i>	15	21.74%
<i>Total.</i>	69	100.00%

Fuente: encuesta realizada a estudiantes de la I.E.S. Calos Rubina Burgos

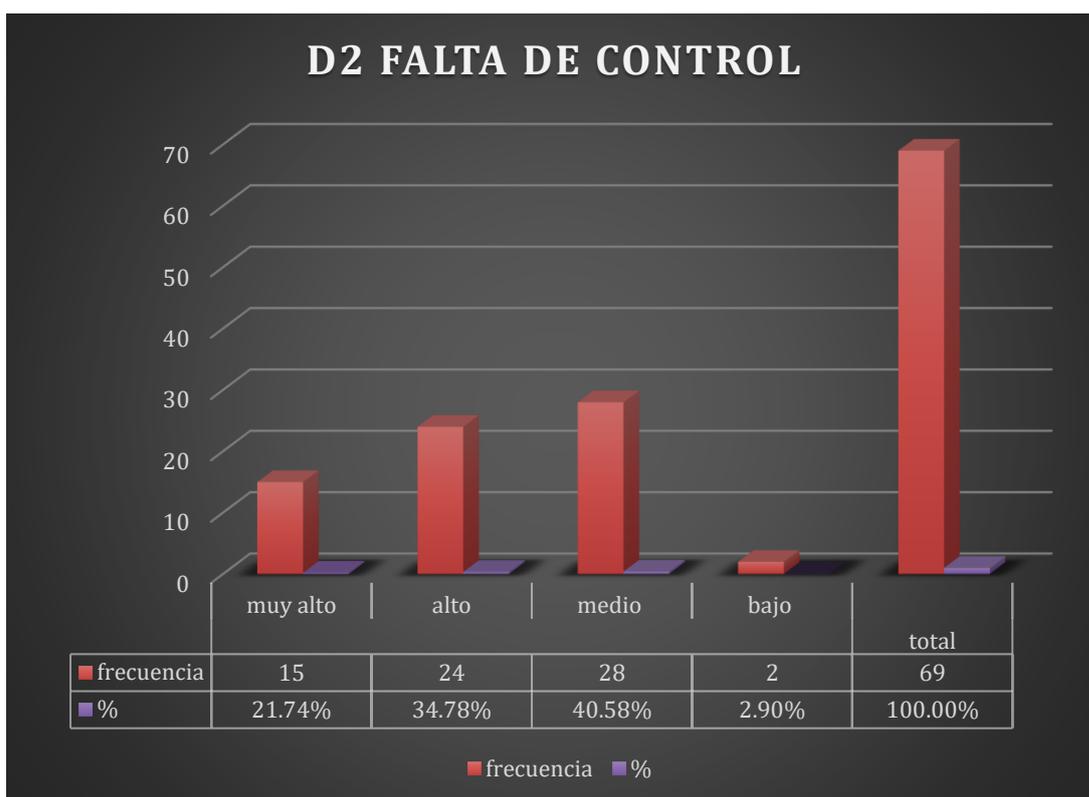


Figura 3 *niveles de dimensión falta de control a las redes sociales y ansiedad en las estudiantes del 5° de nivel secundario de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno- 2024.*

Tabla 12

Niveles de dimensión, uso excesivo de las redes sociales en las estudiantes del 5° de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno- 2024

	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>
<i>Bajo.</i>	5	7.25%
<i>Medio.</i>	22	31.88%
<i>Alto.</i>	18	26.09%
<i>Muy alto</i>	24	34.78%
<i>Total.</i>	69	100.00%

Fuente: encuesta realizada a estudiantes de la I.E.S. Calos Rubina Burgos

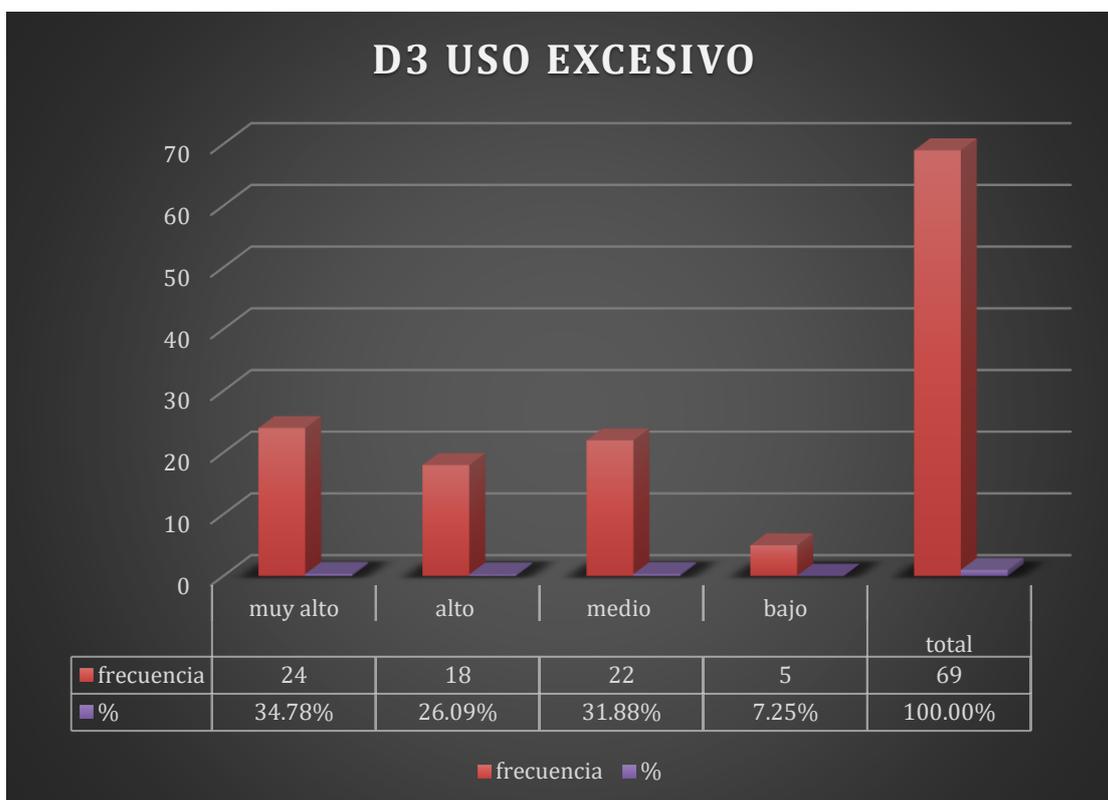


Figura 4 *Niveles de dimensión, uso excesivo de las redes sociales en las estudiantes del 5° de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno- 2024.*

Descripción de los niveles de la variable 2, ansiedad

Tabla 13

Ansiedad en las estudiantes del 5° de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno- 2024

	Frecuencia	Porcentaje
Mínimo	15	21.74%
Leve.	9	13.04%
Moderada	11	15.94%
Grave.	34	49.28%
Total.	69	100%

Fuente: encuesta realizada a estudiantes de la I.E.S. Calos Rubina Burgos

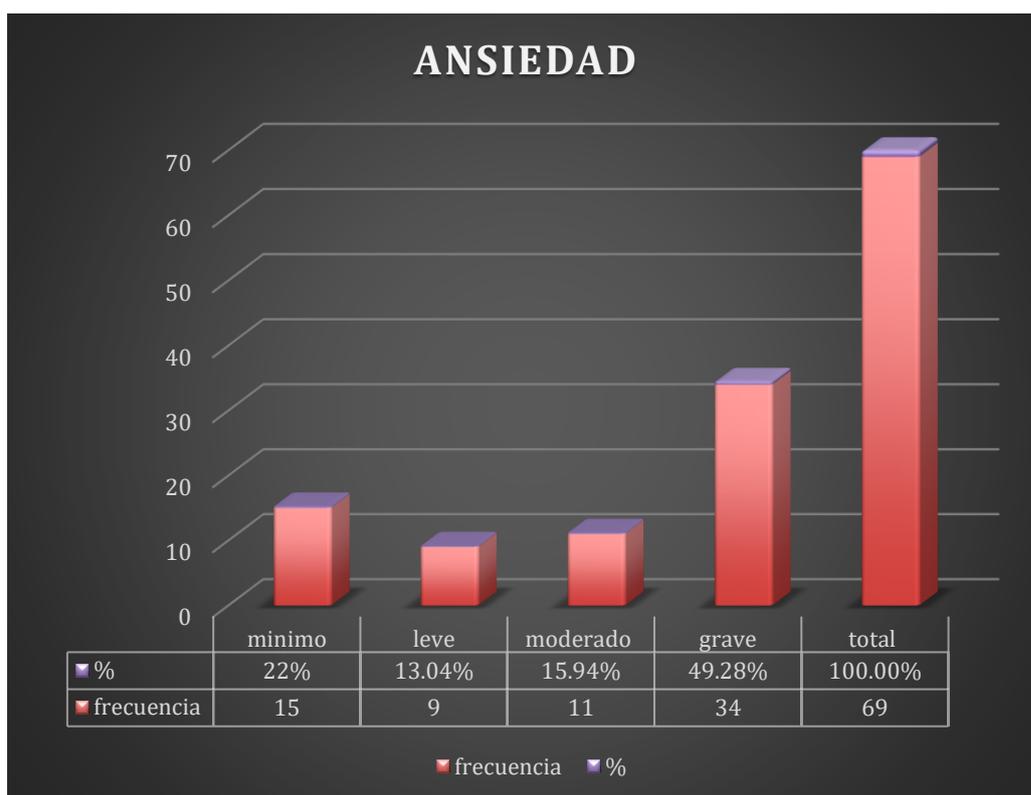


Figura 5 *Ansiedad en las estudiantes del 5° de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno- 2024*

Tabla 14

Niveles de dimensión, ansiedad cognitiva en las estudiantes del 5° de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno- 2024.

	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>
<i>Mínimo</i>	12	17.39%
<i>Leve.</i>	17	24.64%
<i>Moderada</i>	14	20.29%
<i>Grave.</i>	26	37.68%
<i>Total.</i>	69	100.00%

Fuente: encuesta realizada a las estudiantes de la I.E.S. Calos Rubina Burgos

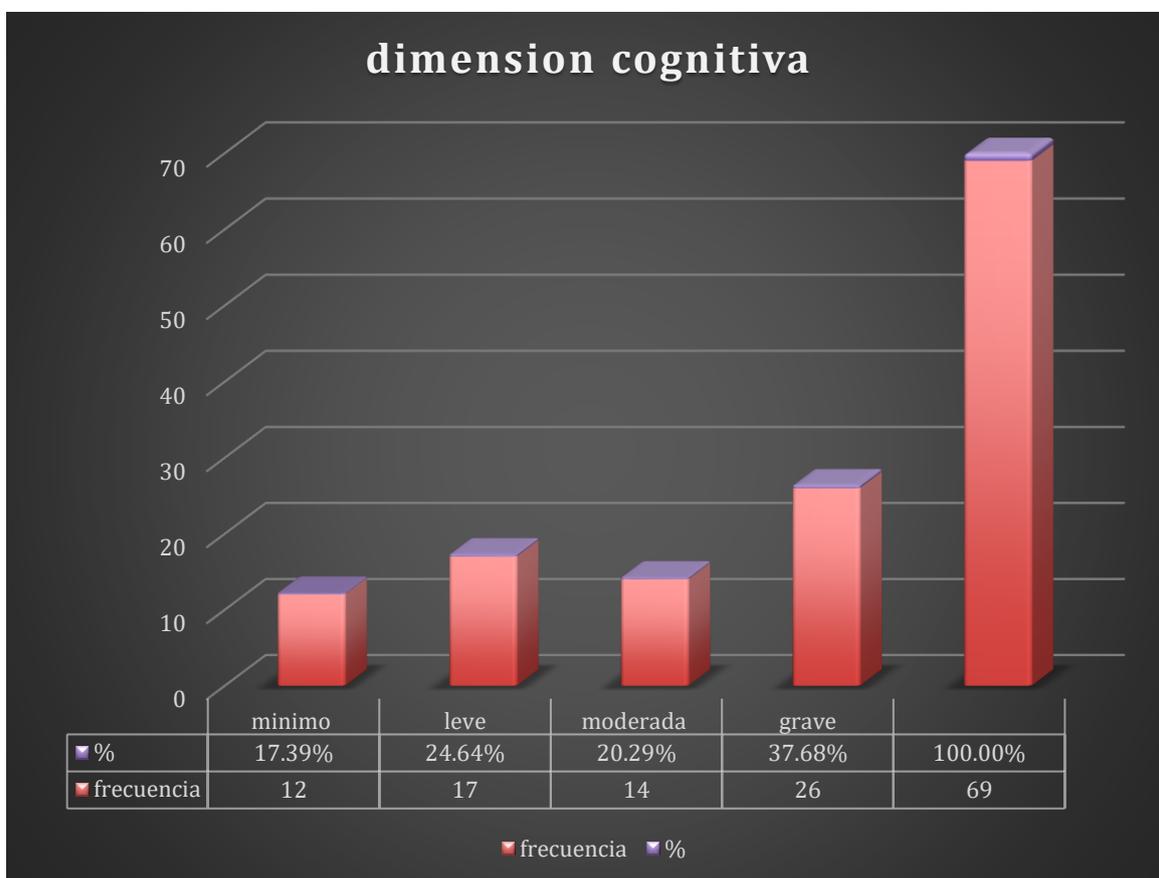


Figura 6 *Niveles de dimensión, ansiedad cognitiva en las estudiantes del 5° de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno- 2024.*

Tabla 15

Niveles de dimensión, ansiedad fisiológica en las estudiantes del 5° de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno- 2024.

	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>
<i>Mínimo</i>	15	21.74%
<i>Leve.</i>	15	21.74%
<i>Moderada</i>	20	28.98%
<i>Grave.</i>	19	27.54%
<i>Total.</i>	69	100.00%

Fuente: encuesta realizada a estudiantes de la I.E.S. Calos Rubina Burgos

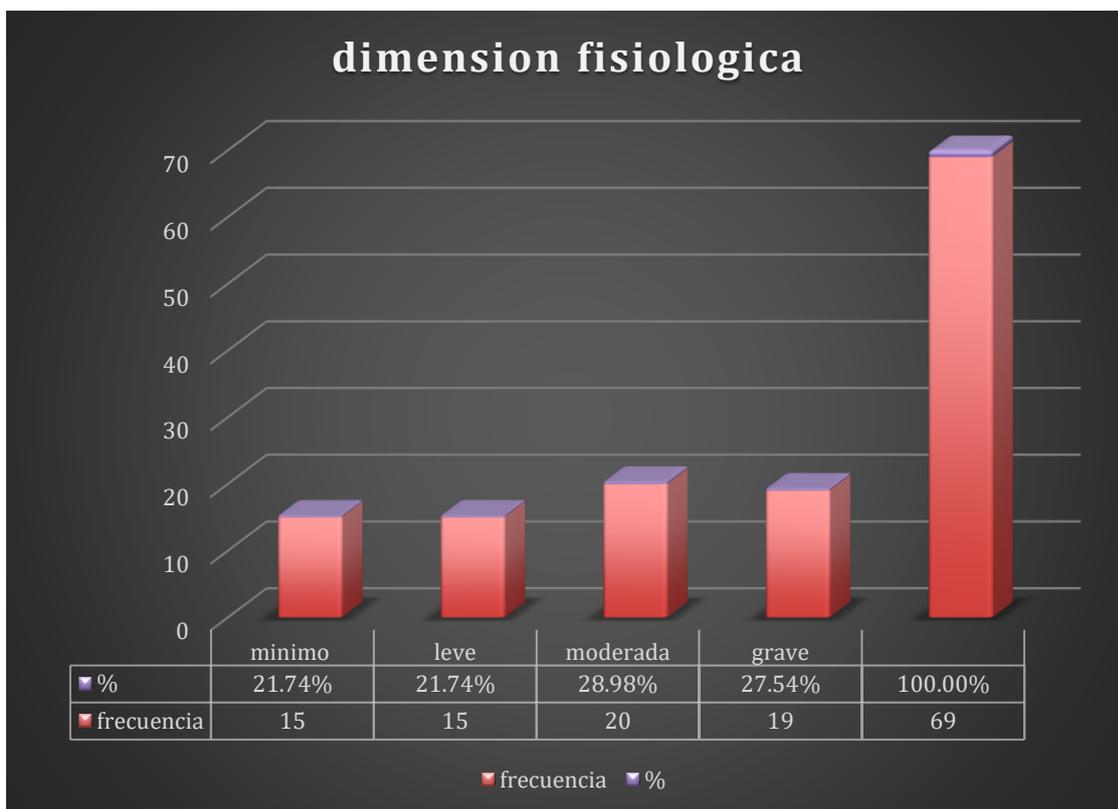


Figura 7 *Niveles de dimensión, ansiedad fisiológica en las estudiantes del 5° de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno- 2024.*

5.2 tablas cruzadas.

Tabla 16

Descripción de los niveles de adicción a las redes sociales y el nivel de ansiedad en las estudiantes del 5° de secundaria de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno-2024,

		ansiedad				
		mínimo	leve	moderado	grave	total
Adicción a las redes sociales	Bajo	5.8%			2.9%	8.7%
	Medio	10.1%	7.2%	8.7%	21.7%	47.8%
	Alto	4.3%	5.8%	4.3%	23.2%	37.7%
	Muy alto			2.9%	2.9%	5.8%
	Total	20.3%	13.0%	15.9%	50.7%	100.00%

Fuente: encuesta realizada a las estudiantes del 5° de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno-2024.

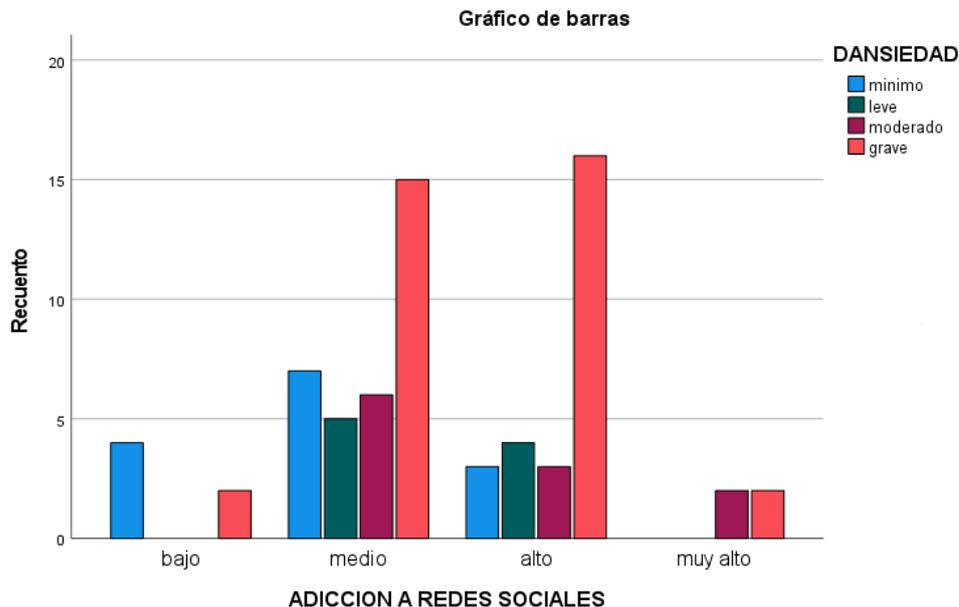


Figura 8 niveles de adicción a redes sociales y el nivel de ansiedad en las estudiantes de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno-2024.

Tabla 17

Descripción de los niveles de la dimensión, obsesión a las redes sociales y el nivel de ansiedad en las estudiantes del 5° de secundaria de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno-2024.

		ansiedad				
		mínimo	leve	moderado	grave	total
obsesión a las redes sociales	Bajo	8.7%	1.4%	2.9%	8.7%	21.7%
	Medio	7.2%	10.1%	5.8%	20.3%	43.5%
	Alto	2.9%	1.4%	4.3%	15.9%	24.6%
	Muy alto	1.4%		2.9%	5.8%	10.1%
	Total	20.3%	13.0%	15.9%	50.7%	100.0%

Fuente: encuesta realizada a las estudiantes del 5° de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno-2024.

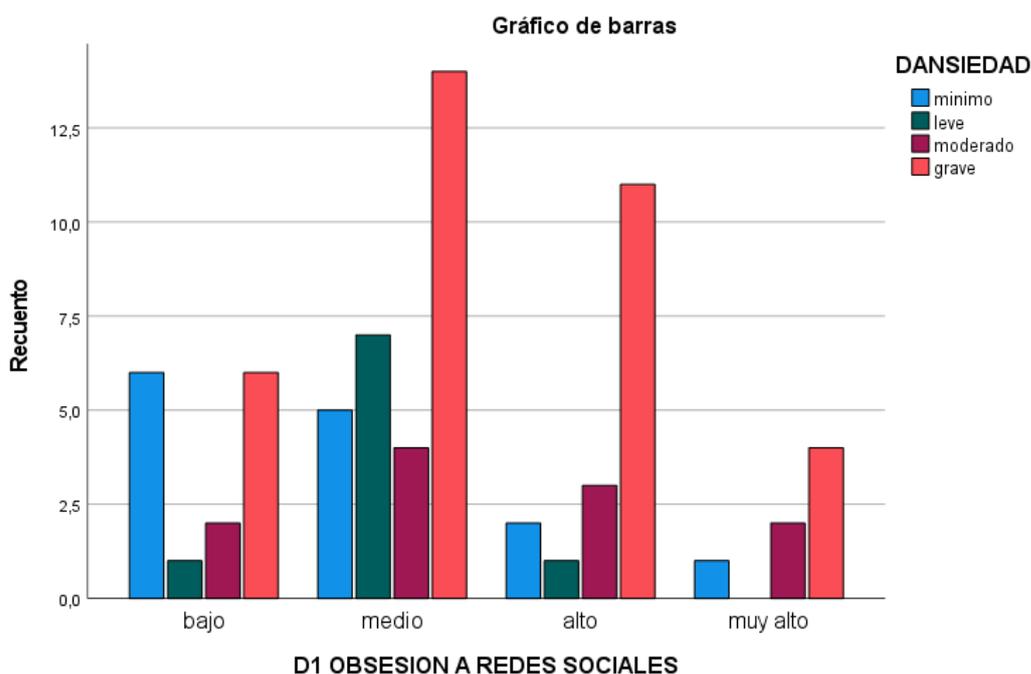


Figura 9 niveles de la dimensión, obsesión a las redes sociales y el nivel de ansiedad en las estudiantes del 5° de secundaria de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno-2024,

Tabla 18

Descripción de los niveles de la dimensión falta de control a las redes sociales y el nivel de ansiedad en las estudiantes del 5° de secundaria de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno-2024.

		Ansiedad				
		mínimo	leve	moderado	grave	total
Falta de control a las redes sociales	Bajo	1.4%			1.4%	2.9%
	Medio	10.1%	7.2%	2.9%	18.8%	39.1%
	Alto	4.3%	2.9%	7.2%	21.7%	36.2%
	Muy alto	4.3%	2.9%	5.8%	8.7%	21.7%
	Total	20.3%	13.0%	15.9%	50.7%	100.0%

Fuente: Encuesta realizada a las estudiantes del 5° de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos

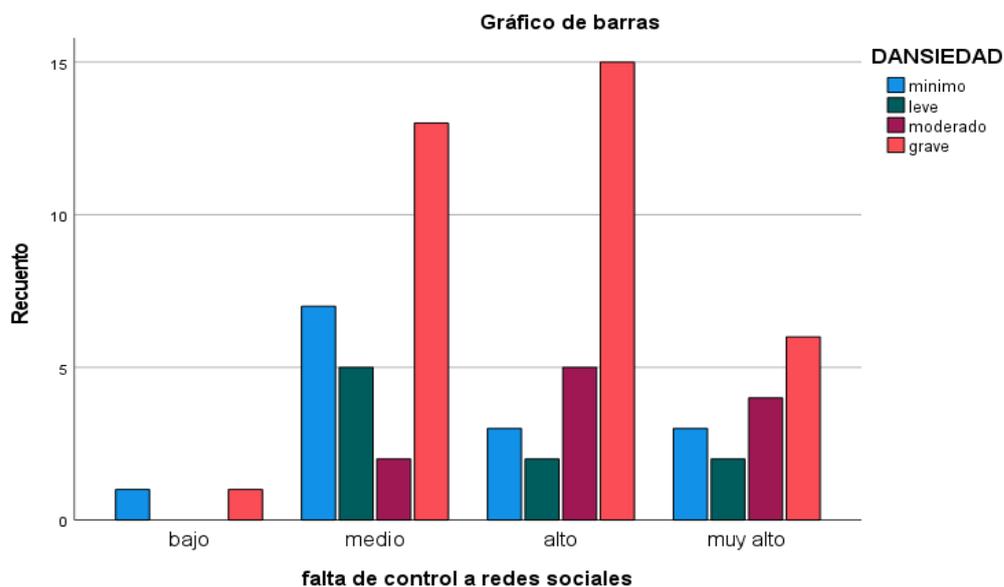


Figura 10 *Niveles de la dimensión falta de control a las redes sociales y el nivel de ansiedad en las estudiantes del 5° de secundaria de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno-2024.*

Tabla 19

Descripción de los niveles de la dimensión uso excesivo a las redes sociales y el nivel de ansiedad en las estudiantes del 5° de secundaria de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno-2024.

		ansiedad				
		mínimo	leve	moderado	grave	total
Uso excesivo a las redes sociales	Bajo	4.3%			2.9%	7.2%
	Medio	8.7%	4.3%	4.3%	15.5%	31.9%
	Alto	5.8%	4.3%	2.9%	13.0%	26.1%
	Muy alto	1.4%	4.3%	8.7%	20.3%	34.8%
	Total	20.3%	13.0%	15.9%	50.7%	100.0%

Fuente: encuesta realizada a las estudiantes del 5° de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno-2024.

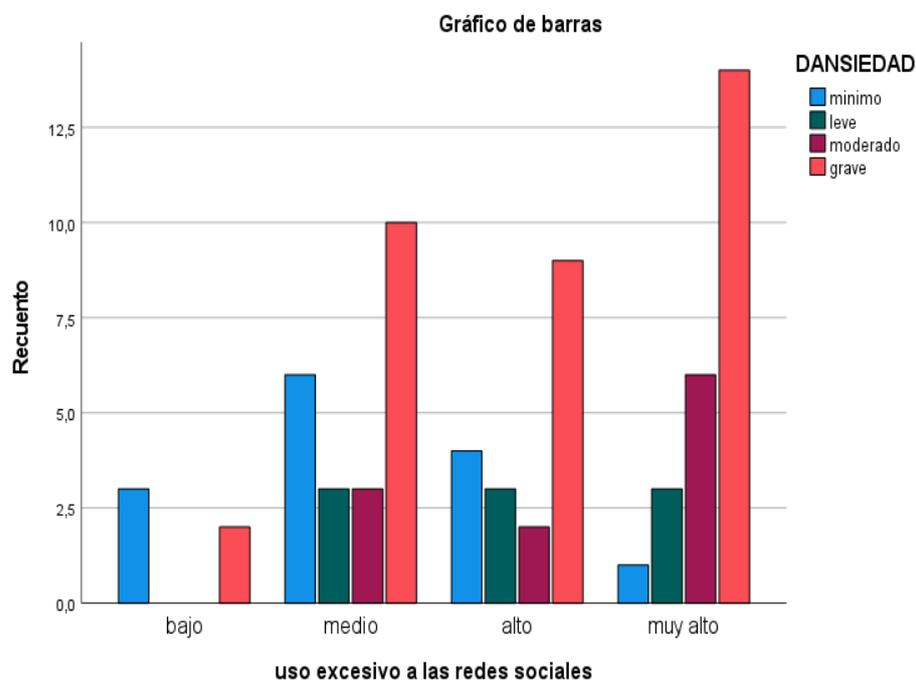


Figura 11 *Niveles de la dimensión uso excesivo a las redes sociales y el nivel de ansiedad en las estudiantes del 5° de secundaria de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno-2024.*

5.3 Interpretación de resultados

En la tabla N°8, se observa que las estudiantes del 5° de secundaria de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos. Sus edades oscilan entre 16 años (42/69) y 17 años (27/69) años. El 52.17% (36/69) tiene internet en su hogar, el 59.42% (41/69) tiene internet en su celular, la red social más utilizada es el tik tok con un 40.58% (28/69), seguido del WhatsApp con un 27.54% (19/69).

En la tabla N° 9 y figura N°1, se muestra que los niveles de la variable adicción a las redes sociales en las estudiantes del 5° de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos de la ciudad de Puno, se observa, El 8.70% (6/69) de las estudiantes presentaron un nivel bajo, el 47.82% (33/69) presentaron un nivel medio, el 36.23% (25/69) presentaron un nivel alto y el 7.24 % (5/69) de las estudiantes presentaron un nivel muy alto de adicción a redes sociales.

En la tabla N°10 y figura N°2, los niveles de la dimensión, obsesión a las redes sociales en las estudiantes encuestadas, el 21.74% (15/69) de las estudiantes presentaron un nivel bajo, el 43.48% (30/69) presentaron un nivel medio, el 24.64% (17/69) presentaron un nivel alto y el 10.14% (7/69) presentaron un nivel muy alto.

En la tabla N°11 y figura N°3, los niveles de la dimensión, falta de control personal en el uso de las redes sociales, el 2.90% (2/69) de las estudiantes presentaron un nivel bajo, el 40.58% (28/69) presentaron un nivel medio, el 34.78% (24/69) presentaron un nivel alto y el 21.74% (15/69) presentaron un nivel muy alto.

En la tabla N°12 y figura 4, los niveles de la dimensión uso excesivo de las redes sociales en las estudiantes encuestadas, el 7.25% (5/69) presentaron un nivel bajo, el 31.88% (22/69) presentaron un nivel medio, el 26.09% (18/69) presentaron un nivel alto y el 34.78% (24/69) presentaron un nivel muy alto.

En la tabla N°13 y figura N°5, los niveles de la variable ansiedad en las estudiantes del 5° de secundaria de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, se

observa que un 21.74% (15/69) presentaron nivel mínimo, un 13.04% (9/69) presentaron un nivel leve, un 15.94% (11/69) presentaron un nivel moderado y un 49.28% (34/69) presentaron un nivel grave.

En la tabla N°14 y figura N°6, los niveles de dimensión, ansiedad cognitiva en las estudiantes encuestadas, el 17.39% 1(2/69) presentaron un nivel mínimo, el 24.64% (17/69) presentaron un nivel leve, el 20.29% (14/69) presentaron un nivel moderado y el 37.68% (26/69) de las estudiantes presentaron un nivel grave.

En la tabla N°15 y figura N°7, los niveles de la dimensión ansiedad fisiológica en las estudiantes encuestadas, el 21.74% (15/69) presentaron un nivel mínimo, el 21.74% (15/69) presentaron un nivel leve, el 28.98% (20/69) presentaron un nivel moderado y el 27.54% (19/69) presentaron un nivel grave.

En la tabla N°16 y figura N° 8, los resultados de la tabla cruzada de las variables adicción a redes sociales y ansiedad en las estudiantes de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos. De las 69 estudiantes, el 47.8% presentaron un nivel medio de adicción a redes sociales y un 50.7% presentaron un nivel grave de ansiedad.

En la tabla N°17 y figura N° 9, los resultados de la tabla cruzada de la dimensión obsesión a las redes sociales y ansiedad en las estudiantes del 5° de la IES Carlos Rubina Burgos. De 69 estudiantes el 43.5% presentaron un nivel medio de obsesión hacia las redes sociales y un 50.7% presentaron un nivel grave de ansiedad.

En la tabla N°18 y figura N° 10, los resultados de la tabla cruzada de la dimensión, falta de control personal en el uso de las redes sociales y ansiedad en las estudiantes del 5° de la IES Carlos Rubina Burgos. De las 69 estudiantes el 39.1% presentan falta de control hacia las redes sociales y un 50.7% tienen un nivel grave de ansiedad.

En la tabla N°19 y figura N°11, los resultados de la tabla cruzada de la dimensión uso excesivo a las redes sociales y ansiedad en las estudiantes del 5° de la IES Carlos Rubina Burgos. De las 69 estudiantes, el 34.8%

presentan un nivel muy alto al uso excesivo de redes sociales y un 50.7%
presentan un nivel grave de ansiedad.

VI. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

Análisis inferencial

Prueba de normalidad

Hi. Los datos tienen una distribución normal si $P > 0,05$

Ho. Los datos no tienen una distribución normal si $P < 0,05$

Tabla 20

Kolmogórov-Smirnov			
	estadístico	GI	Sig.
V1 Adicción a las redes sociales	,079	69	,200*
Obsesión	,091	69	,200*
Falta de control	,118	69	,019*
Uso excesivo	,0.80	69	,200*
V2 Ansiedad	,091	69	,200*
Cognitiva	,090	69	,200*
Fisiológica	,111	69	,033

Para la investigación se eligió la prueba de normalidad de Kolmogórov-Smirnov, porque se tomó en cuenta que la muestra era mayor a los 50 participantes. En los resultados estadísticos se observa que existe una correlación significativa para las variables y sus dimensiones, $P > 0.05$, lo que indica que los datos siguen una distribución normal, por lo tanto, se utilizará una prueba paramétrica, el coeficiente de correlación de Pearson.

Prueba de hipótesis

Hipótesis general

Hi. Existe relación significativa entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad en las estudiantes del 5° de nivel secundaria de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno -2024.

Ho. No existe relación significativa entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad en las estudiantes del 5° de nivel secundaria de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno -2024.

Tabla 21 *Correlación de Pearson adicción a redes sociales y ansiedad*

		Adicción a redes sociales	Ansiedad
Adicción a redes sociales	Correlación de Pearson	1	,247*
	Sig. (bilateral)		,041
	N	69	69
Ansiedad	Correlación de Pearson	,247*	1
	Sig. (bilateral)	,041	
	N	69	69

En la tabla 21. Se evidencia en los resultados del Coeficiente de Correlación de Pearson es de 0.247* siendo significativa, con un $p < 0,05$ por tanto indica que existe una relación significativa entre las variables, por lo que se aceptó la Hi y se rechazó la Ho.

Hipótesis Específica 1

H1: Existe relación significativa entre obsesión a las redes sociales y ansiedad en las estudiantes del 5° de nivel secundaria de la IES Carlos Rubina Burgos, Puno-2024

H0: No Existe relación significativa entre obsesión a las redes sociales y ansiedad en las estudiantes del 5° de nivel secundaria de la IES Carlos Rubina Burgos, Puno-2024.

Tabla 22.

Análisis estadístico de obsesión con las redes sociales y ansiedad.

		Obsesión	Ansiedad
Obsesión a redes sociales	Correlación de Pearson	1	,283*
	Sig. (bilateral)		,019
	N	69	69
Ansiedad	Correlación de Pearson	,283*	1
	Sig. (bilateral)	,019	
	N	69	69

En la tabla 22. Se evidencia en los resultados del Coeficiente de Correlación de Pearson es de 0.283* siendo significativa, con un $p < 0,05$ por tanto indica que existe una relación significativa entre la dimensión obsesión a las redes sociales y la variable ansiedad, por lo que se aceptó la H1 y se rechazó la Ho.

Hipótesis Específica 2

H1: Existe relación significativa entre dimensión falta de control personal y ansiedad en las estudiantes del 5° de nivel secundaria de la IES Carlos Rubina Burgos, Puno-2024.

H0: No existe relación significativa entre la falta de control personal a las redes sociales y ansiedad en las estudiantes del 5° de nivel secundaria de la IES Carlos Rubina Burgos, Puno-2024.

Tabla 23

Análisis estadístico de la dimensión falta de control personal a las redes sociales y ansiedad

		Falta de control personal a las redes sociales	Ansiedad
Falta de control personal a las redes sociales	Correlación de Pearson	1	,020
	Sig. (bilateral)		,872
	N	69	69
Ansiedad	Correlación de Pearson	,020	1
	Sig. (bilateral)	,872	
	N	69	69

En la tabla 23. Se evidencia en los resultados del Coeficiente de Correlación de Pearson es de 0.020* indicando una relación inexistente, con un $p > 0,05$ por tanto indica que no existe una relación significativa entre la dimensión obsesión a las redes sociales y la variable ansiedad, por lo que se rechazó la H1 y se aceptó la Ho.

Hipótesis Específica 3

H1: Existe relación significativa entre dimensión uso excesivo a las redes sociales y ansiedad en las estudiantes del 5° de nivel secundaria de la IES Carlos Rubina Burgos, Puno-2024.

H0: No Existe relación significativa entre la dimensión uso excesivo a las redes sociales y ansiedad en las estudiantes del 5° de nivel secundaria de la IES Carlos Rubina Burgos, Puno - 2024.

Tabla 24

Análisis estadístico de la dimensión uso excesivo a las redes sociales y ansiedad

		Uso excesivo a redes sociales	Ansiedad
Uso excesivo a redes sociales	Correlación de Pearson	1	,274*
	Sig. (bilateral)		,023
	N	69	69
Ansiedad	Correlación de Pearson	,274*	1
	Sig. (bilateral)	,023	
	N	69	69

En la tabla 24. Se evidencia en los resultados del Coeficiente de Correlación de Pearson es de 0.274* siendo significativa, con un $p < 0,05$ por tanto indica que existe una relación significativa entre la dimensión uso excesivo a las redes sociales y la variable ansiedad, por lo que se aceptó la H1 y se rechazó la Ho.

VII. Discusión de resultados.

Comparación de los resultados

De acuerdo con los resultados estadísticos descriptivos de la variable, adicción a las redes sociales, se obtuvo que un 47.82% (33/69) estudiantes, tienen un nivel medio concerniente a (ARS), así mismo se obtuvo que un 36.23% (25/69) estudiantes tienen un nivel alto de (ARS), resultados similares se encontraron en Vargas y Álvarez (2022), donde se obtuvo 47.3% presentan un nivel medio, respecto al nivel de adicción a redes sociales. De acuerdo con la teoría de Kimberly Young (1998) adicción al internet, menciona que es una patología caracterizada por tiempos de conexión elevados, desinterés en las obligaciones profesionales, sociales, donde el internet se vuelve una vía de escape que por periodos cortos experimentan sentimientos satisfactorios y a largo plazo podría afectar a los estados emocionales.

Con relación a la variable ansiedad, se obtuvo que un 49.28% (34/69) de las estudiantes tienen un nivel grave de ansiedad, y un 15.94% un nivel moderado de ansiedad. Resultados similares se encontraron en la investigación de Inocente y Román (2022) donde un 50 % evidenciaron un nivel alto de ansiedad. En cuanto a la fundamentación teórica de Carl Rogers (1979), quien describe que la ansiedad se desarrolla cuando hay un espacio distante entre el yo real y el yo ideal, creando en la persona incongruencia; también menciona que la sociedad y la tecnología pueden ayudarnos o destruirnos.

Se logro Identificar la relación entre adicción a redes sociales y ansiedad, mediante el coeficiente de correlación de Pearson, se obtuvo una correlación positiva entre la variable adicción a redes sociales y la variable ansiedad de 0,247* siendo significativa con un $p < 0,05$ y 69 la cantidad de estudiantes. Por tanto, se acepta H1 y se rechaza H0. Por otro lado, el estudio de Inocente y Román (2022), dan similares resultados de 0,270, con un $p < 0,05$, concluyendo a mayor adicción de redes sociales, mayor ansiedad. Este resultado coincide con lo que se encontró en la investigación. Por lo contrario, portal (2019) dan resultados contrarios de

$p=0.257 > \alpha = 0.05$, donde su hipótesis general de esta investigación fue rechazada.

Se logro establecer la relación que existe entre la dimensión, obsesión a las redes sociales y la variable ansiedad, en las estudiantes, mediante el coeficiente de correlación de Pearson, se obtuvo una correlación positiva entre la dimensión, obsesión a redes sociales y la variable ansiedad de $0,283^*$ siendo significativa con un $p < 0,05$ y 69 la cantidad de estudiantes. Por tanto, se acepta H_1 y se rechaza H_0 . según la teoría de Ecurra y Salas (2014), define la obsesión a las redes sociales como el compromiso mental con los medios sociales, pensamiento constante y fantasioso, angustia causada por las redes de pensamientos, ideas, impulsos o imágenes que son difíciles de controlar y que interfieren en el desarrollo normal de las personas y causan malestares psicológicos como la ansiedad. Por otro lado, Estudios similares se encontraron en la investigación de, Coapaza et al. (2024). Todas las correlaciones arrojaron un $p=0,000 < \alpha = 0.05$. Se concluye que la adicción a las redes sociales incrementa la eventualidad de desatar ansiedad.

Se logro establecer la relación que existe entre falta de control personal a las redes sociales y ansiedad en las estudiantes, mediante el coeficiente de correlación de Pearson, se obtuvo una correlación casi inexistente entre la dimensión, falta de control personal hacia las redes sociales y la variable ansiedad de $0,020$ siendo insignificante con un $p > 0.05$ y 69 la cantidad de estudiantes. Por tanto, se rechaza la H_1 y se acepta la H_0 . Según La teoría de escurra y salas (2014) define a la falta de control personal como la incapacidad de resistir la tentación, la búsqueda de la gratificación inmediata y el descuido de las tareas y estudios, provocando estados ansiosos ansiedad. por lo contrario, en Vargas y Álvarez (2022) en la correlación de Spearman fue de $0,237$ con un $p < 0,05$, concluyendo que existe una relación significativa entre la dimensión y la variable.

Se logro establecer la relación que existe entre el uso excesivo a las redes sociales y la ansiedad en las estudiantes, mediante el coeficiente de correlación de Pearson, se obtuvo una correlación positiva entre la

dimensión uso excesivo a las redes sociales y la variable ansiedad de 0,274* siendo significativa con un $p < 0,05$ y 69 la cantidad de estudiantes, según la teoría de escurra y salas (2014) define el uso excesivo como, pérdida en el dominio del uso de los medios sociales e incapacidad de no poder controlarlos. Del mismo modo resultados similares dieron en el estudio de Segura (2020), donde se llegaron a la conclusión que existe una relación directa entre uso excesivo y agresividad. Por lo contrario, en la tesis Vargas y Álvarez (2022), el coeficiente de correlación de Spearman dio 0,198 con un $p > 0,05$ se concluye que no existió relación significativa entre la variable ansiedad y la dimensión uso excesivo.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

conclusiones

De acuerdo al objetivo general, se identificó una correlación significativa, entre la variable adicción a redes sociales y la variable ansiedad en las estudiantes del 5° de secundaria de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno-2024, donde se obtuvo un Coeficiente de Correlación de Pearson de 0.247* siendo significativa con un $p < 0,05$ por tanto indica que existe una relación significativa entre las variables, por lo que se aceptó la H_1 y se rechazó la H_0 .

De acuerdo con el objetivo específico 1, se estableció que existe una relación significativa entre la dimensión obsesión a las redes sociales y la variable ansiedad, en las estudiantes del 5° de nivel secundario de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno-2024, donde se obtuvo un Coeficiente de Correlación de Pearson de 0.283* siendo significativa con un $p < 0,05$ por tanto indica que existe una relación significativa entre las variables por lo que se aceptó la H_1 y se rechazó la H_0

De acuerdo con el objetivo específico 2, se estableció que no existe una correlación entre la dimensión falta de control personal a las redes sociales y la variable ansiedad en las estudiantes del 5° de nivel secundario de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno-2024, donde se obtuvo un

Coeficiente de Correlación de Pearson de 0.020 teniendo una relación insignificante e inexistente con un $p > 0,05$ por tanto indica que no existe una relación significativa entre las variables por lo que se rechazó la H1 y se aceptó la Ho.

De acuerdo con el objetivo específico 3, Se estableció que existe relación significativa entre la dimensión uso excesivo a las redes sociales y la variable ansiedad, en las estudiantes del 5° de nivel secundario de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno-2024. donde se obtuvo un Coeficiente de Correlación de Pearson de 0.274* siendo significativa con un $p < 0,05$ por tanto indica que existe una relación significativa entre las variables por lo que se aceptó la H1 y se rechazó la H0.

Recomendaciones.

Primero: se recomienda a la I.E.S. Carlos Rubina Burgos la implementación de estrategias de prevención e intervención relacionados a los temas adicción a redes sociales y ansiedad con diferentes modalidades que pueden ser charlas, talleres psicoeducativos, dinámicas, donde sean participes los docentes, padres de familia y estudiantes, sobre el uso correcto de las redes sociales, el uso correcto de las tecnologías digitales y hábitos saludables.

Segundo: se recomienda al psicólogo de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, fomentar las buenas prácticas saludables a través de dinámicas, talleres, charlas, actuaciones, folletos, para que el estudiante identifique una cantidad de alternativas que promuevan y alienten al bienestar psicológico del adolescente.

Tercero: se recomienda a través del área de TOE, dar charlas psicoeducativas sobre la ansiedad y como controlarla a través de ejercicio de respiración, meditación y actividades físicas, que serán alternativas para el bienestar psicológico del estudiante y que también puede ser aplicado en toda la institución educativa, incluyendo personal administrativo, docentes, estudiantes, etc.

Cuarto: se recomienda que a través del área de educación física y tutoría promuevan el deporte, las actividades que comprometan desarrollar la psicomotricidad gruesa, mediante bailes, coreografías, dinámicas donde puedan tener una mejor convivencia escolar y la concientización sobre el uso excesivo a las redes sociales, ofreciendo nuevas alternativas donde comprometan sus habilidades sociales, físicas y cognitivas,

IV. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Bibliografía

- American Psychiatric Association. (s.f.). *ansiedad*. Obtenido de <https://www.psychiatry.org/patients-families/la-salud-mental/ansiedad>
- Arias Gonzales, J. L., & Covinos Gallardo, M. (2021). diseño y metodología de la investigación. *ENFOQUES CONSULTING EIRL*, 134.
- Arias, J., Holgado, J., Tafur, T., & Vasque, M. (2022). Metodología de la investigación: El método ARIAS para desarrollar un proyecto de tesis. *INSTITUTO UNIVERSITARIO DE INNOVACION CIENCIA Y TECNOLOGIA UNIDI PERU*.
<https://doi.org/https://doi.org/10.35622/inudi.b.016>
- Armaza Deza, J. F. (2022). EL RIESGO DEL USO EXCESIVO DE LAS REDES SOCIALES EN LOS. *Facultad de Derecho, Escuela de Derecho, Universidad Continental, Perú*, 15.
Obtenido de [file:///C:/Users/alex/Downloads/EL+RIESGO+DEL+USO+EXCESIVO+DE+LAS+REDES+SOCIALES+EN+LOS+ESTUDIANTES+DE+LATINOAM%C3%89RICA%20\(3\).pdf](file:///C:/Users/alex/Downloads/EL+RIESGO+DEL+USO+EXCESIVO+DE+LAS+REDES+SOCIALES+EN+LOS+ESTUDIANTES+DE+LATINOAM%C3%89RICA%20(3).pdf)
- Aparicio, F. M., Cargua García, N. I., Jiménez, C. E., & García Montes, J. (2020). El rechazo escolar y la ansiedad cognitiva. *European Journal of Health Research.*, 6(1), 75-84. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/metricas/documentos/ARTREV/7562685>
- Azul, O. (14 de diciembre de 2023). Principales problemas que aquejan la salud de estudiantes de la UNA-Puno, son enfermedades gastrointestinales y psicológicas. Obtenido de <https://radioondaazul.com/principales-problemas-que-aquejan-la-salud-de-estudiantes-de-la-una-puno-son-enfermedades-gastrointestinales-y-psicologicos/>
- Barbieri, B. y. (2022). La ansiedad en la Clasificación Internacional de enfermedades y en el manual estadístico. *academica.org*. Obtenido de <https://www.aacademica.org/000-084/646.pdf>
- Bautista Quispe, J. A., Velazco Reyes, B., Estrada Arao, E. G., Córdova Rojas, L. M. (2023). Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en adolescentes de educación básica regular. *Revista universidad y sociedad*, 15(3). Obtenido de

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2218-36202023000300509

Becerra Canales, B., Hernández Huaripaucar, E., Becerra Huamán, D., Laos Anchante, C., Dávalos Almeyda, M., Cevallos Cárdenas, M. J., & del Río Mendoza, J. (2023). *Revista cubana de medicina militar*, 52(4), 19. Obtenido de <https://revmedmilitar.sld.cu/index.php/mil/article/view/10141/2319>

Boeree, G. C., & Gautier, R. (2003). teorías de la personalidad. *webspace*. Obtenido de <http://webspace.ship.edu/cgboer/rogersesp.html>

Chui B., H., Pérez A, K., Roque H, E., Sumari M, R., & Roque H., B. (2023). Ansiedad, depresión y uso excesivo de Internet en la calidad de sueño de estudiantes de medicina veterinaria y zootecnia. *Rev Inv Vet Perú*, 24(3), 11. <https://doi.org/doi.org/10.15381/rivep.v34i3.25478>

clínica barcelona. (16 de octubre de 2019). *clinicbarcelona.org*. Obtenido de <https://www.clinicbarcelona.org/asistencia/vida-saludable/adiccion-a-internet/causas-y-factores-de-riesgo>

Coapaza Torres, Y. J., Rocha Lindo, L., & Salcedo Alcantara, S. E. (2024). Adicción a las redes sociales y ansiedad en estudiantes del VII ciclo de la I. E. Joaquín Capelo - La Merced, 2023. 114. Obtenido de <https://hdl.handle.net/20.500.12394/14815>

Collantes, K., & Tobar, A. (2023). Adicción a redes sociales y su relación con la autoestima. *LATAM*, 4(1), 848. <https://doi.org/https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.300>

Correa, S. (2020). El triple sistema de respuesta es una teoría tridimensional elaborada por Lang que evalúa la respuesta cognitiva, fisiológica y conductual ante la ansiedad. *Mente y Ciencia*. Obtenido de <https://www.menteyciencia.com/triple-sistema-de-respuesta-el-modelo-de-lang/>

de la Lama Zubirán, P., de la Lama Zubirán, M., & de la Lama García, A. (2022). Los instrumentos de la investigación científica. Hacia una plataforma teórica que clarifique y gratifique. *Horizonte de la Ciencia*, 12(22). <https://doi.org/https://doi.org/10.26490/uncp.horizonteciencia.2022.22.1078>

- Del Prete, A., Redon Pantoja, S. (2020). Las redes sociales on-line: Espacios de socialización y definición de identidad. *Psicoperspectivas*, 19(1), 1-11.
<http://dx.doi.org/10.5027/psicoperspectivas-vol19-issue1-fulltext-1834>
- Echeburúa, E., & Requesens, A. (2012). Adicción a las redes sociales y nuevas tecnologías en niños y adolescentes. *ediciones pirámide*. Obtenido de <http://omextad.salud.gob.mx/contenidos/investigaciones/Guiaparaeducadores.pdf>
- Echaiz, R. (2019). Lecturas sobre la investigación científica educativa. Instituto para la calidad de educación USMP. obtenido de <https://www.usmp.edu.pe/iced/carpeta-2019-1/pdfs/materiales/de/5/taller-tesis-1.docx>
- Ehmke, R. (17 de abril de 2024). *Child Mind Institute*. Obtenido de <https://childmind.org/es/articulo/como-afecta-el-uso-de-las-redes-sociales-los-adolescentes/>
- ESCURRA, M., & SALAS, B. E. (2014). Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). *Liberabit*, 20(1), 73-91. Obtenido de http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1729-48272014000100007&script=sci_abstract&tlng=es
- Estrada, A. E., Zuloaga Araoz, M. C., Gallegos Ramos, N. A., & Mamani Uchasara, H. J. (2021). Adicción a internet y habilidades sociales. *revista avtf*, 40(1).
<https://doi.org/10.5281/zenodo.4675699>
- familydoctor. (28 de junio de 2023). *Asesoramiento médico de confianza de la Academia Americana de Médicos de Familia*. Obtenido de <https://es.familydoctor.org/condicion/trastornos-somatormorfos-es/>
- Fandiño, L. J. (24 de febrero de 2021). *Adicción a Internet: Fundamentos teóricos y conceptuales*. researchgate, 17(2), 1-10.
https://www.researchgate.net/publication/349570871_Adiccion_a_Internet_Fundamentos_Teoricos_y_Conceptuales
- Fernández-Bringas, T. C., Perez-Martinot, M. R., & Bardales-Mendoza, O. T. (2024). Hacia una mejor comprensión de la validez y confiabilidad en la investigación: apuntes desde el entorno

universitario. *Revista Académica De Docencia Y Gestión Universitaria*, 2(1), 35–46.
<https://revistas.upch.edu.pe/index.php/Spirat/article/view/5247>

García-Muñoz, M., & Trujillo-Camacho, A. (2022). Niveles de ansiedad durante el confinamiento obligatorio por covid-19, en estudiantes de una Universidad Estatal del Caribe colombiano. *psicogente*, 25(47), 1-22.
<https://revistas.unisimon.edu.co/index.php/psicogente/article/view/4421>

health, y. m. (2024). redes sociales y la salud mental de la juventud. *An official website of the United States government*. Obtenido de
<https://www.hhs.gov/es/surgeongeneral/priorities/youth-mental-health/social-media/index.html>

Hernández, G. O. (2020). Aproximación a los distintos tipos de muestreo no probabilístico que existen. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 37(3). Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252021000300002

Iberdrola. (2023). Obtenido de Adicción a las redes sociales: causas y síntomas principales: <https://www.iberdrola.com/compromiso-social/como-afectan-redes-sociales-jovenes>

INOCENTE DOMINGUEZ, D. Y., & ROMAN HUAYHUAPUMA, R. D. (2022). ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y ANSIEDAD EN. *Repositorio Institucional Universidad Autnoma de Ica*. <https://doi.org/> <https://hdl.handle.net/20.500.14441/2444>

HIDALGO, D. F. (2023). Las adicciones suelen ser difíciles de superar y pueden requerir tratamiento médico y psicológico. *TOP DOCTORS*. Obtenido de <https://www.topdoctors.es/articulos-medicos/las-adicciones-suelen-ser-dificiles-de-superar-y-pueden-requerir-tratamiento-medico-y-psicologico>

Jiménez Fajardo, L. M., & Suárez López, A. G. (2022). Estudio comparativo de género sobre adicción a redes sociales en jóvenes universitarios. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria de Ciencias de la Salud. Salud y Vida*, 6(3), 115.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8966175>

Klimenko, O., Cataño Restrepo, Y. A., Otálvaro, I., & Úsuga Echeverri, S. J. (2020). Riesgo de adicción a redes sociales e Internet y su relación con habilidades para la vida y socioemocionales en una muestra de estudiantes de bachillerato del municipio

- de Envigado. *psicogente*, 24(46).
<https://doi.org/https://doi.org/10.17163/alt.v18n1.2023.01>
- Lakiszyk. (09 de enero de 2020). *que es un síntoma y como lo interpretamos*. Obtenido de clinicaeos: <https://clinicaeos.com/blog/que-es-un-sintoma-y-como-lo-interpretamos/>
- lama, P., de la Lama Zubirán, M. M., & García, A. (diciembre de 2021).
<https://doi.org/DOI:10.26490/uncp.horizonteciencia.2022.22.1078>
- Livise Lucana, K. (2023). La adicción a las redes sociales y el estrés académico en los estudiantes del quinto año de la Institución Educativa Secundaria José Carlos Mariátegui aplicación UNA Puno, 2022. *UNAP-Institucional*. Obtenido de https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/RNAP_54df714929a22e84083f622b92dbb2fe
- MAP. (s.f.). *MENTES ABIERTAS PSICOLOGÍA*. Obtenido de Las Teorías de la Ansiedad:: https://www.mentesabiertaspsicologia.com/blog-psicologia/las-teorias-de-la-ansiedad-un-viaje-por-la-comprension-de-un-fenomeno-universal#google_vignette
- Martínez Líbano, J., González Campusano, N., & Pereira Castillo, J. I. (2022). Las redes sociales y su influencia en la salud mental de los estudiantes universitarios. *REIDOCREA*, 11(4), 45-57. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8239570>
- Martínez Corso, R. C., & Villota Burgos, H. H. (2022). LA PSICOMETRIA. *Revista SIGMA*, 18(1), 23-29. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8725736>
- Mata Solís , L. D. (2019). Diseños de investigaciones con enfoque cuantitativo de tipo no experimental. *investigalalia*. Obtenido de <https://investigaliacr.com/investigacion/disenos-de-investigaciones-con-enfoque-cuantitativo-de-tipo-no-experimental/>
- MINSA. (2023). Salud mental: ¿cómo detectar y superar la ansiedad? *Gob.pe*. Obtenido de <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/696706-salud-mental-como-detectar-y-s%20uperar-la-ansiedad>

- medlineplus. (2023). Cuatro tipos comunes de trastornos de ansiedad. *NIH medlineplus*.
Obtenido de <https://magazine.medlineplus.gov/es/art%C3%ADculo/cuatro-tipos-comunes-de-trastornos-de-ansiedad>
- medlineplus. (2 de Octubre de 2023). *Biblioteca Nacional de Medicina* . Obtenido de <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/000955.htm>
- Méndez, N. (2023). Intervención cognitivo-conductual para un alto grado de malestar ante actividades laborales: un estudio de caso. *academo*, 10(1), 30-46.
<https://doi.org/https://doi.org/10.30545/academo.2023.ene-jun.4>
- msg psicología. (15 de setiembre de 2023). Obtenido de msgpsicologia:
<https://msgpsicologia.com/por-que-generan-adiccion-los-videos-cortos-de-las-redes-sociales/>
- Nahum Montagud , N. (2020). Los 12 tipos de técnicas de investigación: características y funciones. *Psicología y Mente*. Obtenido de <https://psicologiamente.com/cultura/tipos-tecnicas-investigacion>
- National Geographic. (10 de junio de 2024). Obtenido de National Geographic:
<https://www.nationalgeographicla.com/ciencia/2024/06/que-es-la-ansiedad-digital-y-como-se-manifiesta>
- Naukas. (06 de diciembre de 2021). *naukas c*. Obtenido de <https://naukas.com/2021/12/06/la-teoria-de-redes-sociales-y-un-ejemplo-de-su-aplicacion-en-la-pandemia-de-covid-19/>
- Nuñez, V. V. (2021). Adicción a las redes sociales y agresividad en los escolares de la Institución Educativa Secundaria Comercial 45 Puno, 2020. 78. Obtenido de <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/59653>
- Ochoa, Q. F., & Barragan, C. M. (2022). El uso excesivo de las redes sociales en medio de la pandemia. *ACADEMO*, 9(1), 85-92.
<http://scielo.iics.una.py/pdf/academo/v9n1/2414-8938-academo-9-01-85.pdf>
- OMS. (17 de noviembre de 2021). *Organización Mundial de la Salud*. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>

- Otero Carrillo, F., Picoy Romero, P. R., & Espinoza Roja, R. (2023). Impacto de la adicción a redes sociales en la salud mental de los estudiantes de medicina humana, en tiempos de Covid-19. *Revista de la Facultad de Medicina Humana*, 23(4).
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9345149>
- Psicología y Psicoterapia Miguel Ángel. (2022, noviembre 22). Descontrol de impulsos: señales para identificarlo y posibles causas. Portal Psicología y Mente.
<https://psicologiaymente.com/clinica/descontrol-impulsos>
- Portal Romero, M. Z. (2019). Adicción a redes sociales y nivel de ansiedad en estudiantes de 4to y 5to de secundaria la institución educativa Pedro Ruiz Gallo 3074 Carabayllo, 2019. *UCV repositorio digital institucional*, 81. Obtenido de <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/38323#:~:text=Los%20resultados%20obtenidos%20se%20encontraron,y%20niveles%20medios%20de%20ansiedad.>
- Quevedo, R. C., & Ponce, D. A. (2023). Adicción a las redes sociales y estado de ánimo en estudiantes universitarios. *Latam*, 4(2).
<https://doi.org/https://doi.org/10.56712/latam.v4i2.763>
- Radio Onda Azul. (6 de octubre de 2023). Reportan incremento de casos de ansiedad, depresión y otros problemas en Juliaca. Obtenido de https://radioondaazul.com/reportan-incremento-de-casos-de-ansiedad-depresion-y-otros-problemas-en-juliaca/#google_vignette
- Rodríguez, J. (22 de Agosto de 2023). *fundacion para la investigacion avanzada*. Obtenido de <https://isdfundacion.org/2023/08/22/estadistica-descriptiva-definicion-conceptos-y-ejemplos/>
- Rodríguez, R. (19 de julio de 2021). *Psiquion*. Obtenido de <https://www.psiquion.com/blog/adiccion-redes-sociales>
- Sabater, V. (6 de agosto de 2023). *La mente es maravillosa*. Obtenido de <https://lamenteesmaravillosa.com/la-psicologia-humanista-de-carl-rogers/>
- Salas Ocampo, D. (22 de setiembre de 2020). *El cuestionario de la investigación cualitativa*. Obtenido de <https://investigaliacr.com/investigacion/el-cuestionario-de-la-investigacion-cualitativa/>

- Sanchez. (2024). ¿Qué es la adicción a las redes sociales? *topdoctors.es*. Obtenido de <https://www.topdoctors.es/articulos-medicos/que-es-la-adiccion-a-las-redes-sociales>
- Sanz, j., Maria , P. G., & Fortun, M. (2012). EL “INVENTARIO DE ANSIEDAD DE BECK” (BAI): PROPIEDADES. *20(3)*, 563-583. Obtenido de https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2019/08/05.Sanz_20-3oa.pdf
- Segura Jara, F. F. (2020). Adicción a las redes sociales y conductas agresivas en adolescentes de educación secundaria de Cartavio. *UCV-Institucional*, 41. Obtenido de <https://hdl.handle.net/20.500.12692/45842>
- SEMA. (13 de junio de 2023). *Porque las redes sociales afectan la salud de los jóvenes*. Obtenido de <https://www.adolescenciasema.org/por-que-las-redes-sociales-afectan-la-salud-mental-de-los-jovenes>
- SingleCare Team. (21 de febrero de 2024). *SingleCare*. Obtenido de <https://www.singlecare.com/es/recursos/estadisticas-de-ansiedad>
- Sunderland Lopez, L. J. (2024). Gratificación inmediata... Un conflicto de emociones ocultas en pleno siglo XXI. Obtenido de <https://mexicopolitico.com.mx/2024/04/12/gratificacion-inmediata-un-conflicto-de-emociones-ocultas-en-pleno-siglo-xxi/>
- Tejada Garitano, E., Arce, A., Bilbao Quintana, N., López de la Serna, A. (2023). Internet, smartphone y redes sociales: entre el uso y abuso, previo a la adicción. *Alteridad. Revista de Educación*, 18-1(1), 14-22. <https://doi.org/https://doi.org/10.17163/alt.v18n1.2023.01>
- Telefónica. (04 de julio de 2024). *telefónica*. Obtenido de <https://www.telefonica.com/es/sala-comunicacion/blog/redes-sociales-mas-usadas/>
- Tut Anchevida, M. E. (2024). Impacto Negativo del Uso Excesivo de las Redes Sociales en Adolescentes de 12 a 15 Años: Afectación Psicológica y Cognitiva. *Ciencia Latina*, 8(3). https://doi.org/https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i3.12268

- UNICEF. (09 de febrero de 2021). Obtenido de unicef.org:
<https://www.unicef.org/peru/comunicados-prensa/preocupaci%C3%B3n-bienestar-ninos-ninas-adolescentes-tiemp-frente-pantalla-internet-seguro>
- VALLEJOS-FLORES, M. A., Talledo Sánchez, K., Ventura, D. C., Sullcahuaman, J., Caycho Caja, A., & Vigo Carbajal, A. (2023). Adicción a teléfonos inteligentes y satisfacción con la vida: efecto mediador de las emociones negativas. *interacciones*, 9,e357, 9. Obtenido de http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S2413-44652023000100011&lng=es&nrm=iso
- Varela, E. (16 de octubre de 2019). Obtenido de clinic barcelona.org:
<https://www.clinicbarcelona.org/asistencia/vida-saludable/adiccion-a-internet/causas-y-factores-de-riesgo>
- Vargas Prado, K. F., & Alvarez Carbajal, V. (2022). Adicción a las redes sociales y ansiedad en adolescentes de la institución educativa San Francisco Solano-Edgar Valer Pinto, Abancay 2022. *repositoria institucional Universidad Autonoma de Ica*, 118. <https://doi.org/https://hdl.handle.net/20.500.14441/2111>
- VEIGA, N., OTERO, L., & TORRES, J. (2020). Reflexiones sobre el uso de la estadística inferencial en investigación didáctica. *InterCambios. Dilemas y transiciones de la Educación Superior*, 7(2), 94-106.
<https://doi.org/https://doi.org/10.2916/inter.7.2.10>.
- Virues Elizondo, R. A. (25 de mayo de 2005). *Ansiedad estudio*. Obtenido de <https://psicologiacientifica.com/ansiedad-estudio/>
- Vizcaíno, Z. P., Maldonado Palacios, I. A., & Cedeño Cedeño, R. J. (2023). Metodología de la investigación científica. *ciencia latina.org*. Obtenido de <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/7658>
- ZABALA BAQUERO , S. S. (2021). Ansiedad, Síntomas de Adicción a las redes sociales y Procrastinación en Adolescentes de Colegios Públicos de Villavicencio. *CRAIUSTA*, 91. Obtenido de <http://hdl.handle.net/11634/33756>

Anexo 1: Matriz de consistencia

TÍTULO: ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y ANSIEDAD, EN ESTUDIANTES DEL 5° DE NIVEL SECUNDARIA DE LA I.E.S CARLOS RUBINA BURGOS, PUNO – 2024.

AUTOR: WALDIR JIMMY SUPO ALANOCA

problema	objetivos	hipótesis	variables	metodología
problema general	objetivo general	hipótesis general	var1. adicción a las redes sociales (ARS)	tipo: básica diseño. no experimental, correlacional.
1. ¿Cuál es la relación que existe, entre adicción a las redes sociales y la ansiedad en las estudiantes del 5° de nivel secundaria de la I.E.S. Carlos Rubina Burgo, Puno - 2024.	1. identificar la relación que existe entre adicción a las redes sociales y la ansiedad en las estudiantes del 5° de nivel secundaria la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno -2024.	1. existe relación significativa entre adicción a las redes sociales y la ansiedad en las estudiantes del 5° de nivel secundaria la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno -2024.	Dimensiones. Eскурra y salas (2014) D1: obsesión por las redes sociales. D2: falta de control personal. D3: uso excesivo de las redes sociales.	población: (75) estudiantes de secundaria. Muestra.69 Estudiantes de 5° de secundaria.
Problemas específicos	Objetivos específicos	Hipótesis específicas	Var. 2 Ansiedad (BAI)	Técnica. Cuestionarios y psicometría.
1. ¿Cuál es la relación que existe, entre la obsesión a las redes sociales y la ansiedad en estudiantes del 5° de nivel	1. establecer la relación que existe entre la obsesión a las redes sociales y la ansiedad en las estudiantes	1. existe relación significativa entre obsesión a las redes sociales y la ansiedad, en las	Dimensiones: Beck (1985) D1: cognitivo. D2: fisiológico.	Instrumentos:

de secundaria de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno -2024.	del 5° de nivel secundaria de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno -2024.	estudiantes del 5° de nivel secundaria de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos de Puno -2024.	1. cuestionario de adicción a las redes sociales. (ARS)
2. ¿Cuál es la relación que existe entre la falta de control personal a las redes sociales y la ansiedad en las estudiantes del 5° de nivel secundaria de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno -2024.	2. establecer la relación que existe entre la falta de control a las redes sociales y la ansiedad, en las estudiantes del 5° de nivel secundaria de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos de Puno -2024.	... 2. Existe relación significativa entre la falta de control personal a las redes sociales y la ansiedad en los estudiantes del 5° de nivel secundaria de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno -2024.	2. inventario de ansiedad de Beck para adolescentes (BAI)
3. Cuál es la relación que existe entre el uso excesivo a las redes sociales y la ansiedad en las estudiantes del 5° de nivel secundaria de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno -2024.	3. establecer la relación que existe entre el uso excesivo de las redes sociales y la ansiedad en las estudiantes del 5° de nivel secundaria de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno -2024.	3. Existe relación significativa entre el uso excesivo a las redes sociales y la ansiedad, en los estudiantes del 5° de nivel secundaria de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos, Puno -2024.	

Anexo 2: Instrumento de recolección de datos

INSTRUMENTO VARIABLE ADICCIÓN A REDES SOCIALES

CUESTIONARIO DE ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES (ARS)

Código:

Fecha:

Edad:

Grado de instrucción:

Sección:

Sexo: (F) (M)

Dispones de internet en casa: (SI) (NO)

Red social que más usas

Dispones de internet en tu celular.: (SI) (NO)

Instrucciones:

El presente cuestionario contiene una lista de 24 ítems, relacionados al uso de las redes sociales. Lee cada pregunta y conteste con sinceridad, marcando con un “x” según lo que piense, siente o haga, ojo no existen respuestas buenas o malas

- siempre...**S**
- casi siempre...**CS**
- algunas veces.....**AV**
- rara vez...**RV**
- nunca.....**N**
-

	DIMENSIONES	RESPUESTAS				
		S	CS	AV	RV	N
1	Siento gran necesidad de permanecer conectado (a) a las redes sociales.					

2	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.					
3	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más					
4	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales					
5	No sé qué hacer cuando quedo desconectado (a) de las redes sociales					
6	Me pongo de mal humor si no puedo conectarme a las redes sociales					
7	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.					
8	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja					
9	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.					
10	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado					
11	Pienso en lo que pueda estar pasando en las redes sociales					
12	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.					
13	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.					
14	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.					
15	Aun cuando desarrolló otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.					

16	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales					
17	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales					
18	Estoy atento a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.					
19	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado (a) a las redes sociales.					
20	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado a las redes sociales.					
21	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.					
22	Mi pareja, amigos o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.					
23	Cuando estoy en clase sin conectarme a las redes sociales, me siento aburrido (a).					
24	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.					

FUENTE: (Escrura & Salas, 2014)

INSTRUMENTO VARIABLE: ANSIEDAD

Inventario de ansiedad de Beck (BAI)

Código: fecha

Grado sección

Instrucciones: este formulario incluye 21 preguntas, lea atentamente cada una de las afirmaciones e indique cuánto le ha afectado durante esta última semana, incluido hoy. Indique con una X cómo se ha sentido, no deje ninguna frase sin contestar.

Inventario de ansiedad de Beck (BAI)				
	En ab so lut o.	Le ve m en te.	M od er ad a m en te.	Se ve ra m en te.
1.con hormigueo o entumecimiento.				
2.con sensación de calor.				
3.Con Temblor en las piernas.				
4.Incapaz de relajarme				
5.Con Miedo a que suceda lo peor.				
6.Con Mareos o confusión				
7.Con latidos del corazón fuertes o rápidos.				
8.Inestable.				

9. Atemorizado.				
10. Nervioso.				
11. Con sensación de ahogo.				
12. Con temblores en las manos.				
13. con Inquietud o inseguridad.				
14. Con miedo a perder el control.				
15 con. dificultad para respirar.				
16. Temor a la muerte.				
17. con miedo.				
18. Con malestares digestivos.				
19. Con sensación de desmayarse.				
20. Con rubor facial.				
21. Con sudoración fría o caliente.				

Anexo 3: Ficha de validación por juicio de expertos



MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

NOMBRES Y APELLIDOS: WALDIR JIMMY SUPO ALANOCA

Título de la Investigación:

ADICCION A LAS REDES SOCIALES Y ANSIEDAD, EN ESTUDIANTES DEL 5° DE NIVEL
SECUNDARIA DE LA I.E.S. CARLOS RUBINA BURGOS, PUNO – 2024

Instrumento:

CUESTIONARIO DE ADICCION A REDES SOCIALES (ARS)

Nombre del Experto: Risco Sernaque Violeta Madelaine

II. ASPECTOS QUE VALIDAR EN EL INSTRUMENTO:

Aspectos Para Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas por corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	

2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	

10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	
-----------------	--	--------	--

I. OBSERVACIONES GENERALES

Los instrumentos son confiables.



Apellidos y Nombres del validador: Risco Sernaque Violeta

Madelaine Grado académico: Maestra- Metodóloga de investigación

N°. DNI: 0965



MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

NOMBRES Y APELLIDOS: WALDIR JIMMY SUPO ALANOCA

Título de la Investigación:

ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y ANSIEDAD, EN ESTUDIANTES DEL 5° DE NIVEL
SECUNDARIA DE LA I.E.S. CARLOS RUBINA BURGOS, PUNO – 2024.

Instrumento:

Inventario de ansiedad de Beck (BAI)

Nombre del Experto: Risco Sernaque Violeta Madelaine

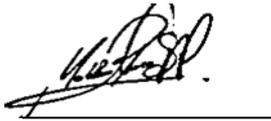
II. ASPECTOS QUE VALIDAR EN EL INSTRUMENTO:

Aspectos Para Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas por corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos	Cumple	

	observables		
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

I. OBSERVACIONES GENERALES

Los instrumentos con confiables.



Apellidos y Nombres del validador: Risko Sernaque Violeta

Madelaine Grado académico: Maestra- Metodóloga de
investigación

N°. DNI: 096504

Anexo 4. Resultados

cuestionario de adicción a las redes sociales

	IT E M S 1	IT E M S 2	IT E M S 3	IT E M S 4	IT E M S 5	IT E M S 6	IT E M S 7	IT E M S 8	IT E M S 9	IT E M S 0	IT E M S 1	IT E M S 2	IT E M S 3	IT E M S 4	IT E M S 5	IT E M S 6	IT E M S 7	IT E M S 8	IT E M S 9	IT E M S 0	IT E M S 1	IT E M S 2	IT E M S 3	IT E M S 4	
1	1	0	1	3	3	0	0	1	0	1	1	4	2	2	1	0	2	1	0	0	0	0	1	1	
2	1	1	2	1	2	1	2	2	1	2	1	2	4	2	1	2	3	1	2	1	1	1	2	0	2
3	3	2	2	3	2	3	1	2	2	3	3	2	1	3	2	1	2	3	2	1	2	2	1	1	
4	2	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	4	2	1	1	2	2	0	1	2	2	2	1	4	
5	2	1	1	2	1	1	0	4	3	3	1	2	3	1	0	2	2	2	1	1	2	2	1	2	
6	1	0	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	2	0	2	1	0	0	1	2	2	1	1	
7	3	3	3	2	3	2	4	4	3	3	3	3	1	2	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	
8	2	3	3	1	2	1	1	2	3	2	1	2	2	3	1	1	2	1	0	1	1	2	2	2	
9	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
10	2	3	1	2	3	1	1	1	2	3	1	3	3	3	1	2	2	1	1	1	0	2	1	4	
11	1	1	1	1	4	2	0	0	1	1	2	2	4	1	2	1	1	1	1	2	2	0	1	3	
12	2	2	1	3	2	1	1	2	2	2	0	2	2	1	1	2	2	1	0	2	1	1	1	1	
13	2	3	1	3	2	1	0	1	3	3	1	3	0	1	0	2	3	1	0	0	1	2	1	1	
14	3	3	1	2	2	0	1	2	2	2	2	2	4	1	1	1	1	2	0	0	2	2	2	2	
15	1	1	0	1	1	0	0	1	1	2	1	2	3	2	0	1	1	2	1	1	1	4	1	1	
16	1	1	1	1	1	1	0	2	1	1	0	2	3	1	1	1	1	0	0	0	1	2	1	2	
17	2	1	0	1	1	2	1	2	1	0	2	3	1	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	
18	3	3	1	3	2	1	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	2	1	1	2	0	2	
19	1	1	0	1	0	0	0	0	1	1	0	1	1	2	2	2	2	1	1	1	0	0	0	1	
20	1	0	0	1	1	0	0	0	1	1	1	4	2	2	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	
21	3	2	2	2	2	1	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	
22	4	3	2	1	1	0	0	2	2	1	0	1	3	2	1	1	2	1	1	1	2	0	2	1	
23	3	2	1	3	2	1	3	3	2	2	2	3	4	1	1	3	3	3	1	0	1	1	1	2	
24	3	3	2	3	3	3	2	2	1	3	3	2	3	3	2	2	1	3	0	1	3	2	2	2	

2	5	2	1	0	1	1	0	0	1	1	2	1	3	1	1	0	1	1	2	0	0	0	0	1	1
2	6	3	2	2	4	3	1	1	4	4	4	4	3	3	1	3	3	3	3	1	2	3	3	2	2
2	7	3	2	1	3	1	0	0	1	1	1	0	1	4	0	1	2	2	3	1	1	3	1	3	1
2	8	2	1	1	2	1	1	1	1	2	2	0	2	1	2	0	1	1	1	0	1	2	0	1	0
2	9	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	1	2	1	2	0	1	0	0	0	2	2	2	2	0
3	0	1	1	0	2	0	0	0	1	2	0	1	2	0	3	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1
3	1	1	0	1	1	1	0	1	1	2	1	0	4	2	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1
3	2	1	1	0	3	1	1	0	0	3	4	2	3	2	2	0	3	2	2	1	1	1	1	0	3
3	3	3	1	1	2	0	0	0	0	3	2	3	3	0	1	1	2	3	4	3	1	1	3	0	2
3	4	2	1	2	3	2	1	3	1	1	3	1	3	2	2	1	3	3	3	3	3	2	3	2	3
3	5	0	0	0	2	3	1	0	0	3	2	0	1	1	2	0	3	2	1	1	2	1	0	1	3
3	6	3	3	2	2	1	0	1	1	2	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1
3	7	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	2	1	1	0	1	1	1	0	0	1	0	0	0
3	8	3	2	2	1	1	1	0	4	0	0	0	0	4	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0
3	9	1	1	0	2	0	0	0	1	1	1	1	1	2	3	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1
4	0	2	1	1	0	0	0	0	1	2	1	2	3	1	1	0	1	1	1	1	0	2	2	1	1
4	1	1	2	1	2	2	0	0	1	2	1	2	3	3	2	2	4	2	1	2	2	1	2	2	1
4	2	2	1	1	1	1	0	1	1	1	2	2	2	2	1	1	2	1	2	0	1	2	1	1	1
4	3	2	2	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	4	0	1	1	1	1	0	1	2	1	1
4	4	1	0	0	1	2	0	0	1	2	3	1	3	3	0	1	2	3	2	1	1	2	4	1	1
4	5	4	3	2	4	1	3	2	1	1	3	2	4	1	2	1	2	2	1	2	0	2	1	2	2
4	6	3	3	0	2	2	2	2	2	1	3	2	2	3	2	1	1	1	2	3	1	1	0	1	1
4	7	1	1	1	3	1	0	0	1	4	4	1	3	1	2	1	2	2	1	1	1	0	0	0	1
4	8	1	1	1	2	2	1	2	2	2	1	0	1	3	1	2	1	0	2	1	0	1	1	2	2
4	9	3	1	1	3	2	1	1	3	2	3	2	2	4	1	1	2	3	2	2	2	3	2	3	2

5	0	2	2	1	3	1	1	0	1	3	1	1	4	1	3	1	2	2	2	1	1	1	2	1	2
5	1	2	1	3	2	1	0	1	1	3	2	0	3	1	2	1	1	3	2	1	0	2	3	1	3
5	2	1	1	0	3	0	0	0	0	0	1	0	3	2	2	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0
5	3	1	0	0	2	0	0	0	2	2	2	0	1	1	4	1	3	1	0	2	0	1	1	1	1
5	4	4	2	1	4	1	0	0	1	4	2	3	1	0	1	2	1	4	1	1	4	1	4	0	2
5	5	3	1	1	3	2	1	1	3	1	3	2	2	3	3	2	1	1	2	0	1	1	1	2	1
5	6	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1
5	7	1	1	0	3	1	0	1	1	2	2	3	3	0	2	0	1	2	1	0	1	0	1	0	0
5	8	2	1	1	2	2	1	1	2	3	3	1	1	1	2	1	3	3	1	1	1	1	0	0	2
5	9	3	1	2	2	1	3	1	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	1	2	3	2	3
6	0	2	2	1	2	2	2	1	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2
6	1	2	2	1	1	3	1	2	2	1	3	3	3	1	2	1	2	2	3	2	1	1	4	1	3
6	2	2	1	2	1	3	0	1	2	1	4	0	1	2	1	0	4	3	2	0	1	0	1	1	2
6	3	2	1	2	2	1	2	1	2	3	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1	2	1
6	4	1	0	0	1	0	0	0	1	1	1	0	3	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
6	5	4	2	0	2	2	1	3	3	4	4	0	4	3	2	3	3	3	4	3	2	3	2	4	2
6	6	1	1	0	1	0	0	0	1	1	0	1	4	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
6	7	1	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
6	8	2	2	2	3	2	1	2	2	3	2	1	2	1	2	2	1	2	1	1	1	2	1	3	2
6	9	2	1	0	4	1	0	0	1	2	3	1	1	2	1	0	1	1	0	0	1	0	0	1	0

Ansiedad (BAI)

c o d .	pr e g. 1	pr e g. 2	pr e g. 3	pr e g. 4	pr e g. 5	pr e g. 6	pr e g. 7	pr e g. 8	pr e g. 9	pr eg .1 0	pr eg .1 1	pr eg .1 2	pr eg .1 3	pr eg .1 4	pr eg .1 5	pr eg .1 6	pr eg .1 7	pr eg .1 8	pr eg .1 9	pr eg .2 0	pr eg .2 1
1	0	1	0	1	2	1	0	0	2	2	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1
2	1	2	2	2	1	0	1	0	1	2	2	2	3	1	2	2	1	2	2	3	1
3	1	2	2	1	1	0	1	2	1	0	0	1	1	0	1	2	1	2	1	2	1
4	0	1	0	1	2	1	0	2	1	1	1	2	1	0	1	2	1	0	0	1	1
5	2	2	3	1	2	2	3	2	3	2	3	1	2	2	2	1	3	1	2	2	3
6	1	2	2	3	3	2	3	2	2	3	1	2	3	3	3	2	1	3	0	0	3
7	0	1	2	2	2	3	2	2	2	3	1	2	2	3	2	3	1	2	2	2	3
8	1	0	0	1	0	1	1	2	1	1	2	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0
9	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	0	2	2	2	2	3
10	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0
11	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0
12	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1
13	1	2	2	3	2	3	0	1	0	3	0	2	3	3	0	0	1	0	2	2	3
14	1	2	1	2	2	3	1	2	2	2	1	2	2	2	1	0	2	1	2	2	2
15	1	1	1	0	1	2	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1
16	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0
17	1	1	2	2	2	0	0	1	1	2	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	1
18	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
19	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0
20	0	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0
21	1	0	0	1	2	1	0	1	1	2	2	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0
22	1	2	3	3	1	3	1	2	0	2	1	3	3	1	1	0	0	3	2	2	3
23	2	3	3	2	1	2	2	2	1	3	1	3	2	1	2	0	1	2	2	2	2
24	2	2	3	2	1	1	0	0	2	3	2	2	2	1	0	2	1	3	1	3	3
25	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0
26	1	0	0	1	2	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	3	2	1	1	1	0

2	7	0	0	2	1	1	2	3	1	0	1	0	1	2	1	0	1	1	2	2	0	2
2	8	0	1	0	1	2	1	2	1	0	2	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1
2	9	3	2	3	2	1	2	3	2	1	0	1	1	1	3	3	3	0	1	3	3	3
3	0	1	1	1	0	0	1	1	2	3	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0
3	1	2	1	2	2	3	2	3	3	3	3	2	1	3	3	3	1	3	2	1	0	2
3	2	1	2	0	1	1	1	0	2	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0
3	3	0	1	2	0	1	2	2	1	1	1	0	2	0	3	0	2	1	0	0	0	0
3	4	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
3	5	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1
3	6	1	1	2	1	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2
3	7	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
3	8	3	3	3	0	3	0	0	3	3	0	3	3	3	0	0	3	3	3	0	0	3
3	9	2	2	3	3	2	2	1	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	1	2	3
4	0	2	3	1	2	2	3	3	3	3	1	1	1	2	2	2	1	2	1	2	2	2
4	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0
4	2	1	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0
4	3	1	1	1	3	3	3	2	0	0	0	0	2	1	3	1	1	2	1	1	0	2
4	4	0	1	0	0	0	0	2	2	2	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
4	5	1	2	3	1	3	2	3	1	2	3	2	3	1	3	1	0	2	3	3	3	3
4	6	0	1	1	2	1	1	0	3	1	2	0	1	2	2	0	3	2	0	1	3	3
4	7	0	2	0	1	2	0	2	2	0	1	1	1	1	0	0	0	0	2	1	0	2
4	8	1	1	0	1	1	2	0	1	0	0	0	1	1	1	1	2	1	2	1	2	2
4	9	1	0	1	2	1	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	1	3	3	3	2	3
5	0	0	1	2	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	1	0	0	1	2	0	1	1
5	1	1	2	0	3	3	3	2	2	1	2	1	2	2	3	1	2	2	0	0	0	1

5	2	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	1	0	0	2	0	0	0	0
5	3	0	1	0	0	0	1	2	1	3	3	2	0	3	0	2	3	3	0	0	2	2
5	4	0	1	0	0	3	2	1	0	2	2	3	1	3	1	3	3	3	3	1	0	1
5	5	1	1	2	2	1	2	1	1	0	2	0	1	2	1	2	1	1	1	1	2	1
5	6	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1
5	7	2	1	2	2	3	3	2	3	1	1	2	3	2	3	2	0	1	2	3	3	2
5	8	2	2	1	2	1	0	1	2	0	2	0	2	1	2	0	0	1	0	0	1	1
5	9	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	2	1	2	2	1	2	2
6	0	0	1	1	1	2	2	2	1	2	2	1	2	3	2	0	1	1	1	2	1	3
6	1	2	2	0	0	1	1	0	1	2	3	0	1	2	1	2	3	3	0	0	2	1
6	2	1	1	0	0	3	0	2	1	3	3	0	1	1	2	0	2	3	1	0	1	2
6	3	0	1	0	2	1	0	1	1	0	1	0	0	2	1	0	1	1	2	0	0	1
6	4	0	0	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1
6	5	1	1	2	3	2	3	3	3	3	3	1	3	3	1	2	2	3	3	3	3	2
6	6	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
6	7	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
6	8	3	2	3	2	2	3	2	1	1	2	1	2	3	3	2	1	2	2	2	1	2
6	9	1	3	2	3	3	3	2	1	0	2	0	2	0	2	0	0	2	3	2	1	0

Anexo 5: Consentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO
ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y ANSIEDAD EN
ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA CARLOS RUBINA
BURGOS DE LA CIUDAD DE PUNO - 2024

Institución : Universidad Autónoma de Ica.

Responsable : Waldir Jimmy Supo Alanoca
Estudiante del programa académico de Psicología.

Objetivo: Por la presente lo estamos invitando a su menor hijo(a) a participar de la investigación que tiene como finalidad determinar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad de los adolescentes de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos de la ciudad de Puno. Al participar del estudio, su menor hijo deberá resolver un cuestionario de 24 ítems y otro de 21 ítems, los cuales serán respondidos de forma anónima.

Procedimiento: Si autoriza que su menor hijo participe de este estudio, su hijo deberá responder un cuestionario denominado "cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS)" y "inventario de la ansiedad de Beck (BAI)", los cuales deberán ser resueltos en un tiempo de 20 a 30 minutos aproximadamente, dichos cuestionarios serán realizados a través de copias.

Confidencialidad de la información: El manejo de la información es a través de códigos asignados a cada participante, por ello, la responsable de la investigación garantiza que se respetará el derecho de confidencialidad e identidad de cada uno de los participantes, no mostrándose datos que permitan la identificación de las personas que formaron parte de la muestra de estudio.

Consentimiento: Yo, en pleno uso de mis facultades mentales y comprensivas, he leído la información suministrada por el Investigador, y autorizo voluntariamente, que mi menor hija participe en el estudio indicado, habiéndome informado sobre el propósito de la investigación, así mismo, autorizo la toma de fotos (evidencia fotográfica), durante la resolución del instrumento de recolección de datos.

Puno, 02 de setiembre, de
2024.

Firma:
Apellidos y Nombres : Quispe Lopez Danetza Nely
DNI: 92853722

Anexo 6. Asentimiento informado

ASENTIMIENTO INFORMADO

En la actualidad me encuentro realizando una investigación sobre el tema: "Adicción a las redes sociales y ansiedad en las estudiantes del 5° del nivel secundario de la I.E.S. Carlos Rubina Burgos de la ciudad de Puno. Espero contar con su valiosa colaboración. El proceso consiste en la aplicación de 2 cuestionario que deberán ser completados con una duración de aproximadamente 30 minutos. Los datos recogidos serán tratados confidencialmente y utilizados únicamente para fines de este estudio.

De aceptar participar en la investigación, debes firmar este documento como evidencia de haber sido informado sobre los procedimientos de la investigación. En caso tengas alguna duda con respecto a las preguntas que aparecen en los cuestionarios, solo debes levantar la mano para solicitar la aclaración y se te explicará cada una de ellas personalmente.

Gracias por tu gentil colaboración.

Acepto participar voluntariamente en la investigación: Sí No

Fecha: 03/10/24

FIRMA DE LA PARTICIPACIÓN

NOMBRE: Geshuri Yomde
del Rosario
Flores Mendoza.

Anexo 7. Carta de presentación.

**UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE ICA**
Resolución N° 040-2020-SUNEDUCO
"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"

Chincha Alta, 12 de Octubre del 2024

OFICIO N°960-2024-UAI-FCS
Sra. Lourdes Quispe Flores
Directora
INSTITUCION EDUCATIVA SECUNDARIA CARLOS RUBINA BURGOS
Presente.-



De mi especial consideración:

Es grato dirigirme a usted para saludarle cordialmente.

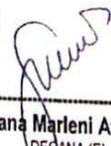
La Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma de Ica tiene como principal objetivo formar profesionales con un perfil científico y humanístico, sensibles con los problemas de la sociedad y con vocación de servicio, este compromiso lo interiorizamos a través de nuestros programas académicos, bajo la excelencia en la formación académica, y trabajando transversalmente con nuestros pilares como son la **investigación**, responsabilidad social y bienestar universitario en inserción laboral.

En tal sentido, nuestro estudiante se encuentra en el desarrollo de tesis para la obtención del título profesional, para los programas académicos de Enfermería, Psicología y Obstetricia. El estudiante ha tenido a bien seleccionar temas de estudio de interés con la realidad local y regional, tomando en cuenta a la institución que usted dirige.

Como parte de la exigencia del proceso de investigación, se debe contar con la **autorización** de la Institución elegida, para que el estudiante pueda proceder a realizar el estudio, recabar información y aplicar su instrumento de investigación, misma que a través del presente documento solicitamos.

Adjuntamos la carta de presentación del estudiante con el tema de investigación propuesto y quedamos a la espera de su aprobación.

Sin otro particular y con la seguridad de merecer su atención, me suscribo, no sin antes reiterarle los sentimientos de mi especial consideración



Dra. Susana Marleni Atuncar Deza
DECANA (E)
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA

Av. Abelardo Alva Maurtua 489 - 499 | Chincha Alta - Chincha - Ica
☎ 056 269176
🌐 www.autonormadeica.edu.pe



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE ICA

Resolución N° 045-2025-ED

MINISTERIO DE EDUCACIÓN
INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA
"CARLOS RUBINA BURGOS" - PUNO
MESA CONTROL

N° de Reg. 902
Fecha / Ingreso 09 OCT 2024
Hora 3:00 Firma

CARTA DE PRESENTACIÓN

La Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma de Ica, que suscribe

Hace Constar:

Que, **SUPO ALANOCA, Waldir Jimmy** identificado con código N° 0044866873 del Programa Académico de Psicología, quien viene desarrollando la tesis denominada: **"ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y ANSIEDAD, EN ESTUDIANTES DEL 5° DE NIVEL SECUNDARIA DE LA I.E.S CARLOS RUBINA BURGOS PUNO-2024"**

Se expide el presente documento, a fin de que el encargado, tenga a bien autorizar al estudiante en mención, a recoger los datos y aplicar su instrumento para su investigación, comprometiéndose a actuar con respeto y transparencia dentro de ella, así como a entregar una copia de la investigación cuando esté finalmente sustentada y aprobada, para los fines que se estimen necesarios.

Chincha Alta, 12 de Octubre del 2024



Dra. Susana Marleni Atuncar Deza
DECANA (E)
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA

Anexo 8. CARTA DE ACEPTACION PARA APLICACIÓN DE CUESTIONARIOS



CARTA DE ACEPTACION PARA EJECUCIÓN DE PRACTICA PRE- PROFESIONAL

Puno, 23 de Octubre del 2024.

DRA.SUSANA MARLENI ATUNCAR DEZA.
DECANA (E) DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
UNIVERSIDAD AUTONOMA DE ICA.

DE ESTIMA PERSONAL

Que, por medio del presente documento, se **AUTORIZA** al estudiante **SUPO ALANOCA WALDIR JIMMY** identificado con código N° 0044866873 del Programa académico de psicología quien desarrollara su tesis denominada **"ADICCION A LAS REDES SOCIALES Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DEL 5° DE NIVEL SECUNDARIA DE LA I.E.S. CARLOS RUBINA BURGOS PUNO -2024"**, recojo de datos y aplicación de instrumentos para su investigación correspondiente,

Atentamente,



Libardes M. Quispe Flores
DIRECTORA
I.E.S. "CARLOS RUBINA BURGOS"

Anexo 9. constancia de haber realizado recopilación de datos para tesis

 **INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA**
Carlos Rubina Burgos
Creado el 20 - Abril 1981 con R.D. N° 0515-Puno
N.E.C. 02-Zona de Educación N° 1 ORDE-PUNO
"Una Rubiniana. Siempre Creativa" 

**CONSTANCIA DE HABER REALIZADO
RECOPIACIÓN DE DATOS PARA TESIS**

**LA DIRECTORA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA
SECUNDARIA "CARLOS RUBINA BURGOS" DE LA CIUDAD DE
PUNO.**

HACE CONSTAR:

Que, el alumno **SUPO ALANOCA WALDIR JIMMY**,
estudiante del programa académico de Psicología de la Universidad Autónoma de Ica,
ha aplicado los instrumentos, para la recolección de datos en las estudiantes del 5°
grado; así como los cuestionarios de adicción a redes sociales (ARS) y el inventario
de ansiedad de Beck (BAI), Correspondiente a la tesis titulada "Adicción a las redes
sociales y ansiedad a las estudiantes del 5° de secundaria de la I.E.S. "Carlos
Rubina Burgos" de Puno, durante el desarrollo de sus prácticas ha demostrado
responsabilidad, eficiencia en el desempeño de la actividad.

Se expide la presente a solicitud verbal del interesado para los fines
pertinentes.

Puno, 29 de Octubre del 2024.



Lourdes M. Quispe Flores
DIRECTORA
I.E.S. "CARLOS RUBINA BURGOS"

Anexo 10: evidencias fotográficas

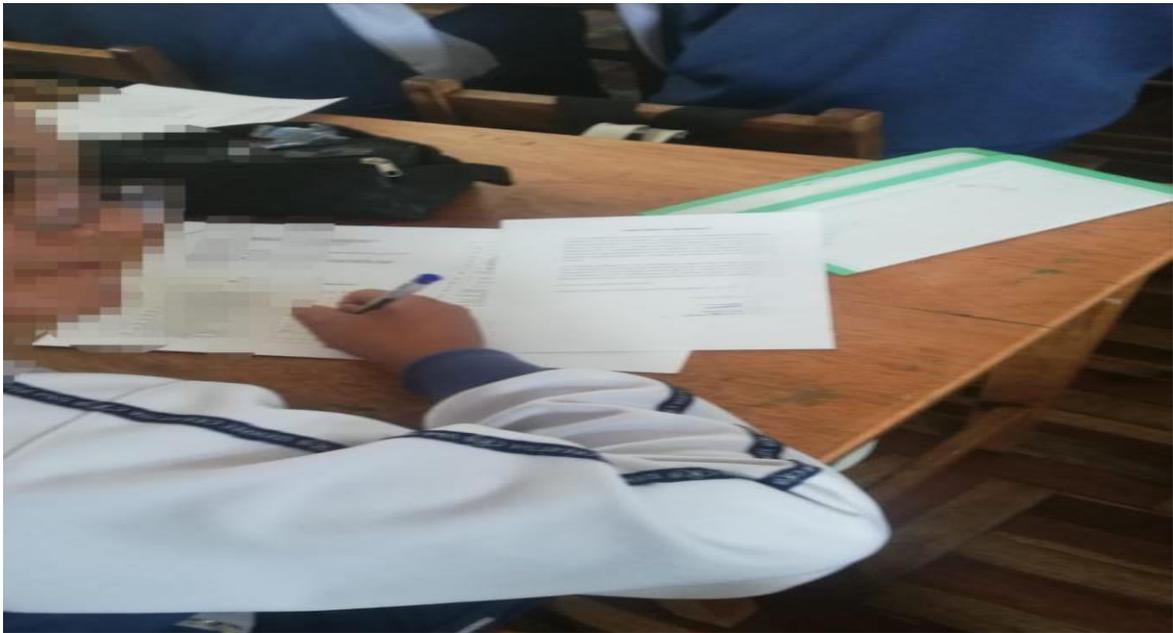
Entrada a la institución educativa Carlos Rubina burgos.



Firmando el asentimiento informado



Respondiendo los cuestionarios (ARS) Y (BAI)

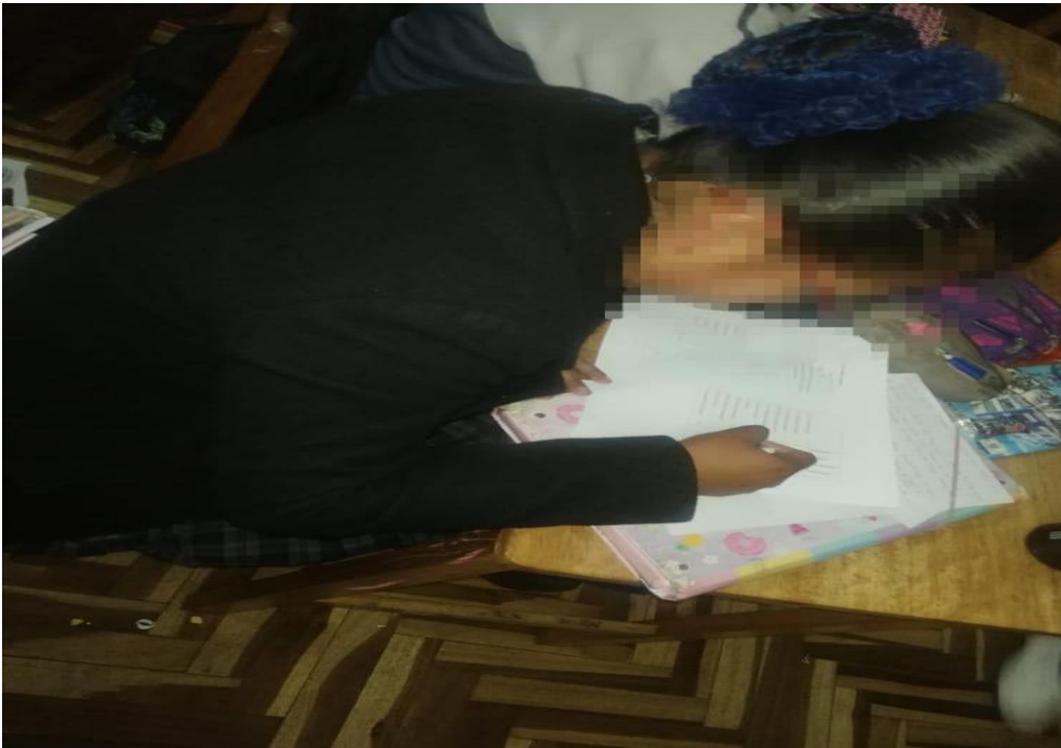




Alumnas dl 5° “B” firmando el asentimiento informado.

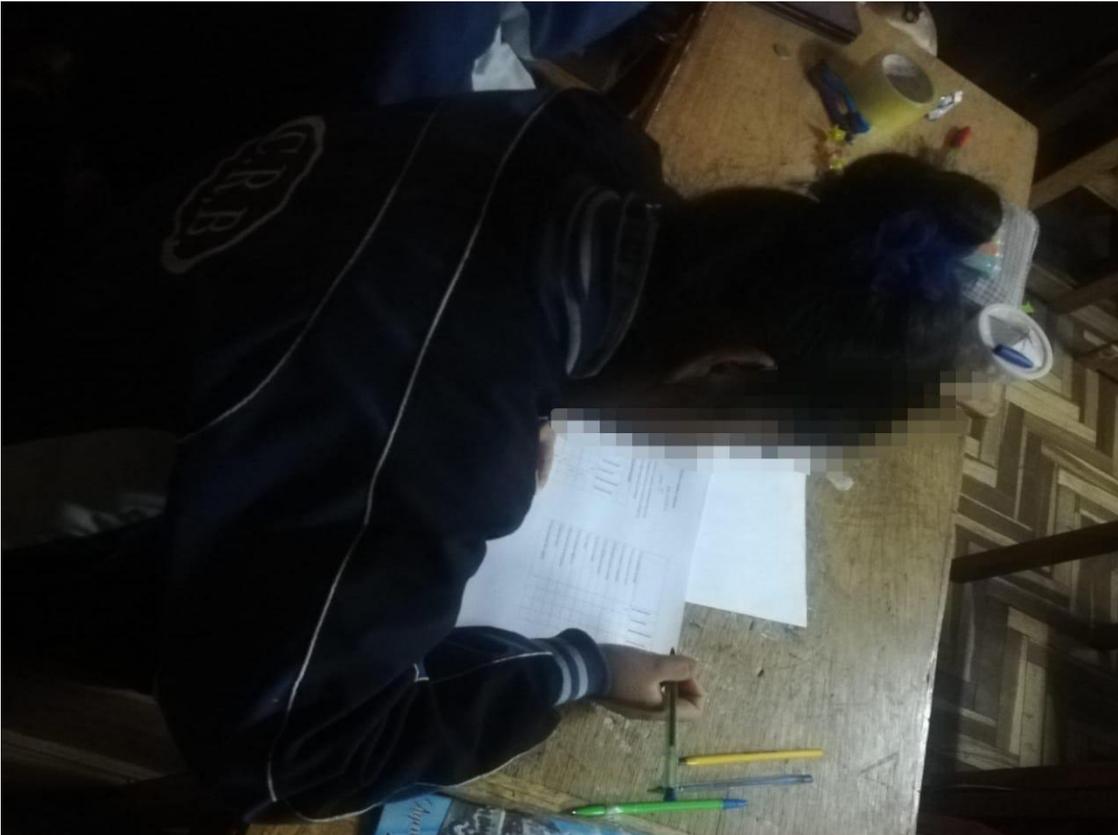


Alumnas del 5° “B” respondiendo el cuestionario (ARS) Y (BA



Alumnas del 5° C” respondiendo el cuestionario de (ARS) y (BAI)

Alumna del 5° “C” respondiendo al cuestionario de (ARS) y (BAI)



fin de la aplicación de los cuestionarios.



Anexo 11: Informe de Turnitin al 28% de similitud

SUPO ALANOCA

TESIS FINAL_SUPO docx

 TURNITIN ENFERMERIA GRUPO PSICOLOGÍA.

 My Files

 Universidad Autónoma de Ica

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trncoid:::3117-410358007

Fecha de entrega

28 nov 2024, 5:47 p.m. GMT-5

Fecha de descarga

30 nov 2024, 7:19 p.m. GMT-5

Nombre de archivo

TESIS FINAL SUPO .docx

Tamaño de archivo

3.1 MB

114 páginas

21,834 palabras

107,842 caracteres



Página 1 of 118 - Portada

Identificador de la entrega trncoid:::3117-410358007

16% Similitud general

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

Filtrado desde el informe

- › Bibliografía
- › Coincidencias menores (menos de 15 palabras)

Fuentes principales

- 13%  Fuentes de Internet
- 2%  Publicaciones
- 8%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alerta de integridad para revisión

-  **Texto oculto**
116 caracteres sospechosos en N.º de páginas
El texto es alterado para mezclarse con el fondo blanco del documento.

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

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

Fuentes principales

13%	Fuentes de Internet
2%	Publicaciones
8%	Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Fuentes principales

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	Internet	repositorio.autonomaedica.edu.pe	7%
2	Internet	repositorio.continental.edu.pe	2%
3	Internet	hdl.handle.net	1%
4	Internet	repositorio.upia.edu.pe	1%
5	Publicación	Heber Chui B., Katia Pérez A., Edgar Roque H., Regina Sumari M., Bernardo Roque ...	1%
6	Trabajos entregados	Universidad de Santa María on 2024-03-20	1%
7	Trabajos entregados	Universidad del Norte on 2023-07-01	1%
8	Publicación	Leonela Maribel Jiménez-Fajardo, Andrea Gabriela Suárez-López. "Estudio compar..."	0%
9	Internet	repositorio.untumbes.edu.pe	0%
10	Internet	www.repositorio.autonomaedica.edu.pe	0%
11	Publicación	Ricardo Alberto Reza Flores, Marco Antonio Guevez Peña, Citlali Michéle Reza FI...	0%

12	Trabajos entregados	Universidad Peruana Los Andes on 2020-10-26	0%
13	Publicación	Editorial Mar Caribe, Anna Katuska Grados Espinoza, Herbert Junior Grados Espin...	0%
14	Trabajos entregados	Universidad Autónoma del Peru on 2022-07-21	0%
15	Publicación	Evelyn Melissa Altamirano Manzano, Marco Antonio Mena Freire. "Riesgo de adic...	0%
16	Trabajos entregados	Universidad Politécnica de Santa María on 2023-09-19	0%
17	Internet	repositorio.unfv.edu.pe	0%
18	Trabajos entregados	ucss on 2023-09-19	0%
19	Trabajos entregados	utn on 2023-09-19	0%
20	Trabajos entregados	utn on 2023-09-19	0%