

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL
DE HUAMANGA**

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



TESIS:

**Adicción a las redes sociales y ansiedad en estudiantes del
quinto grado de secundaria de la Institución Educativa G.U.E
Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025.**

Para optar el título profesional de:
LICENCIADA EN ENFERMERÍA

PRESENTADO POR:

**Bach. Katherin Kelly PAREDES YUPANQUI
Bach. Libby Madeleyn FARFAN JANAMPA**

ASESORA:

Dra. Edith ESPINOZA MENDOZA

AYACUCHO - PERÚ

2026

DEDICATORIA

Dedico este trabajo, en primer lugar, a Dios, por haberme permitido llegar hasta este punto y darme salud para lograr mis objetivos; a mi esposo, por su apoyo incondicional y por confiar en mi capacidad; a mis hijas, por ser mi motor y motivo para superarme cada día; a mis padres, hermanos y familiares, quienes me brindaron su apoyo incondicional; y a mis suegros, quienes con sus consejos me guiaron por el camino correcto.

Libby

Dedico esta tesis a Dios, por darme la fortaleza para culminar mi carrera; a mis padres, porque siempre estuvieron a mi lado brindándome su apoyo y consejos para hacer de mí una mejor persona; a mis hermanos, por sus palabras de aliento y compañía hasta el final; y a mis hijos, Yako, Yin y Yaretzy, quienes son mis pilares fundamentales, mi mayor inspiración y la razón de todo mi esfuerzo. Cada paso que doy es para ellos, para asegurarles un futuro lleno de amor, paz, oportunidades y esperanza.

Katherin

AGRADECIMIENTO

A la Universidad Nacional San Cristóbal de Huamanga, por ser una institución que forma profesionales de gran calidad, quienes actualmente contribuyen al progreso de nuestra sociedad, de nuestro país y de la región Ayacucho.

A la Facultad de Ciencias de la Salud, a la Escuela Profesional de Enfermería y a cada uno de los docentes, por habernos brindado su apoyo, orientación y confianza, lo cual fortaleció nuestro ánimo y nos impulsó a alcanzar las metas que nos hemos propuesto.

A nuestra asesora, la Dra. Edith Espinoza Mendoza, por su experiencia y paciencia durante el desarrollo de esta investigación. Sus aportes fueron fundamentales en este desafiante, pero enriquecedor proceso; por ello, expresamos nuestro profundo agradecimiento por el valioso acompañamiento brindado.

Finalmente, extendemos nuestro agradecimiento a la Institución Educativa G.U.E. Mariscal Cáceres, Ayacucho, por facilitarnos el espacio y las condiciones necesarias para llevar a cabo el proceso de investigación.

**ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DEL
QUINTO GRADO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA G.U.E
MARISCAL CÁCERES, AYACUCHO 2025.**

Bach. Libby M. Farfan Janampa

Bach. Katherin K. Paredes Yupanqui

RESUMEN

La presente investigación tuvo como finalidad analizar como el uso problemático de redes sociales se asocia a la ansiedad en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025. El estudio perteneció a una investigación de tipo aplicada, empleando un enfoque cuantitativo, orientado a examinar la relación entre ambas variables, de diseño transversal no experimental, con una población conformada por 286 estudiantes, de los cuales se seleccionó una muestra de 165 alumnos. La información fue recolectada mediante encuestas, utilizando el cuestionario de Adicción a Redes Sociales y la Escala de Ansiedad Manifiesta en Niños Revisada. Los hallazgos permitieron identificar una relación directa de baja intensidad entre el uso problemático de redes sociales y la ansiedad, la cual resultó significativa ($Rho = 0.189$; $p = 0.015$). En relación con la primera variable, la mayoría de estudiantes se ubicó en un nivel moderado (48 %; 80), seguido del nivel bajo (44 %; 72) y, en menor proporción, un nivel alto (8 %; 13). En lo que respecta al nivel de ansiedad, predominó el nivel moderado (55 %; 91), mientras que el (19 %; 32) presentó niveles severos y el (25 %; 42) niveles bajos. Al examinar las dimensiones, no se encontró asociación significativa entre la ansiedad cognitiva y la adicción a redes sociales ($Rho = 0.096$; $p = 0.219$). En contraste, las dificultades relacionadas con preocupaciones sociales y concentración mostraron una relación positiva y significativa ($Rho = 0.257$), lo que sugiere que el incremento en el uso de redes se vincula con mayores problemas en esta área. Asimismo, la ansiedad fisiológica presentó una asociación significativa ($Rho = 0.201$) y, Por último, la deseabilidad social evidenció una relación directa de muy baja magnitud y sin significancia estadística ($Rho = 0.096$; $p = 0.220$). Finalmente, el estudio permitió concluir que el uso de redes sociales se relaciona de manera significativa con la ansiedad en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa G.U.E. Mariscal Cáceres. En este sentido, a mayor intensidad en el uso de estas plataformas, se evidencian niveles más elevados de ansiedad.

Palabras clave: Adicción, redes sociales, ansiedad, estudiantes.

**SOCIAL MEDIA ADDICTION AND ANXIETY IN FIFTH YEAR HIGH SCHOOL
STUNDETS AT THE G.U.E. MARISCAL CÁCERES EDUCATIONAL INSTITUTION,
AYACUCHO, 2025.**

Bach. Libby M. Farfan Janampa

Bach. Katherin K. Paredes Yupanqui

ABSTRACT

This research aimed to analyze how problematic social media use is associated with anxiety among fifth-year secondary school students at the G.U.E. Mariscal Cáceres Educational Institution in Ayacucho (2025). The study was applied research employing a quantitative approach designed to examine the relationship between the two variables; it utilized a non-experimental, cross-sectional design with a population of 286 students, from which a sample of 165 was selected. Data were collected via surveys using the Social Media Addiction Questionnaire and the Revised Children's Manifest Anxiety Scale. The findings revealed a direct, low-intensity relationship between problematic social media use and anxiety, which was statistically significant ($Rho = 0.189$; $p = 0.015$). Regarding the first variable, the majority of students fell into the moderate level category (48%; 80), followed by the low level (44%; 72) and, to a lesser extent, the high level (8%; 13). Concerning anxiety levels, the moderate level predominated (55%; 91), while 19% (32) exhibited severe levels and 25% (42) showed low levels. Upon examining the dimensions, no significant association was found between cognitive anxiety and social media addiction ($Rho = 0.096$; $p = 0.219$). In contrast, difficulties related to social concerns and concentration showed a positive, significant relationship ($Rho = 0.257$), suggesting that increased social media use is linked to greater problems in this area. Likewise, physiological anxiety showed a significant association ($Rho = 0.201$), and finally, social desirability demonstrated a direct relationship of very low magnitude that lacked statistical significance ($Rho = 0.096$; $p = 0.220$). Finally, the study concluded that social media use is significantly associated with anxiety among fifth-year secondary school students at the G.U.E. Mariscal Cáceres Educational Institution. In this regard, higher levels of anxiety are evident as the intensity of platform usage increases.

Keywords: Addiction, social media, anxiety, students.

ÍNDICE

PORTADA.....	i
DEDICATORIA.....	ii
AGRADECIMIENTO.....	iii
RESUMEN	iv
ABSTRAC	v
INDICE.....	vi
INDICE DE TABLAS.....	viii
INTRODUCCIÓN.....	9
CAPITULO I.....	16
REVISIÓN DE LA LITERATURA	16
1.1. Antecedentes de estudio	16
1.2. Bases teóricas científicas.....	25
1.3. Hipótesis.....	36
1.4. Variables de estudio	37
1.5. Operacionalización de variables.....	38
CAPITULO II.....	40
MATERIALES Y MÉTODOS.....	40
2.1. Enfoque de investigación	40
2.2. Tipo de investigación	40
2.3. Nivel de investigación	40
2.4. Diseño de investigación	41
2.5. Área de estudio	41
2.6. Población.....	41
2.7. Muestra	41
2.8. Técnica e instrumento de recolección de datos	43

2.9. Validez y confiabilidad del Instrumento	45
2.10. Recolección de datos.....	46
2.11. Análisis y procesamiento de datos.....	46
2.12. Presentación y análisis de datos.....	47
2.13. Aspectos éticos	47
CAPITULO III	49
RESULTADOS.....	49
CAPITULO IV.....	49
DISCUSIÓN	61
CONCLUSIONES.....	69
RECOMENDACIONES.....	70
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	71
ANEXOS	77
• Matriz de consistencia.....	78
• Instrumento de recolección de datos.....	80
• Consentimiento informado	85
• Validación del instrumento	86
• Solicitud a la institución educativa.....	90
• Evidencias fotográficas	91
• Prueba de normalidad	94

INDICE DE TABLAS

Tabla 1: Relación entre adicción a las redes sociales y ansiedad en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025.....	49
Tabla 2: Niveles de adicción a redes sociales en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025.....	51
Tabla 3: Niveles de ansiedad en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025.....	52
Tabla 4: Relación entre la adicción a las redes sociales con la dimensión ansiedad cognitiva en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025.....	54
Tabla 5: Relación entre la adicción a las redes sociales con la dimensión preocupaciones sociales/concentración en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025.....	55
Tabla 6: Relación entre la adicción a las redes sociales con la dimensión ansiedad fisiológica en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025.....	57
Tabla 7: Relación entre la adicción a las redes sociales con la dimensión deseabilidad social en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025.....	59

INTRODUCCIÓN

La Organización Mundial de la Salud (OMS) indica que el aumento en el uso de redes sociales entre los adolescentes representa una problemática importante, debido a los efectos que puede tener en la salud mental y el bienestar de este grupo. Diversos estudios han demostrado que quienes hacen un uso problemático de estas plataformas tienden a presentar menores niveles de bienestar psicológico y social en comparación con aquellos que las utilizan de manera moderada o no las usan. Esta situación podría ocasionar efectos negativos en el desarrollo adolescente y en su salud a largo plazo. Asimismo, el uso excesivo de redes sociales se relaciona con la disminución de las horas de sueño y la adopción de hábitos inadecuados, como permanecer despiertos hasta altas horas de la noche, lo cual repercute en la salud general y en el rendimiento académico. En este contexto, la OMS informa sobre un aumento considerable en el uso problemático de redes sociales en esta población, pasando del 7 % en 2018 al 11 % en 2022. A esto se suma que el 12 % de los adolescentes presenta riesgo de uso problemático de videojuegos, evidenciando una creciente preocupación por los efectos de la tecnología digital en la salud mental y el bienestar juvenil (1).

Entre los años 2021 y 2022, la OMS llevó a cabo un estudio sobre el comportamiento de salud en escolares, en el que participaron aproximadamente 280 000 adolescentes de entre 11, 13 y 15 años en 44 países de Europa, 3 de Asia Central y 1 de la Región de las Américas. Los resultados evidenciaron que más de uno de cada diez adolescentes (11 %) reportó signos de uso inadecuado de redes sociales, incluyendo dificultades para controlar su uso, comportamiento compulsivo y malestar emocional asociado. Asimismo, se observó una mayor proporción de uso inapropiado en el sexo femenino (13%) en comparación con el sexo masculino (9%). Estos comportamientos en el uso de las redes sociales han sido vinculados a diversas consecuencias, como el aislamiento social, patrones de comportamiento adictivo y problemas de salud física (1). La Organización de las Naciones Unidas (ONU) indica que, para el año 2023, aproximadamente el 79 % de los adolescentes y jóvenes entre 15 y 24 años dispone de acceso a internet, lo que refleja un uso cada vez más intensivo de este recurso y, por ende, una mayor exposición a riesgos en el entorno digital. Estas cifras, más que generar sorpresa, constituyen un motivo de preocupación, debido a que el uso inadecuado o excesivo de las redes sociales puede afectar negativamente la salud mental de los adolescentes y el desarrollo de sus habilidades sociales, limitando sus capacidades. Asimismo, esta problemática puede generar efectos a largo plazo, como

la aparición de cuadros de estrés que podrían desencadenar ansiedad, depresión y conductas de dependencia si no se interviene oportunamente (2).

Del mismo modo, según un informe del Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) del año 2021, la ansiedad figura como un trastorno mental que afecta a casi la mitad de los adolescentes en el mundo, incluyendo América Latina y el Caribe, en edades comprendidas entre los 10 y 19 años. Asimismo, constituye una de las principales causas de padecimientos que, en muchos casos, no son atendidos de manera oportuna, lo que repercute negativamente en la educación y la salud de la niñez y la adolescencia (3).

A nivel internacional, diversos países han reportado cifras preocupantes sobre el acceso diario a internet y el uso problemático de redes sociales en estudiantes de secundaria. En España, un estudio realizado por Fernández et al., en jóvenes de 16 a 24 años evidenció que el 90 % de esta población utilizaba redes sociales, siendo Facebook la plataforma más empleada, seguida de Instagram. De manera paralela, en las últimas décadas se ha evidenciado un incremento en los problemas emocionales, entre ellos la ansiedad y la depresión. En la misma línea, los trastornos asociados a la conducta alimentaria constituyen la tercera enfermedad crónica más prevalente en la población juvenil, con una incidencia estimada del 5 % (4). De manera similar, un estudio realizado en Bolivia por Vargas et al. en el año 2021, en cuanto al acceso frecuente a internet y al uso inadecuado de redes sociales en estudiantes de secundaria, los resultados mostraron que la totalidad de los estudiantes utiliza internet y cuenta con al menos una red social. En cuanto a la distribución de los niveles de adicción a las redes sociales, se evidenció que el 42,5 % de los estudiantes corresponde a un nivel bajo, el 39,7 % a un nivel moderado y el 5,6 % a un nivel alto (5). En Chile, las investigadoras Yeomans y Martínez publicaron en la revista científica internacional *Frontiers in Education* los resultados de un estudio realizado en 2025, en el que participaron 1,174 estudiantes de entre 10 y 18 años. Los hallazgos mostraron que el 63,3 % presenta ansiedad, el 60,2 % síntomas de depresión y el 50,2 % altos niveles de estrés. En la misma línea, se determinó que el uso excesivo de redes sociales y del teléfono móvil se relaciona con la ansiedad en la población adolescente (6).

En el ámbito nacional, se reporta que más de 13,8 millones de personas mantienen un uso activo de las redes sociales. En el caso de los adolescentes, el 46,8 % presenta un alto nivel de adicción, el 35,3 % un nivel medio y el 17 % un nivel bajo. Estos datos evidencian una situación preocupante en la población estudiantil peruana (7). Durante el 2022, el Ministerio de Salud (MINSA) reportó 433 816 casos de ansiedad,

convirtiéndola en el problema de salud mental más atendido. Asimismo, los casos de salud mental en general aumentaron en un 19,2 % respecto al 2021, siendo la ansiedad y la depresión los principales motivos de consulta. El MINSA informó que la ansiedad fue el trastorno más diagnosticado (28,81 %), seguida de la depresión (17,57 %). Además, señaló que el 31,5 % de las atenciones correspondió a niños y adolescentes, lo que evidencia una creciente afectación en la población más joven. Finalmente, el Ministerio alertó sobre el incremento de los casos de suicidio, que pasaron de 638 en 2019 a 712 en 2021 (8). Un estudio realizado en Lima en el año 2022 por Li y Oqueli, en tres instituciones educativas, evidenció una alta prevalencia de problemas de salud mental en los estudiantes. Los autores reportaron que el 40,22 % presentaba síntomas de ansiedad y el 54,73 % mostraba síntomas de depresión, lo que refleja una situación preocupante en la población escolar. Este escenario puede explicarse por múltiples factores, como el uso excesivo de redes sociales, ya que pasar más de 4 horas al día frente a pantallas implica un riesgo clínico importante, y exceder las 6 horas requiere evaluación e intervención especializada (9). En Lima, Moreno en el año 2021, desarrolló una investigación orientada a analizar la relación entre la adicción a redes sociales y la ansiedad en una población de 384 estudiantes universitarios de 16 a 35 años. Los resultados obtenidos evidencian una relación positiva entre ambas variables, en la que el incremento en la adicción a las redes sociales se vincula con mayores niveles de ansiedad. Los resultados obtenidos permiten establecer una relación significativa entre el uso problemático de estas plataformas y el malestar emocional en la población joven evaluada (10). Conforme a lo señalado por Saavedra, director del Instituto Nacional de Salud Mental Honorio Delgado Hideyo Noguchi, investigaciones de gran escala coinciden en que un mayor tiempo de exposición a pantallas y redes sociales incrementa significativamente el riesgo de depresión y ansiedad en adolescentes. En este sentido, el uso de redes sociales aumenta dicho riesgo en un 38 %, mientras que el uso de smartphones lo incrementa en un 26 %. Asimismo, se señalan como principales mecanismos el ciberacoso, la comparación social y la alteración del sueño. En la misma línea, se evidencia que el ciberacoso casi duplica el riesgo de depresión y ansiedad, y que la falta de sueño lo incrementa en un 87 % (11).

A nivel local, Ayacucho es una de las regiones que presenta un alto número de situaciones vinculadas a alteraciones en la salud mental. En el transcurso del año 2024 se han atendido 9,135 casos con diagnósticos de estrés, depresión, ansiedad y problemas afectivos, entre otros. Esta alta incidencia impacta en la nueva generación, en la que comienzan a presentarse situaciones que generan problemas en el ámbito escolar, como depresión, ansiedad, trastornos de conducta, consumo de drogas y uso

problemático de las redes sociales (12). Según el estudio realizado por Félix, Q. en la ciudad de Ayacucho en el año 2023, se examinó la relación entre la ansiedad y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Luis Carranza. En una población de 111 adolescentes, el 46,8 % presentó niveles moderados de ansiedad (13).

Asimismo, la Dirección Regional de Salud de Ayacucho (DIRESA, 2024), a través de la Estrategia Sanitaria Regional de Salud Mental, destaca las principales problemáticas de salud mental que afectan a la población en las distintas etapas de la vida, señalando que los trastornos afectivos, como la ansiedad y la depresión, representan el mayor porcentaje, con un 61,5 % (14). Por otro lado, en un estudio realizado por Tenorio, A. en el 2022, analizó la adicción a las redes sociales en estudiantes de quinto de secundaria de una institución educativa en Ayacucho, los resultados evidenciaron que los estudiantes de 16 y 17 años presentaron predominantemente un nivel intermedio de adicción a las redes sociales, alcanzando un 52 %, en comparación con otros grupos etarios (15).

En Ayacucho, el uso de internet y de las redes sociales mostró un incremento considerable durante la pandemia. Esta situación se relaciona con el hecho de que los estudiantes, para continuar con sus actividades académicas, requerían el uso de dispositivos como teléfonos móviles, tabletas o computadoras con acceso a internet, lo que no solo favorecía el aprendizaje, sino también el entretenimiento. En este contexto, gran parte de los adolescentes destinaba más tiempo a las redes sociales que a sus responsabilidades escolares, lo cual generó diversas dificultades en su salud mental. Asimismo, muchos estudiantes reportaron alteraciones del sueño, cefaleas y problemas en el desarrollo de sus actividades cotidianas.

La presente investigación permitió analizar la relación entre ambas variables, contribuyendo además a generar mayor conciencia en familias, docentes y profesionales de la salud, respecto a la importancia de implementar estrategias preventivas orientadas a promover un uso adecuado de estas plataformas. La adolescencia es una etapa de transición marcada por numerosos cambios físicos, emocionales y sociales, lo que hace que los jóvenes sean más vulnerables a problemas como la ansiedad y la depresión. Durante este periodo, buscan definir su identidad y adoptan nuevos hábitos; por ello, es común que duerman con el teléfono cerca, presenten síntomas ansiosos o depresivos y enfrenten dificultades en su desarrollo, como bajo rendimiento escolar, abandono de estudios, problemas en sus relaciones y mayor riesgo de consumo de sustancias o trastornos de salud mental.

Los adolescentes son especialmente propensos a la ansiedad debido a que pasan gran

parte de su tiempo frente a pantallas y conectados a redes sociales. Según especialistas, la adicción a estas plataformas se ha convertido en un creciente problema de salud mental, ya que ofrecen una estimulación constante y generan la presión de estar siempre 'al día' con lo que otros publican. Esto puede provocar que la vida virtual ocupe un lugar central, ocasionando la pérdida de la noción del tiempo, del espacio y del contacto social real.

A nivel local la situación no es ajena a la problemática ya que en la Institución educativa Mariscal Cáceres se evidenció en una entrevista inopinada en horario de salida, antes de la aplicación del cuestionario donde se realizó algunas preguntas como: ¿con que frecuencia utilizas redes sociales? algunos respondieron: "Todo el día, desde que me levanto hasta que me acuesto." "Cada vez que tengo un tiempo libre, como en los recreos o cuando termino tareas" "No puedo pasar más de una hora sin revisar mi celular". ¿Qué redes sociales usas con más frecuencia? "Uso más TikTok y Instagram, también algo de WhatsApp y Snapchat." "Facebook casi no, eso es para adultos, prefiero TikTok porque es más entretenido." ¿Qué sientes cuando no puedes acceder a tus redes sociales? "Me pongo ansiosa, siento que me estoy perdiendo algo. "Has intentado reducir el tiempo que pasas en redes? ¿Por qué? "Sí, pero no puedo, siempre vuelvo." "Mis papás me dijeron que las dejé un poco, pero me cuesta"

¿Crees que podrías dejar de usar redes sociales por una semana? "No creo, sería muy difícil" "Tal vez, pero tendría que buscar otra forma de entretenerme" ¿Sientes que las redes sociales afectan tu relación con tus amigos, familia o tu tiempo libre? "Sí, prefiero estar en redes que hablar con mi familia" "Me distraen de mis tareas o me quitan tiempo para dormir". Los hallazgos permiten afirmar que la adicción a las redes sociales constituye una problemática en crecimiento dentro de la población estudiantil. Del mismo modo, se observa que el uso desregulado de estas plataformas incide en el bienestar emocional y en la vida cotidiana, lo cual subraya la necesidad de llevar a cabo medidas preventivas y educativas que promuevan prácticas tecnológicas más saludables. Por todo lo expuesto, surge la necesidad de realizar la investigación titulada: "Adicción a las redes sociales y ansiedad en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025".

De acuerdo a ello se planteó la siguiente interrogante: ¿Cuál es la relación entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución educativa GUE Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025?

Para dar respuesta a esta interrogante, se definió como objetivo principal determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho

2025. Los objetivos específicos fueron:

1. Identificar el nivel de adicción a las redes sociales en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025.
2. Describir el nivel de ansiedad en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025.
3. Examinar la relación entre la adicción a las redes sociales con la dimensión ansiedad cognitiva en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025.
4. Analizar la relación entre la adicción a las redes sociales con la dimensión preocupaciones sociales/concentración en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025.
5. Evaluar la relación entre la adicción a las redes sociales con la dimensión ansiedad fisiológica en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025.
6. Determinar la relación entre la adicción a las redes sociales con la dimensión deseabilidad social en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025.

La hipótesis fue: H_i : Existe una relación significativa entre la adicción a redes sociales y la ansiedad en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025.

H_o : No existe una relación significativa entre la adicción a redes sociales y la ansiedad en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025.

La metodología empleada correspondió a un estudio con enfoque cuantitativo de tipo aplicada, con alcance descriptivo-correlacional y diseño no experimental de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 165 estudiantes del quinto año de secundaria, seleccionados a través de un muestreo no probabilístico de tipo intencional por conveniencia. Como técnica de recolección de datos en ambos casos se utilizó la encuesta, aplicándose dos instrumentos para medir ambas variables (Anexo 1 y 2).

En cuanto a la confiabilidad, de los instrumentos obtuvieron un nivel de confiabilidad por alfa de Cronbach, que oscilaron entre .88 y .92. considerándose de alta consistencia interna.

Los resultados obtenidos en relación con el objetivo general evidenciaron una asociación directa de baja intensidad entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad ($Rho = 0.189$), la cual resultó estadísticamente significativa ($p = 0.015$). En cuanto a los niveles de adicción a las redes sociales, se observó que el 8 % (13) se ubicó en un nivel alto, el 48 % (80) en un nivel moderado y el 44 % (72) en un nivel bajo. Respecto a la ansiedad, el 19 % (32) presentó un nivel severo, el 55 % (91) un nivel moderado y el 25 % (42) un nivel bajo. Al analizar la relación entre la adicción a redes sociales y las dimensiones de la ansiedad, se encontró que la ansiedad cognitiva no evidenció una asociación significativa con dicha variable ($Rho = 0.096$; $p = 0.219$). Por el contrario, la dimensión de preocupaciones sociales y concentración mostró una relación positiva y significativa ($Rho = 0.257$), lo que sugiere que un mayor nivel de adicción se asocia con mayores dificultades en esta área. De igual manera, la ansiedad fisiológica evidenció una relación positiva y significativa ($Rho = 0.201$). Por otro lado, la dimensión de deseabilidad social presentó una correlación positiva de muy baja magnitud ($Rho = 0.096$), la cual no fue estadísticamente significativa ($p = 0.220$), evidenciando la ausencia de una relación entre esta dimensión y la adicción a las redes sociales. En relación con la hipótesis planteada, los resultados obtenidos mediante el coeficiente de Spearman muestran una asociación positiva de baja intensidad entre la adicción a redes sociales y la ansiedad ($Rho = 0.189$), la cual resultó estadísticamente significativa ($p = 0.015$). En consecuencia, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, concluyéndose que existe una relación significativa entre la adicción a redes sociales y la ansiedad en estudiantes del quinto grado de secundaria.

El contenido de la tesis estuvo estructurado de la siguiente manera: Capítulo I: Revisión de la literatura y las bases teóricas científicas; Capítulo II: Materiales y Métodos, Capítulo III: Resultados; Capítulo IV: Discusión y finalmente las conclusiones, recomendaciones, referencias bibliográficas y anexos.

CAPITULO I

REVISIÓN DE LA LITERATURA

1.1. Antecedentes de estudio

1.1.1. A nivel internacional

Bradley et al. (2024) realizaron un estudio en Estados Unidos titulada “Asociaciones entre el uso de las redes sociales y la ansiedad en adolescentes: una revisión sistemática”. Donde tuvieron como fin evaluar la evidencia existente acerca de la interacción entre el uso de redes sociales y la presencia de ansiedad en la población adolescente, considerando la dirección de las asociaciones, las medidas de uso de redes sociales, la estratificación demográfica, las medidas de ansiedad y la calidad de los estudios. En cuanto a la metodología, se incluyeron artículos publicados en inglés antes de 2021 que analizaran la asociación entre el uso de redes sociales y la ansiedad en adolescentes. Cada estudio fue evaluado mediante un proceso de selección y extracción de datos por dos revisores independientes. Se analizaron variables como la dirección de las asociaciones (positiva, negativa, nula o mixta), las medidas de uso de redes sociales, la estratificación demográfica, las medidas de ansiedad y la calidad metodológica, evaluada mediante la guía STROBE. En los resultados, se incluyeron 32 estudios, de los cuales más de la mitad reportó asociaciones positivas entre ambas variables de estudio obteniendo un (56,3%). El uso problemático fue la medida más frecuente (31,4%), evidenciándose asociaciones positivas principalmente con el uso problemático (75,0%) y el tiempo frente a pantallas (72,7%). En otras medidas de uso de redes sociales, el 40,9% mostró asociaciones positivas. Asimismo, se emplearon 18 instrumentos distintos para medir la ansiedad y solo cuatro estudios (12,5%)

estratificaron los resultados por identidad de género. La puntuación media según la guía STROBE fue de 34,1 (DE = 4,3) de un total de 46 puntos. En conclusión, se recomienda que futuras investigaciones utilicen medidas más precisas del uso de redes sociales que no se limiten únicamente al uso problemático (19).

Ciacchini et al. (2023), realizaron una investigación en Italia titulada “Redes sociales en adolescentes: un estudio correlacional retrospectivo sobre la adicción”, tuvieron como objetivo investigar el comportamiento problemático, cada vez más frecuente, relacionado con el uso de plataformas digitales en adolescentes durante el período de emergencia de la pandemia de COVID-19. En cuanto a la metodología, se realizó un estudio transversal en una muestra de estudiantes de secundaria (N = 258). A los participantes se les solicitó completar una encuesta en línea que examinó la adicción a las redes sociales (BSMAS), percepción de sí mismo (RSES), sentimientos de aislamiento (CSIQ-A) y la ansiedad (STAI-Y). El análisis de datos incluyendo estadística descriptiva, análisis correlacional y de regresión se llevó a cabo mediante el software XLSTAT. Asimismo, se administró un cuestionario adicional elaborado ad hoc. En relación con los resultados, se encontró que el 11 % de los participantes mostraba un uso problemático de redes sociales, siendo más frecuente en mujeres (59 %). El género se identificó como un factor asociado al tiempo que los adolescentes emplean en interactuar en redes sociales y a la actividad de revisión simultánea con otras actividades diarias. Se observó que el uso desmedido de redes sociales se vincula de manera significativa con la forma en que los jóvenes se valoran a sí mismos y con sus niveles de ansiedad. Las puntuaciones bajas en la RSES se relacionaron con una mayor frecuencia de uso, mayor tiempo invertido en redes sociales y videojuegos, considerados como indicadores complementarios de adicción. En síntesis, el uso inadecuado de las redes sociales se relacionó con un menor bienestar emocional, lo cual resulta relevante para analizar el contexto post-COVID en estudiantes de nivel secundario (20).

Portillo et al. (2021) En México se desarrolló un estudio denominado “Relación del uso de redes sociales con la autoestima y la ansiedad en estudiantes universitarios”, orientado a examinar la asociación entre la adicción a redes sociales, el autoconcepto y la ansiedad en la población universitaria. El estudio se llevó a cabo con un enfoque descriptivo-correlacional y un diseño no experimental, en el que participaron 100 estudiantes, cuyas edades oscilaron entre los 16 y 44 años, pertenecientes a la Universidad Autónoma de Ciudad Juárez. Los instrumentos utilizados fueron el Test de

Adicción a las Redes Sociales y la Escala de Ansiedad de Reynolds. Los resultados evidenciaron que la adicción a las redes sociales se relaciona significativamente tanto con la autoestima como con la ansiedad. En primer lugar, se identificó que las personas con mayor autoestima presentan niveles más bajos de adicción, preocupación constante, dificultad para controlar su uso y consumo excesivo de las redes sociales. De manera similar, quienes manifestaron menor ansiedad total reportaron puntuaciones más bajas en estas mismas dimensiones de adicción. De igual manera, se identificaron asociaciones significativas entre los distintos niveles de ansiedad (inquietud, ansiedad fisiológica y preocupaciones sociales o estrés) y el uso problemático de redes sociales, observándose que cuando la ansiedad es menor, también disminuye la adicción. Finalmente, se encontró una relación inversa entre la autoestima y los factores de adicción, lo que indica que, a mayor autoestima, menor es la propensión a la obsesión, al uso excesivo y a la falta de control sobre el tiempo que se dedica a las redes sociales. En conclusión, el estudio determinó que un mayor nivel de adicción uso desmedido de las redes sociales se relaciona con una disminución de la autoestima y un incremento de la ansiedad (21).

Lozano et al. (2020), en España elaboraron una investigación titulada “Uso de redes sociales, autoestima y ansiedad en estudiantes del Colegio Internacional Meres”, tuvieron el propósito de analizar cómo el uso de redes sociales influye en la percepción personal de los estudiantes. La investigación se llevó a cabo con un enfoque cuantitativo y un diseño descriptivo correlacional. Participaron 261 estudiantes, predominando el sexo femenino con un 87 %, frente a un 12,5 % de varones. La información se obtuvo mediante la aplicación de encuestas, empleando los cuestionarios SNA y BAI como instrumentos de medición. Los resultados evidenciaron diferencias significativas entre los niveles de autoestima (alta, media y baja), en relación con el uso de redes sociales, se evidencia que muchos adolescentes presentan comportamientos asociados a la obsesión, dificultades para controlar su uso y un consumo excesivo. Asimismo, se identificó que los estudiantes con menor autoestima evidenciaron mayor ansiedad y mayor dependencia de las plataformas en línea, mientras que aquellos con autoestima más elevada mostraron un uso más equilibrado y menor presencia de síntomas ansiosos. Además, se encontró una correlación del 23,2% con una significancia estadística de 0,001. Se concluye que el uso intensivo de espacios digitales de interacción se asocia de manera desfavorable con la autoestima y se relaciona con una mayor presencia de ansiedad. Estos hallazgos resaltan la importancia de promover un uso responsable de las plataformas digitales e implementar estrategias educativas que

fortalezcan la autoestima y a estabilidad emocional de los estudiantes (22).

Dan Xu (China, 2020), en su trabajo de investigación titulado “Adicción a internet y ansiedad en adolescentes de Macao y China continental”, tuvo como objetivo comparar la frecuencia de casos de adicción a internet entre adolescentes de Macao y China continental, así como explorar la asociación entre dicha adicción, el estado de ánimo (síntomas depresivos) y la calidad de vida en sus dimensiones física, psicológica, social y ambiental. El estudio adoptó un enfoque cuantitativo con diseño descriptivo y transversal, considerando una muestra conformada por 2,892 estudiantes, de un total de 3,380 invitados, provenientes de cuatro ciudades: Macao (882), Pekín (500), Hefei (699) y Shenzhen (811), incluyendo tanto mujeres como varones. La técnica empleada fue la encuesta, y como instrumentos se utilizaron cuestionarios de escala, entre ellos la escala CES-D en su versión china, para evaluar la gravedad de la depresión, además de un formulario diseñado para recoger datos relacionados con el uso inadecuado de internet. En cuanto a los resultados, la prevalencia global de adicción a internet fue del 23,7%. Al analizar por región, se observó que en China continental la prevalencia alcanzó el 19,8%, mientras que en Macao fue considerablemente más alta, con un 32,5%, siendo esta diferencia estadísticamente significativa ($p < 0,001$). Al considerar el género, no se identificaron diferencias relevantes en los niveles de adicción a internet ni en China continental (18,7% en varones frente a 20,5% en mujeres) ni en Macao (33,3% en varones frente a 32,2% en mujeres). Sin embargo, se identificaron diferencias relevantes entre los grupos con y sin adicción a internet en variables sociodemográficas y clínicas, tales como la edad, el lugar de estudio, la percepción de la salud física y del peso, el rendimiento académico, el nivel de estrés, la calidad de las relaciones interpersonales (con compañeros, docentes y familiares), el nivel de ingresos familiares, así como la salud mental y los síntomas depresivos. Asimismo, al controlar las variables, se evidenció que los estudiantes con adicción a internet presentaban una calidad de vida significativamente más baja en los dominios físico, psicológico, social y ambiental. De igual manera, se encontró que ser estudiante de secundaria superior, presentar bajo rendimiento académico y síntomas depresivos graves se asociaban de manera independiente con un mayor riesgo de desarrollar adicción a internet. Finalmente, se confirmó que, aun considerando otros factores, los estudiantes de Macao tenían más del doble de probabilidad de presentar adicción a internet en comparación con sus pares de China continental (OR = 2,15; IC 95%: 1,68–2,74; $p < 0,001$). En conclusión, la adicción a internet constituye un problema frecuente y preocupante entre los adolescentes chinos, especialmente en Macao, ya que se asocia con comportamientos

poco saludables que pueden reforzar la conducta adictiva, deteriorar el estado socioemocional y afectar negativamente su contexto de desarrollo, dificultando una posible mejoría (23).

1.1.2. A nivel nacional

Aparcana, D. (2024), en la ciudad de Pucallpa se llevó adelante un estudio titulado “Adicción a redes sociales y ansiedad en estudiantes de una institución educativa de Pucallpa”, tuvo como propósito analizar cómo el uso problemático de plataformas digitales se relaciona con la ansiedad en estudiantes. Para ello, se empleó un enfoque cuantitativo con alcance correlacional y un diseño no experimental de tipo descriptivo; la población estuvo integrada por 200 estudiantes de una institución educativa de Pucallpa; en cuanto a la recolección de información se realizó mediante la técnica de encuesta, utilizando como instrumentos el Inventario de Ansiedad de Beck y el cuestionario de Adicción a Redes Sociales. Los hallazgos mostraron una relación significativa entre ambas variables, evidenciada por un coeficiente de Spearman de 0,889 y un nivel de significancia de 0,000. En relación con los niveles de uso problemático de redes sociales, no se identificaron diferencias relevantes, ya que el 33 % de los estudiantes presentó un nivel alto, el 31,5 % un nivel intermedio y el 35,5 % un nivel bajo. En cuanto a la ansiedad, predominó ligeramente el nivel bajo (34,5 %), seguido del nivel medio (33,5 %) y el nivel alto (32 %). Asimismo, se encontró una relación significativa entre cada una de las dimensiones del uso problemático de redes sociales y las dimensiones de la ansiedad. En síntesis, los resultados indican que, a mayor nivel de uso problemático de estas plataformas, se presentan niveles más elevados de ansiedad en los estudiantes. (24).

Sempertegui, D. (2024) en la ciudad de Jaén, realizó un estudio titulado “Adicción a las redes sociales y ansiedad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Jaén”. El estudio tuvo como fin analizar la relación entre el uso problemático de plataformas digitales y los niveles de ansiedad en estudiantes de educación secundaria de una institución pública de la ciudad. El estudio se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, con alcance descriptivo y correlacional. La población estuvo integrada por 135 estudiantes de segundo a quinto grado, cuyas edades oscilaron entre los 14 y 16 años. Para la obtención de la información se aplicaron dos instrumentos el cuestionario (ARS) y la Escala de Autoevaluación de Ansiedad de Zung (EAA). Los resultados indicaron la presencia de una relación directa de muy baja intensidad entre el uso excesivo de estos entornos virtuales y la ansiedad. Esto sugiere que, si bien existe cierta

asociación entre ambas variables, otros factores podrían tener un mayor peso en la aparición de la ansiedad. Asimismo, la prevalencia de adicción a las redes sociales fue mayormente baja, aunque un grupo considerable presentó niveles moderados, lo que indica un uso relativamente controlado. En cuanto a la ansiedad, la mayoría de los estudiantes no evidenció síntomas; sin embargo, un porcentaje significativo reportó niveles moderados y algunos presentaron niveles severos. Entre los resultados más relevantes, se observó una relación de baja intensidad, pero estadísticamente significativa, entre el uso problemático de plataformas digitales y la ansiedad. (coeficiente Spearman = 0.097), lo que indica que, si bien existe una relación, otros factores pueden tener mayor influencia en la ansiedad de los estudiantes. En relación con las dimensiones específicas, se evidenció una asociación significativa entre la ansiedad y la preocupación constante por el uso de plataformas digitales, lo que indica que una mayor inquietud por su utilización podría estar vinculada con niveles más altos de ansiedad. En cuanto a la frecuencia, el 57.8 % de los estudiantes se ubicó en un nivel bajo de dependencia, mientras que el 42.2 % presentó un nivel intermedio, sin registrarse casos en el nivel alto. Respecto a la ansiedad, el 54.1 % no evidenció síntomas, el 37 % mostró niveles moderados y el 8.9 % presentó ansiedad severa. En síntesis, si bien se identificó una relación débil entre el uso problemático de estas plataformas y la ansiedad, los resultados destacan la necesidad de considerar otros factores que también pueden influir en la salud mental de los estudiantes (25).

Requena, M. (2024), en Lambayeque desarrolló una investigación titulada “Adicción a las redes sociales y ansiedad social en adolescentes del nivel secundario de una institución educativa nacional de Lambayeque”, El propósito del estudio fue establecer la relación entre el uso problemático de redes sociales y la ansiedad social. La investigación se realizó bajo un enfoque descriptivo correlacional. La muestra estuvo conformada por 300 estudiantes de una institución educativa nacional de dicha ciudad. Para la recolección de datos se emplearon dos instrumentos: en primer lugar, el test ARS, utilizado para evaluar el nivel de dependencia, el cual se organiza en tres dimensiones: preocupación por el uso de redes sociales, dificultad para controlar su utilización y uso excesivo de las mismas. En segundo lugar, se aplicó el test SAS-A, destinado a medir la ansiedad social, el cual considera tres componentes: temor a la evaluación negativa, ansiedad y evitación frente a personas desconocidas o situaciones sociales nuevas, así como ansiedad y evitación en contextos sociales en general. En relación con los resultados, se encontró una relación estadísticamente significativa entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad social en adolescentes. Asimismo, se

evidenció que más de la mitad de los participantes (58,3 %) presentan un nivel alto de adicción a las redes sociales, mientras que la ansiedad social se presenta mayormente en un nivel moderado (48,8 %). De igual manera, se constató una relación significativa entre el uso de redes sociales y el miedo a la evaluación negativa, así como con la ansiedad y evitación social tanto ante extraños como en diversas situaciones sociales, todos con un nivel de significancia de 0,01. Sin embargo, también se evidenció que la correlación entre las variables es de tipo inversa, lo que indica que, si bien están relacionadas, no necesariamente la adicción a las redes sociales genera ansiedad social en todos los casos, ya que existen diversos factores que influyen en la ansiedad, especialmente en el ámbito social. En síntesis, se observa una relación inversa entre el uso problemático de las redes sociales y la ansiedad social, lo que pone de manifiesto la necesidad de tener en cuenta diversos factores al momento de evaluar la salud mental en los adolescentes (26).

Urure, F. (2024) en el contexto de la ciudad de Arequipa, realizó una investigación titulada “Adicción a las redes sociales y ansiedad en estudiantes universitarios de primer año de la carrera profesional de Psicología”, El estudio buscó conocer cómo se relacionan la adicción a las redes sociales y los niveles de ansiedad en los estudiantes, identificando tanto el tipo como la intensidad de dicha relación. Se trabajó con un enfoque descriptivo correlacional y participaron 136 estudiantes. Para recoger la información se utilizó una encuesta. Además, se aplicó el cuestionario de Ecurra y Salas para evaluar la adicción a redes sociales, y el Inventario de Ansiedad Rasgo–Estado (IDARE) para medir la ansiedad. Se encontró que, a mayor nivel de adicción a las redes sociales, mayores son los niveles de ansiedad general, evidenciándose una relación moderada y significativa desde el punto de vista estadístico ($p = .000$), con un coeficiente de 0.476. Asimismo, se encontró que el 80.7% de los participantes tenía entre 17 y 21 años, y que el 72.1% correspondía al sexo femenino. En cuanto a la adicción a las redes sociales, la mayoría de los estudiantes (59,6%) se situó en un nivel intermedio, mientras que una menor cantidad presentó niveles bajos y, en menor medida, niveles elevados. De manera similar, el 60.3% de los evaluados presentó un nivel moderado de ansiedad, seguido de niveles bajos y un grupo reducido con niveles altos. En conclusión, se evidencia una asociación directa de intensidad moderada entre las variables analizadas (27).

Coapaza et al. (2023), en la ciudad de la Merced, ejecutaron un estudio bajo el título “Adicción a las redes sociales y ansiedad en estudiantes del VII ciclo de la I. E. Joaquín

Capelo - La Merced". El propósito de este estudio fue establecer la relación existente entre el uso adictivo de las redes sociales y los niveles de ansiedad en los estudiantes. La metodología correspondió a una investigación de tipo básica, con enfoque cuantitativo, nivel correlacional, diseño no experimental y corte transversal. La población estuvo conformada por 330 estudiantes del VII ciclo, es decir, alumnos de 3.º, 4.º y 5.º grado de educación secundaria. Para obtener la información, se utilizaron como instrumentos el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales, así como la Escala de Ansiedad de Zung. A partir de los resultados obtenidos, se determinó una relación significativa entre la dependencia a las redes sociales y la ansiedad estudiantil, con un coeficiente de correlación de 0,370, considerado de magnitud moderada, lo que indica que el uso excesivo y descontrolado de estas plataformas incrementa la probabilidad de presentar síntomas ansiosos. También se evidenció una relación estadísticamente significativa entre la dimensión denominada "obsesión por las redes sociales" y los niveles de ansiedad ($r = 0,365$; $p = 0,000$). Esto indica que la presencia constante de pensamientos relacionados con el uso de estas plataformas podría favorecer el incremento de manifestaciones ansiosas. De igual manera, la dimensión "falta de control personal" presentó correlación con la ansiedad ($r = 0,286$; $p = 0,000$), evidenciando que descuidar otras actividades por el uso de redes sociales puede favorecer conductas ansiógenas. Finalmente, el "uso excesivo de redes sociales" también puso en evidencia una asociación significativa con la ansiedad ($r_s = 0,349$; $p = 0,000$), indicando que, a mayor uso de estas plataformas, mayor es la presencia de reacciones ansiosas en los estudiantes. En conclusión, el consumo desmedido de redes sociales incrementa la probabilidad de desarrollar ansiedad y, a su vez, la ansiedad puede favorecer el uso excesivo de estas plataformas en los estudiantes (28).

1.1.3. A nivel local

Zuta, P. (2023) en la ciudad de Ayacucho, realizó un trabajo de investigación titulado "Clima familiar y adicción a las redes sociales en estudiantes del Centro de Educación Técnico Productiva 'Rosa de América', Ayacucho – 2023". El objetivo fue apreciar que la convivencia familiar influye en el nivel de dependencia a las redes sociales en los estudiantes de dicha institución. El estudio se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, de carácter básico y con un nivel correlacional, empleando un diseño no experimental de tipo transversal. La población estuvo integrada por 300 estudiantes; y el uso del muestreo aleatorio simple, se determinó una muestra representativa de 169 participantes. Para la obtención de la información se aplicaron la Escala de Clima Social Familiar y el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales. En los resultados se

observó que, a medida que mejora el clima familiar, disminuye de manera significativa la adicción a las redes sociales ($r = -0,160$; $p = 0,038$), lo que indica que un mejor clima familiar se asocia con una menor adicción, aceptándose la hipótesis alterna. Por otro lado, no se encontró relación significativa entre las relaciones familiares y la obsesión por las redes sociales ($r = -0,096$; $p = 0,214$), por lo que se aceptó la hipótesis nula. Asimismo, no se evidenció relación significativa entre el desarrollo familiar y La dificultad para autorregular el uso de las redes sociales ($r = -0,006$; $p = 0,941$), confirmándose nuevamente la hipótesis nula. Finalmente, se identificó una relación inversa significativa entre la estabilidad familiar y el uso excesivo de las redes sociales ($r = -0,191$; $p = 0,013$), lo que sugiere que una mayor estabilidad familiar contribuye a disminuir el uso excesivo de estas plataformas. En conclusión, se establece que un mejor clima familiar se asocia con una disminución de la dependencia hacia las redes sociales; así como contribuye a reducir el uso excesivo de dichas plataformas (29).

Navarro, Q. y Vílchez, C. (2023), en la ciudad de Ayacucho, en su investigación titulada “Adicción a redes sociales y ansiedad en adolescentes de secundaria de una institución educativa pública de Ayacucho, 2023”, Se planteó como objetivo examinar la conexión entre la adicción a las redes sociales y la presencia de ansiedad en estudiantes de educación secundaria. La investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, de carácter básico, con un diseño no experimental y de corte transversal, de tipo descriptivo. Para la selección de la muestra se utilizó un muestreo probabilístico mediante el método aleatorio simple. La información se obtuvo mediante la aplicación del Cuestionario de ARS y el Inventario de Ansiedad de Beck. En el estudio participaron 230 adolescentes del nivel secundario, entre varones y mujeres. Los resultados mostraron que existe un vínculo importante entre el uso adictivo de las redes sociales y las variables evaluadas, destacándose un nivel medio de adicción en el 75% de los adolescentes y un nivel medio en las habilidades sociales en el 61%. Asimismo, al analizar las dimensiones específicas, se evidenció que la obsesión por las redes sociales, la falta de control y el uso excesivo mantienen relaciones inversas con diversas dimensiones de las habilidades sociales, con coeficientes de correlación negativos en la mayoría de los casos, quiere decir que, a mayor adicción, se observan menos habilidades sociales. En conclusión, los adolescentes de secundaria de una institución pública tienen un nivel moderado de adicción a las redes sociales y ansiedad (30).

La Rosa, R. (2021) en la ciudad de Ayacucho realizó un trabajo de investigación titulado “Adicción a redes sociales y ansiedad estado rasgo en estudiantes de una escuela

superior de formación artística pública de Ayacucho”. El objetivo fue establecer la relación entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad estado y rasgo en los participantes de dicha institución. La metodología correspondió a un estudio de tipo básico, de diseño correlacional. Se utilizó una muestra censal conformada por 112 estudiantes, mediante un muestreo no probabilístico. Para obtener la información, se emplearon los cuestionarios ARS y el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (IDARE). Los hallazgos mostraron una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad estado-rasgo, lo que sugiere que, a medida que aumenta el nivel de adicción, también se incrementa la ansiedad, y de igual forma en sentido contrario. En relación con los niveles de adicción, se observó que el 55% de los estudiantes se ubica en un nivel medio, mientras que el 30% presenta un nivel alto y el 27% un nivel bajo. Del mismo modo, las dimensiones de esta variable como la preocupación constante por las redes sociales, el escaso control personal y el uso excesivo se encuentran predominantemente en un nivel promedio. Respecto a la ansiedad, se evidenció que el 53,6% de los estudiantes presenta un nivel medio de ansiedad estado, seguido de un 24,1% con nivel alto y un 22,3% con nivel bajo. De manera similar, la ansiedad rasgo alcanzó un 52,7% en nivel promedio, mientras que el 24,1% se ubicó en nivel alto y el 23,2% en nivel bajo. Por otro lado, no se identificaron diferencias significativas en la adicción a las redes sociales según la edad y el sexo, lo que indica que los niveles se mantienen similares independientemente de estas características. Sin embargo, sí se encontraron diferencias relevantes en la ansiedad estado y rasgo en función del sexo, siendo las mujeres quienes presentan niveles promedio más elevados; en contraste, no se hallaron diferencias significativas según la edad. Finalmente, se determinó la existencia de una relación positiva de magnitud moderada y altamente significativa entre las dimensiones de la adicción a las redes sociales y las dimensiones de la ansiedad estado-rasgo. En síntesis, el estudio muestra que el uso excesivo de las redes sociales actúa como un elemento que favorece el aumento de la ansiedad en estudiantes de nivel superior, especialmente en el campo artístico (31).

1.2. Bases teóricas científicas

1.2.1. Adicción a redes sociales

Las redes sociales funcionan como entornos digitales que permiten el intercambio de información entre usuarios. Estas plataformas se centran en ofrecer diversas modalidades de contenido audiovisual (imágenes, videos, presentaciones, textos breves

o textos desarrollados) y dirigirlo a públicos específicos, como jóvenes y adultos, con diferentes finalidades, tales como la publicidad, el ocio, la diversión, el entretenimiento, la formación, las oportunidades laborales y las relaciones sentimentales o sexuales (32). La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la adicción a las redes sociales como un trastorno caracterizado por un patrón de uso anómalo, tiempos de conexión excesivamente prolongados, aislamiento del entorno y desatención de las obligaciones laborales, académicas y sociales (33).

Según Vargas, S. et al. (2021), se considera una forma específica de adicción al internet, que se distingue por el uso constante, excesivo y difícil de controlar de las redes sociales, provocando que la persona tenga dificultades para regular o detener su uso (34). Por su parte Escurra, M. y Salas, S. (2020) consideran la adicción a las redes sociales como una preocupación excesiva y la presencia de impulsos incontrolables por acceder y permanecer en ellas, lo que puede generar aislamiento del entorno habitual, así como trastornos cognitivos y emocionales (35). Asimismo, Jena, H. (2022) señala que la adicción a las redes sociales se manifiesta como un uso compulsivo y una atención desmedida hacia plataformas digitales, que persiste incluso cuando ocasiona efectos perjudiciales, tales como conflictos en las relaciones de pareja, incremento de la ansiedad y disminución de la autoestima (36).

1.2.1.1. Manifestaciones de la dependencia a las redes sociales

- Depresión.
- Ansiedad.
- Interés desmedido en el uso de las redes sociales.
- Aislamiento.
- Uso ininterrumpido de las plataformas digitales.
- Dependencia.
- Incumplimiento de responsabilidades.
- Despistes.
- Negación del problema (33).

1.2.1.2. Factores que originan la dependencia a las redes sociales

La adicción a las redes sociales no responde a una sola causa, sino que surge a partir de múltiples factores, entre los cuales sobresalen:

- **Activación del sistema de recompensa:** Las redes sociales estimulan la

liberación de dopamina, generando sensaciones de placer. Los comentarios y notificaciones producen gratificación inmediata, lo que favorece el uso constante.

- **Necesidad de aceptación social:** Se relaciona con la búsqueda de aprobación mediante seguidores, reacciones o comentarios. Existe temor a no ser aceptado o a quedar excluido, lo cual es más frecuente en adolescentes.
- **Uso excesivo del tiempo libre:** Cuando hay aburrimiento o falta de actividades alternativas, las redes sociales se convierten en una forma habitual de entretenimiento, aumentando su uso.
- **Estrés, ansiedad o problemas emocionales:** Las redes sociales pueden ser utilizadas como una vía de escape ante problemas personales, generando dependencia para aliviar emociones negativas.
- **Diseño adictivo de las plataformas:** Estas plataformas digitales buscan enganchar al usuario utilizando notificaciones repetitivas, desplazamiento sin límite y publicaciones personalizadas según sus gustos.
- **Falta de control y hábitos inadecuados:** Incluye conductas como el uso del celular antes de dormir, la revisión constante del dispositivo y la dificultad para establecer límites en el tiempo de uso.
- **Influencia social y entorno:** El entorno social influye en el uso de redes, ya que amigos o familiares que las utilizan frecuentemente pueden generar presión para mantenerse conectado (33).

1.2.1.3. Dimensiones

1.2.1.3.1. Dimensión obsesión

El DSM-5, documento que establece la clasificación y criterios de los trastornos mentales, describe las obsesiones como pensamientos, impulsos o imágenes recurrentes y persistentes, que se experimentan como intrusivos e inapropiados, y que generan ansiedad o angustia marcadas en algún momento durante la perturbación (37).

Según Flores, G. (2020), este aspecto puede interpretarse como una respuesta del sistema neurocognitivo relacionada con el uso de redes sociales, la cual provoca la aparición de ideas repetitivas, inquietud constante y la necesidad de ingresar a dichas plataformas. Asimismo, el autor explica que, dentro de los procesos mentales habituales, las personas tienden a imaginar, anticipar o fantasear de forma continua sobre lo que ocurre en las redes sociales. De igual manera, cuando no pueden acceder

a ellas, suelen experimentar sensaciones de tensión, nerviosismo e incluso preocupación por mantenerse desconectados (38).

a) Características comunes de las obsesiones:

- ✓ **Intrusivos y no deseados:** Los pensamientos obsesivos suelen aparecer de forma involuntaria y no deseada, interfiriendo con los pensamientos y actividades habituales.
- ✓ **Recurrentes y persistentes:** Se experimentan repetidamente y pueden ser difíciles de controlar.
- ✓ **Causan ansiedad o angustia:** La presencia de estos pensamientos genera malestar emocional significativo.
- ✓ **Intento de neutralización:** Las personas con obsesiones suelen intentar ignorar, suprimir o neutralizar los pensamientos mediante rituales o compulsiones (37).

b) Indicadores de obsesión por redes sociales

- ✓ El adolescente requiere dedicar cada vez más tiempo a actividades vinculadas con las redes sociales.
- ✓ El tiempo que anteriormente le resultaba suficiente para usar redes sociales ahora ya no le satisface, por lo que siente la necesidad de aumentar su uso.
- ✓ Cuando no tiene acceso a las redes sociales, no sabe en qué ocupar su tiempo o se siente desorientado.
- ✓ Se irrita o cambia su estado de ánimo cuando no logra conectarse a las redes sociales.
- ✓ Experimenta nerviosismo o inquietud al no poder ingresar a las redes sociales.
- ✓ Presenta dificultad para mantenerse alejado de las redes sociales durante varios días.
- ✓ Aunque esté realizando otras actividades, su mente sigue enfocada en lo que ocurre en las redes sociales.
- ✓ Deja de lado a sus amistades o familiares por pasar tiempo conectado a las redes sociales.
- ✓ Personas cercanas, como su pareja, amigos o familiares, le han reclamado por el tiempo excesivo que dedica a las redes sociales.
- ✓ Durante las clases, se siente desmotivado o aburrido debido a que no puede usar las redes sociales (37).

1.2.1.3.2. Dimensión falta de control

Flores, G. (2021) señala que la falta de control personal en el uso de las redes sociales se asocia con diversas respuestas emocionales que estas generan. Estas reacciones pueden manifestarse desde irritación o enojo hasta pensamientos negativos, conductas impulsivas, sensaciones de ansiedad o tristeza, así como alteraciones en el comportamiento (38). Por otro lado, Gossop (2020) señala que la dependencia se caracteriza por una dificultad para controlar los impulsos en la conducta de la persona, lo cual puede derivar en una adicción. Además, esta condición se relaciona con la presencia de síntomas de abstinencia y el desarrollo de tolerancia, y se basa en conductas repetitivas que se convierten en hábitos (39).

Indicadores de falta de control

- ✓ Apenas se levanta, lo primero que hace es ingresar a sus redes sociales.
- ✓ Con frecuencia está pensando en lo que sucede o podría estar ocurriendo en las redes sociales.
- ✓ Siente la necesidad de regular o limitar el tiempo que dedica a conectarse a las redes sociales.
- ✓ Intenta reducir su uso excesivo de las redes sociales, pero no logra mantener ese control.
- ✓ Deja de lado sus responsabilidades académicas y actividades escolares por permanecer conectado(a) a las redes sociales.
- ✓ Utiliza las redes sociales de manera frecuente y con alta intensidad (38).

1.2.1.3.3. Dimensión uso excesivo

Esta dimensión se refiere al tiempo excesivo que jóvenes y adultos pasan en las redes sociales sin establecer límites claros, lo cual termina afectando su relación con la familia, su entorno social y sus amistades. Como consecuencia, se ve reducida su capacidad de actuar con independencia, debido a la fuerte dependencia que desarrollan hacia estas plataformas digitales (38).

Indicadores de uso excesivo

- ✓ Siente una fuerte necesidad de estar conectado(a) constantemente a las redes sociales.
- ✓ Utiliza las redes sociales porque le generan una sensación de tranquilidad o le

ayudan a relajarse.

- ✓ Al ingresar a las redes sociales, pierde la noción del tiempo sin darse cuenta.
- ✓ Suele permanecer más tiempo del que había planeado inicialmente al usar las redes sociales.
- ✓ Dedicar gran parte de su día a conectarse y desconectarse repetidamente de las redes sociales.
- ✓ Pasa largos periodos de tiempo navegando en redes sociales.
- ✓ Se mantiene pendiente de las notificaciones que recibe en su celular o computadora.
- ✓ Durante las clases, accede de manera discreta a las redes sociales (38).

1.2.2. Ansiedad

Los trastornos de ansiedad se definen como afecciones de salud mental caracterizadas por miedo excesivo, ansiedad y cambios físicos y conductuales relacionados. Se pueden identificar distintos tipos de trastornos de ansiedad, como el trastorno generalizado y el trastorno social, entre otros. La ansiedad se describe como la anticipación de una amenaza futura y puede afectar significativamente la vida diaria (40).

Según la OMS, las manifestaciones psicológicas de la ansiedad se caracterizan por un miedo y una preocupación excesivos, así como por alteraciones del comportamiento asociadas. Los síntomas pueden ser lo suficientemente graves como para generar una angustia significativa o una discapacidad funcional importante (40).

Por su parte, la Sociedad Española de Medicina Interna (2021), indica que la ansiedad es una respuesta natural y adaptativa del organismo, la cual ayuda a la persona a mantenerse atenta frente a posibles situaciones de riesgo. Cuando se presenta en niveles moderados, puede favorecer la concentración y permitir enfrentar de forma adecuada los desafíos de la vida diaria (41).

1.2.2.1. Manifestaciones de la ansiedad

La ansiedad se manifiesta a través de síntomas físicos, emocionales, cognitivos y conductuales. Algunas de las más comunes son:

Síntomas físicos

- ✓ Palpitaciones o taquicardia
- ✓ Sudoración excesiva
- ✓ Tensión muscular
- ✓ Dificultad para respirar (sensación de ahogo)

- ✓ Mareos o vértigo
- ✓ Náuseas o molestias estomacales.
- ✓ Temblores
- ✓ Sequedad en la boca (40).

Síntomas emocionales

- ✓ Miedo excesivo o irracional.
- ✓ Sensación de peligro inminente.
- ✓ Irritabilidad
- ✓ Sentimientos de inquietud o nerviosismo (40).

Síntomas cognitivos

- ✓ Pensamientos negativos recurrentes.
- ✓ Dificultad para concentrarse.
- ✓ Mente en blanco.
- ✓ Anticipación de lo peor (catastrofismo) (40).

Síntomas conductuales

- ✓ Evitación de situaciones sociales o temidas
- ✓ Dificultades para dormir.
- ✓ Hiperactividad o necesidad constante de moverse.
- ✓ Comportamientos compulsivos (en algunos casos) (40).

1.2.2.2. Causas de la ansiedad

La ansiedad puede tener múltiples orígenes, que se dividen en factores biológicos, psicológicos y sociales:

a. Causas biológicas

- ✓ Desequilibrio químico en neurotransmisores (como serotonina, dopamina, noradrenalina).
- ✓ Genética (antecedentes familiares con trastornos de ansiedad).
- ✓ Hipersensibilidad del sistema nervioso autónomo (40).

b. Causas psicológicas

- ✓ Experiencias traumáticas o estresantes (accidentes, abusos, pérdidas)
- ✓ Estilo de apego inseguro en la infancia
- ✓ Trastornos de personalidad o autoestima baja
- ✓ Miedo al fracaso, perfeccionismo (40).

c. Causas sociales o ambientales

- ✓ Presión académica, laboral o familiar
- ✓ Problemas financieros o laborales
- ✓ Conflictos interpersonales o aislamiento social
- ✓ Entornos estresantes o poco predecibles (40).

1.2.2.3. Dimensiones de la ansiedad

1.2.2.3.1. Dimensión ansiedad cognitiva

David, C. (36) La ansiedad cognitiva es un concepto central en psicología, que se refiere a la forma en que nuestros pensamientos y creencias influyen en nuestra ansiedad este autor desarrolló la teoría cognitiva de la ansiedad y la depresión, que postula que los pensamientos irracionales y las distorsiones cognitivas son factores clave en el desarrollo de estos trastornos.

La ansiedad cognitiva es un componente fundamental de la ansiedad que involucra pensamientos y preocupaciones que pueden afectar la concentración y el rendimiento cognitivo. Es importante identificar y manejar estos pensamientos negativos para mejorar la calidad de vida y el bienestar mental (39).

a) Componentes de la ansiedad cognitiva:

- ✓ **Preocupación:** Ponderar la situación y sus posibles resultados negativos.
- ✓ **Interrupciones en la concentración:** Dificultad para enfocar la atención y reducir la capacidad de concentrarse.
- ✓ **Pensamientos distorsionados:** Ver una situación de manera exagerada o catastrófica.

b) Indicadores de ansiedad cognitiva

- ✓ Le preocupa lo que sus familias le vayan a decir
- ✓ Le preocupa lo que la gente piense de uno
- ✓ Le preocupa el futuro
- ✓ Se siente muy mal cuando se enojan con uno.
- ✓ Le preocupa que algo malo le pase (39).

1.2.2.3.2. Dimensión preocupaciones sociales/concentración

Silva, M. y Martonell, L. (32) señalan que las preocupaciones sociales más comunes en los adolescentes incluyen la integración en grupos, la preocupación por la apariencia física, la búsqueda de aceptación social y la ansiedad ante el juicio de los demás. Asimismo, pueden experimentar dificultades en las relaciones interpersonales, como la timidez o la falta de asertividad. En este contexto, la “concentración” puede entenderse como la capacidad de enfocarse en una tarea o situación, la cual puede verse afectada por dichas preocupaciones sociales, generando ansiedad y estrés. Si bien las preocupaciones de los adolescentes difieren de las de los adultos, no por ello dejan de ser importantes. En esta etapa de la vida, las personas deben enfrentar retos y situaciones complejas, en las que pueden cometer errores, pero también adquirir aprendizajes significativos (39).

Indicadores de preocupaciones sociales

- ✓ Le cuesta trabajo tomar decisiones
- ✓ Le parece que las cosas son más fáciles para los demás que para uno mismo.
- ✓ Siente que a los demás no les gusta cómo hace las cosas
- ✓ Se siento solo(a) aunque esté acompañado(a)
- ✓ Siente que los demás son más felices que uno mismo
- ✓ Siente que alguien le va a decir que hace las cosas mal
- ✓ Le cuesta trabajo concentrarse en sus tareas escolares
- ✓ Siente que muchas personas están contra uno (39).

1.2.2.3.3. Dimensión ansiedad fisiológica

La ansiedad fisiológica, entendida como la respuesta del cuerpo a situaciones percibidas como amenazantes, tiene varias explicaciones y está relacionada con la activación del sistema nervioso autónomo (37).

a. El mecanismo fisiológico de la ansiedad:

- ✓ **Sistema nervioso autónomo:** La ansiedad activa principalmente el sistema nervioso autónomo, específicamente la rama simpática, que produce cambios fisiológicos.
- ✓ **Endocrino:** El sistema endocrino también se involucra, liberando hormonas como el cortisol, que contribuyen a los síntomas de ansiedad.
- ✓ **Sistema nervioso central:** El funcionamiento del cerebro, particularmente del córtex prefrontal y la amígdala, influye en cómo se perciben los peligros y en la

forma de responder emocionalmente.

- ✓ **Sistema inmune:** La ansiedad crónica puede afectar el sistema inmune, debilitándolo y haciéndonos más susceptibles a enfermedades (41).

b. Síntomas de la ansiedad fisiológica:

- ✓ **Cardiovasculares:** Taquicardia, palpitaciones, presión arterial alta.
- ✓ **Respiratorios:** Dificultad para respirar, hiperventilación.
- ✓ **Gastrointestinales:** Boca seca, náuseas, dolor abdominal.
- ✓ **Musculares:** Tensión muscular, dolor de cabeza, dolor de espalda.
- ✓ **Otros:** Sudoración, dilatación de pupilas, temblores, escalofríos.

c. Indicadores de ansiedad fisiológica

- ✓ Se pone nervioso(a) cuando las cosas no salen como quiere
- ✓ Con frecuencia experimenta sensación de falta de respiración.
- ✓ La mayor parte del tiempo se encuentra en un estado constante de preocupación.
- ✓ Suele sentir temor ante diversas situaciones.
- ✓ Se enoja con mucha facilidad
- ✓ Durante la noche, le resulta difícil conciliar el sueño.
- ✓ Con frecuencia experimenta sensación de náuseas o malestar estomacal.
- ✓ Es una persona bastante sensible a nivel emocional.
- ✓ Presenta sudoración en las manos.
- ✓ Se cansa mucho
- ✓ Tiene pesadillas
- ✓ Algunas veces se despierta asustado(a)
- ✓ Presenta preocupación al acostarse.
- ✓ Se mueve mucho en su asiento
- ✓ Es muy nervioso (41).

1.2.2.3.4. Dimensión deseabilidad social

La deseabilidad social es el deseo de presentar una imagen favorable ante la sociedad. Este concepto se encuentra estrechamente relacionado con la necesidad de aceptación y aprobación social, especialmente durante la adolescencia, etapa en la que los jóvenes construyen su identidad y buscan pertenencia (42).

Factores que influyen en la deseabilidad social en adolescentes:

- ✓ **Necesidad de aceptación social:** Los adolescentes buscan la aprobación de sus pares y, a menudo, responden de manera que se ajusten a las normas sociales para evitar el rechazo.
- ✓ **Preocupación por la imagen:** Los adolescentes son particularmente sensibles a cómo son percibidos por los demás, lo que puede llevarlos a exagerar o falsear sus respuestas en autoinformes.
- ✓ **Inseguridad:** Los adolescentes pueden sentirse inseguros sobre sí mismos y responder de manera que proyecten una imagen más positiva o idealizada (42).

Indicadores de deseabilidad social

- ✓ Suelo llevarme bien con todas las personas que conozco.
- ✓ Siempre soy amable
- ✓ Siempre me porto bien
- ✓ Siempre soy bueno(a)
- ✓ Siempre soy agradable con todos
- ✓ Siempre digo la verdad
- ✓ Nunca me enoja
- ✓ Nunca digo cosas que no debo decir
- ✓ Nunca digo mentiras (42).

1.2.3. Teorías de enfermería

Teoría del déficit de autocuidado de Dorothea Orem

La Teoría del déficit de autocuidado propuesta por Dorothea Orem plantea que los individuos requieren realizar acciones deliberadas para mantener su salud, bienestar y funcionamiento personal. Cuando una persona carece de la capacidad, motivación o conocimiento necesario para llevar a cabo estas acciones, se genera un déficit de autocuidado, lo cual hace necesario algún tipo de apoyo externo (43).

En el marco de este estudio, esta teoría facilita entender cómo se vinculan la adicción a las redes sociales y la ansiedad en adolescentes, ya que el uso excesivo de las plataformas digitales puede presentarse cuando existen dificultades en el autocontrol, la organización del tiempo, el manejo de los impulsos y la regulación de las emociones. Estas limitaciones reflejan un déficit en el autocuidado, especialmente en las áreas de autocontrol, equilibrio emocional y hábitos saludables. Cuando este autocuidado es insuficiente o ineficaz, aparece un déficit, manifestándose en alteraciones emocionales,

conductuales y sociales. Los estudiantes se encuentran en una etapa de desarrollo donde la autonomía y el autocontrol aún están en formación. La insuficiente autorregulación del tiempo destinado a las redes sociales, junto con su repercusión emocional, puede generar un déficit en el autocuidado, expresado en patrones de uso compulsivo, dependencia digital y dificultades en la regulación de la ansiedad. La teoría sugiere que el profesional de enfermería puede orientar estrategias de fortalecimiento del autocuidado a través de la educación digital, manejo del estrés, promoción del uso responsable de redes y apoyo emocional (43).

Teoría de Adaptación por Callista Roy

La Teoría de Adaptación de Callista Roy plantea que la persona es un ser biopsicosocial que interactúa de manera constante con su entorno y responde a los estímulos internos y externos mediante diversos mecanismos de adaptación. Desde esta perspectiva, la salud se entiende como la capacidad del individuo para mantener un nivel adecuado de adaptación frente a las demandas del ambiente. En el presente estudio, se consideran respuestas de adaptación inefectivas que emergen cuando los estudiantes no logran manejar adecuadamente las exigencias del entorno digital, así como las presiones académicas y sociales propias de su etapa escolar. Cuando los estímulos superan su capacidad de afrontamiento, los mecanismos adaptativos, tanto fisiológicos como cognitivos, se ven limitados y dan lugar a manifestaciones como la ansiedad. De esta manera, la teoría permite comprender de forma integral cómo el uso desregulado de las redes sociales puede comprometer el proceso adaptativo del estudiante (44).

1.3. Hipótesis

Hipótesis general

- **Hi:** Existe una relación significativa entre la adicción a redes sociales y la ansiedad en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025.
- **Ho:** No existe una relación significativa entre la adicción a redes sociales y la ansiedad en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025.

Hipótesis específicas

- **Hi:** Existe una relación significativa entre la adicción a redes sociales y la ansiedad cognitiva en estudiantes del quinto grado de secundaria.
- **Ho:** No existe una relación significativa entre la adicción a redes sociales y la

ansiedad cognitiva en estudiantes del quinto grado de secundaria.

- **Hi:** Existe una relación significativa entre la adicción a redes sociales y la dimensión de preocupaciones sociales/concentración en estudiantes del quinto grado de secundaria.
- **Ho:** No existe una relación significativa entre la adicción a redes sociales y la dimensión de preocupaciones sociales/concentración en estudiantes del quinto grado de secundaria.
- **Hi:** Existe una relación significativa entre la adicción a redes sociales y la ansiedad fisiológica en estudiantes del quinto grado de secundaria.
- **Ho:** No existe una relación significativa entre la adicción a redes sociales y la ansiedad fisiológica en estudiantes del quinto grado de secundaria.
- **Hi:** Existe una relación significativa entre la adicción a redes sociales y la deseabilidad social en estudiantes del quinto grado de secundaria.
- **Ho:** No existe una relación significativa entre la adicción a redes sociales y la deseabilidad social en estudiantes del quinto grado de secundaria.

1.4. Variables de estudio

1.4.2. Variable independiente: Adicción en redes sociales.

Dimensiones:

- Obsesión
- Falta de control
- Uso excesivo

1.4.3. Variable dependiente: Ansiedad

Dimensiones:

- Ansiedad Cognitiva
- Preocupaciones Sociales/Concentración
- Ansiedad Fisiológica
- Deseabilidad social

1.5. Operacionalización de variables

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIÓN	INDICADORES	CRITERIOS DE MEDICIÓN	ESCALA DE MEDICIÓN	INSTRUMENTO
Adicción a redes sociales	Es un trastorno caracterizado por una pauta de uso anómala, unos tiempos de conexión anormalmente altos, aislamiento del entorno y desatención a las obligaciones laborales, académicas y de la vida social (23).	Esta variable será medida mediante un cuestionario (ARS) el cual contiene 3 dimensiones y contiene 24 ítems y con 5 posibilidades de respuesta: Siempre, casi siempre, algunas veces, casi nunca y nunca. Siendo el valor final: Bajo, medio y alto.	• Obsesión • Falta de control • Uso excesivo	Ítem (2,3,5,6,7,13,15,19,22,23) Ítem (4,11,12, 14, 20,24) Ítem (1,8,9,10,16, 17,18,21)	• Nunca (N)=0 pts • Casi nunca (CS)=1 pts • Algunas veces (AV)=2 pts • Casi siempre (CN)=3 pts • Siempre (S)=4 pts	Ordinal • Bajo: 0-26 • Medio:27-75 • Alto: 76-99	Cuestionario

Ansiedad	Se distingue por la presencia de un temor intenso y una preocupación constante, acompañados de alteraciones en la conducta. Estos síntomas pueden llegar a ser tan severos que generan un malestar significativo o afectan el adecuado funcionamiento de la persona en su vida diaria (30).	Esta variable será medida mediante Escala de ansiedad manifiesta en niños revisada, creada por Reynolds y Richmond y adaptada por Tinajero en 2020, tienen 4 dimensiones y contiene 37 ítems y con 2 posibilidades de respuesta: Si (2) No (1) Siendo el valor final: Severo, moderado y bajo.	Ansiedad Cognitiva	• Ítem: 10,14,22,26,37	Si=2 NO=1	Ordinal • Baja: menos de 25 puntos • Moderada: 25 a 74 puntos • Severa: 75 a más.	Cuestionario
			Preocupaciones Sociales/Concentración	• Ítem: 1,3,11,15,23,27,31,35.			
			Ansiedad Fisiológica	• Ítem: 2,5,6,7,9,13,17,18,19,21,25,29,30,33,34.			
			Deseabilidad social	• Ítem: 4,8,12,16,20,24,28,32,36			

CAPITULO II

MATERIALES Y MÉTODOS

2.1. Enfoque de investigación

En esta investigación se aplicó un enfoque cuantitativo, caracterizado por el uso de datos numéricos verificables y la aplicación de procedimientos estadísticos que permitieron contrastar teorías y obtener conclusiones generalizables. Este enfoque trabaja de manera ordenada y progresiva, recolectando información numérica que permite comprobar ideas planteadas, responder las preguntas del estudio y entender cómo se comporta la población. Asimismo, se sustenta en la medición objetiva, el análisis estadístico y la generalización de los resultados (45).

2.2. Tipo de investigación

El estudio se desarrolló bajo una orientación aplicada, ya que este tipo de estudio emplea conocimientos teóricos y evidencia científica para analizar y resolver problemas reales, desarrollando propuestas, intervenciones o mejoras que pueden implementarse en contextos concretos. Su finalidad es transformar la práctica, apoyar la toma de decisiones y generar un impacto directo en la sociedad, las instituciones o los sistemas (45).

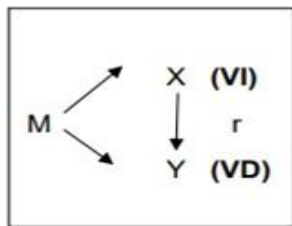
2.3. Nivel de investigación

La presente investigación correspondió a un nivel descriptivo-correlacional, debido a que se orientó a describir en detalle las variables y a medir el grado de relación existente entre ellas. La investigación descriptiva busca especificar las propiedades, características y rasgos importantes de cualquier fenómeno que sea analizado (45).

2.4. Diseño de investigación

El diseño de la investigación fue de tipo correlacional, transversal y prospectivo. Así mismo el estudio es no experimental, ya que se realizó sin manipular deliberadamente las variables. Asimismo, es transversal porque los datos se recolectaron en un solo momento y en un tiempo determinado (45).

Esquema de diseño correlacional:



Donde:

M: Muestra de estudio

X: Adicción a las redes sociales en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho.

Y: Ansiedad en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho.

r: Asociación entre las variables

2.5. Área de estudio

El presente estudio tuvo lugar en una Institución Educativa G.U.E. Mariscal Cáceres, ubicada en la provincia de Huamanga, departamento de Ayacucho.

2.6. Población

Para el estudio se consideró a 286 estudiantes que cursaban el quinto año de secundaria, pertenecientes a distintas secciones "A", "B", "C", "D", "E", "F", "G" y "H".

2.7. Muestra y muestreo

La población muestral estuvo compuesta por 165 estudiantes del quinto año de secundaria de la Institución Educativa G.U.E. Mariscal Cáceres. El muestreo fue de tipo no probabilístico, intencional o por conveniencia, considerando a todos los estudiantes que aceptaron participar en la presente investigación y que cumplieron con los requisitos

de selección y motivos de exclusión.

El tamaño de la muestra fue calculado con la siguiente fórmula:

$$n = \frac{N * Z^2 * p * q}{e^2 * (N - 1) + Z^2 * p * q}$$
$$n = \frac{286 * (1.96)^2 * 0.5 * 0.5}{0.05^2 * (286 - 1) + (1.96)^2 * 0.5 * 0.5}$$
$$n = \frac{286 * 3.8416 * 0.25 = 274.6744}{0.0025 \times 285 + 0.9604 = 0.7125 + 0.9604 = 1.6729}$$
$$n = \frac{274.6744}{1.6729}$$
$$n = 164.19 = 165$$

Donde:

N= Total de estudiantes (286) del quinto grado

Z = Nivel de confianza (1.96)

p = Proporción de estudiantes que tienen la característica de interés (50%)

q = Complemento de p (50%)

e = Error de estimación máximo aceptado (0.05)

n = Tamaño de la muestra buscada

Criterios de inclusión

- Estudiantes con firma del consentimiento informado por apoderados.
- Estudiantes matriculados en el quinto año de secundaria de la Institución educativa

G.U.E Mariscal Cáceres.

- Estudiantes que mantienen una asistencia frecuente a la Institución educativa G.U.E Mariscal Cáceres

Criterios de exclusión

- Estudiantes del 1ro al 4to grado de secundaria la Institución educativa G.U.E Mariscal Cáceres.
- Estudiantes que no asisten de manera regular Institución educativa G.U.E Mariscal Cáceres.
- Estudiantes que no desean completar el cuestionario o instrumento de medición en su totalidad.

2.8. Técnica e instrumento de recolección de datos

2.8.1. Técnica

Para recoger los datos, se aplicó la técnica de la encuesta, con el objetivo de analizar ambas variables.

La encuesta es un método utilizado para recopilar información que permite obtener información de un grupo de personas mediante la aplicación de cuestionarios estructurados, con el fin de conocer opiniones, actitudes o características específicas de una población (45).

2.8.2. Instrumentos

Se aplicó dos tipos de instrumentos:

Instrumento 1:

Nombre del instrumento: Cuestionario de adicción a redes sociales (ARS)

Creado por: Ecurra y Salas (2014) en Perú.

Adaptado: Moreno (2021) en Perú.

Tipo de instrumento: Cuestionario

Objetivo: Medir el grado de adicción al uso de redes sociales en los individuos, identificando patrones de uso excesivo, dependencia y dificultades en el control del tiempo dedicado a estas plataformas. Asimismo, el instrumento permite analizar las siguientes dimensiones de la adicción a redes sociales: obsesión por las redes sociales, falta de control personal y uso excesivo de las redes sociales, las cuales contribuyen a

identificar conductas problemáticas y su posible interferencia en la vida cotidiana.

Número de ítems: Consta de 24 ítems con 5 posibilidades de respuesta: Siempre (4), casi siempre (3), algunas veces (2), raras veces (1) y nunca (0).

Organización: El cuestionario presentó 3 dimensiones: Obsesión por las redes sociales conformada por 10 ítems (2, 3, 5, 6, 7, 13, 15, 19, 22, 23). Falta de control personal que incluyó 6 ítems (4, 11, 12, 14, 20, 24) y Uso excesivo de las redes sociales que cuenta con 8 ítems (1, 8, 9, 10, 16, 17, 18, 21).

Aplicación: Su aplicación fue de manera directa, presencial lo cual estuvo dirigida a los estudiantes del quinto año de secundaria.

Tiempo de Administración: 15 a 20 minutos.

Normas de aplicación: El participante marcó cada ítem de acuerdo con lo que consideró.

Niveles y rango:

- **Alto**= 65-96 puntos.
- **Medio**= 34-64 puntos.
- **Bajo**= 0-31 puntos.

Instrumento 2:

Nombre del instrumento: Escala de ansiedad manifiesta en niños revisada.

Creado por: Reynolds y Richmond (1978) en Estados Unidos.

Adaptado: En 2020, Tinajero realizó la traducción al español en México.

Tipo de instrumento: Cuestionario

Objetivo: Determinar el grado de ansiedad observable en niños y adolescentes, identificando la presencia y grado de síntomas ansiosos en diferentes contextos de su vida cotidiana. Asimismo, permite detectar componentes específicos de la ansiedad, tales como la ansiedad fisiológica, la preocupación/hipersensibilidad y las dificultades en la concentración, contribuyendo a una evaluación integral del estado emocional del menor.

Número de ítems: Está compuesto por 37 ítems, de los cuales 28 se orientan a describir conductas vinculadas con la ansiedad, mientras que los 9 restantes están destinados a evaluar la deseabilidad social, con 2 posibilidades de respuesta: Si (2) No (1).

Organización: El cuestionario presentó 4 dimensiones: Ansiedad Cognitiva en cual consta de 5 ítems (10, 14, 22, 26, 37) hace alusión a preocupaciones vagas que El niño o adolescente manifiesta temor a ser herido y a experimentar aislamiento emocional. Preocupaciones Sociales/Concentración, consta de 8 ítems (1, 3, 11, 15, 23, 27, 31, 35) se refiere a pensamientos distractores, junto con miedos de carácter social o interpersonal, que dificultan la capacidad de la persona para mantener la atención y concentrarse adecuadamente. Ansiedad Fisiológica consta de 15 ítems (2, 5, 6, 7, 9, 13, 17, 18, 19, 21, 25, 29, 30, 33, 34) incluye comportamientos asociados como la intranquilidad, alteraciones en el sueño, miedos, malestares estomacales y sensación de cansancio. Finalmente, deseabilidad social llamado Escala de Mentiras que consta de 9 ítems, (4, 8, 12, 16, 20, 24, 28, 32, 36).

Aplicación: Su aplicación fue de manera directa, presencial lo cual estuvo dirigida a los estudiantes parte de la muestra.

Tiempo de Administración: 15 a 20 minutos.

Normas de aplicación: El participante marcó cada ítem de acuerdo con lo que consideró.

Niveles y rango:

- **Severo**= 63-74 puntos.
- **Moderado**= 50-62 puntos.
- **Bajo**= 37-49 puntos

2.9. Validez y confiabilidad del instrumento

El Cuestionario de Adicción a Redes Sociales, desarrollado por Ecurra y Salas (2014) y posteriormente validado por Moreno (2021), presenta adecuados niveles de confiabilidad. En este sentido, los autores reportaron coeficientes de alfa de Cronbach elevados, con valores que varían entre .88 y .92. Esto indica que el instrumento posee una alta consistencia interna, ya que todos los coeficientes superan el valor de .85.

Por su parte, la Escala de Ansiedad Manifiesta en Niños Revisada (CMAS-R), elaborada por Reynolds y Richmond (1978) y traducida al español en México por Tinajero en 2020, evidenció validez factorial en sus resultados. Se identificaron tres factores principales sin incluir la subescala de Mentiras que explican el 41.14% de la varianza total. El primer factor explicó el 27.47%, el segundo el 8.1% y el tercero el 5.6%. Asimismo, se obtuvieron niveles aceptables de confiabilidad mediante el método de consistencia interna, alcanzando un coeficiente KR20 de .84 en la escala total. En cuanto a los

factores específicos, la Ansiedad Cognitiva obtuvo un KR20 de .61, las Preocupaciones Sociales/Concentración alcanzaron .70, la Ansiedad Fisiológica presentó .751 y, finalmente, la subescala de Mentiras registró un valor de .76.

2.10. Recolección de datos

Los datos fueron obtenidos mediante el siguiente proceso:

- Primero: Se gestionó la solicitud de presentación a la Facultad de Ciencias de la Salud de la UNSCH para la institución educativa.
- Segundo: se presentó una solicitud a la dirección de la Institución Educativa G.U.E. Mariscal Cáceres para obtener el permiso para el desarrollo de la investigación.
- Tercero: se solicitó la nómina de estudiantes matriculados en el quinto año de educación secundaria.
- Cuarto: las investigadoras realizaron una reunión con el director de la institución para coordinar el desarrollo de la investigación. Dicha coordinación se llevó a cabo en presencia de los docentes tutores encargados de las aulas de quinto grado de educación secundaria. Asimismo, se desarrolló una reunión virtual con los padres de familia, en la cual se les brindó información sobre el estudio con la finalidad de obtener su consentimiento.
- Quinto, las investigadoras realizaron la recolección de los consentimientos informados firmados por cada apoderado que aceptó participar en la investigación.
- Sexto: Se llevó a cabo la aplicación del cuestionario sobre adicción a las redes sociales; previamente, se explicó detalladamente a los participantes los objetivos y el propósito de su aplicación, se resolvieron todas sus dudas y se otorgó un tiempo máximo de 15 minutos para completarlo.
- Séptimo: se aplicó el cuestionario de ansiedad; antes de ello, se explicó detalladamente a los participantes los objetivos y el propósito de su aplicación, se resolvieron sus dudas y se otorgó un tiempo máximo de 15 minutos para completarlo.
- Octavo, con la información recolectada, se procedió a registrar la base de datos.

2.11. Análisis y procesamiento de datos

- Culminada la recolección de datos, se procedió con su procesamiento.

- Los datos fueron codificados e ingresados en una base de datos utilizando el programa Microsoft Office Excel 2020.
- Posteriormente, la base de datos fue exportada al programa estadístico SPSS versión 25, con el fin de determinar la prueba de normalidad y seleccionar el estadístico adecuado.
- La normalidad de los datos se evaluó mediante las pruebas de Kolmogórov-Smirnov, considerando un tamaño muestral de 165 estudiantes. Los resultados indicaron que “Adicción a redes sociales”, no evidenció una distribución normal (K-S $p = 0.015$; S-W $p = 0.001$), mientras que la variable “Ansiedad” sí mostró normalidad (K-S $p = 0.200$; S-W $p = 0.194$). Dado que una de las variables no cumplió con el supuesto de normalidad, se empleó la correlación de Spearman para el análisis inferencial.
- Finalmente, una vez obtenidos los resultados del procesamiento estadístico, se elaboraron cuadros y gráficos con sus respectivas interpretaciones y discusión, lo que permitió arribar a las conclusiones y recomendaciones.

2.12. Presentación y análisis de datos

- Para la exposición y el análisis de la información, se elaboraron gráficos estadísticos utilizando el paquete estadístico Microsoft Office Excel 2020, previa construcción de la tabla de códigos.
- Asimismo, se realizó el análisis e interpretación de cada tabla.
- Se empleó análisis descriptivo e inferencial.
- Finalmente, se llevó a cabo la prueba de hipótesis y la discusión de los resultados.

2.13. Aspectos éticos

La investigación se realizó en conformidad con los cuatro principios bioéticos establecidos:

- **Autonomía:** Se garantizó el respeto a la decisión libre de los estudiantes y de sus apoderados para participar en el estudio. Se brindó información clara sobre los objetivos y procedimientos, e incluyó únicamente a quienes contaban con consentimiento informado y asentimiento. La participación fue voluntaria, sin presiones ni consecuencias en caso de retiro, asegurando así la libertad de elección de los estudiantes.

- **No maleficencia:** Se aseguró que la participación de los estudiantes no ocasionara ningún tipo de daño físico, emocional o social. Para ello, se utilizaron instrumentos validados y no invasivos, en un ambiente respetuoso y libre de presión. La participación fue voluntaria y anónima, y los estudiantes pudieron retirarse en cualquier momento sin consecuencias. Ante posibles puntajes elevados de ansiedad o adicción, se consideró la orientación o derivación responsable a los servicios de apoyo de la institución.
- **Beneficencia:** La investigación garantizó la beneficencia al priorizar el bienestar de los estudiantes y minimizar cualquier riesgo. Se les informó claramente sobre los objetivos del estudio y se aseguró que los cuestionarios no generaran daño físico ni psicológico. Además, se brindó un ambiente respetuoso y cómodo durante su aplicación. Los resultados permitirán identificar niveles de ambas variables, aportando información útil para que la institución implemente acciones preventivas y estrategias de apoyo que favorezcan el bienestar estudiantil.
- **Justicia:** Este principio se aseguró garantizando que todos los estudiantes de quinto grado tuvieran igual oportunidad de participar, sin discriminación por género, rendimiento académico u otras características. La selección fue equitativa y basada únicamente en los criterios del estudio. Asimismo, los beneficios y la información generada estuvieron orientados a favorecer a toda la comunidad educativa por igual, evitando cualquier trato desigual.

CAPÍTULO III

RESULTADOS

Tabla 01: Relación entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad en estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa G.U.E. Mariscal Cáceres, Ayacucho, 2025.

ADICCIÓN A REDES SOCIALES	ANSIEDAD						Total	
	Bajo		Moderado		Severo			
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Alto	3	2	6	4	4	2	13	8
Medio	14	8	52	32	14	9	80	48
Bajo	25	15	33	20	14	9	72	44
Total	42	25	91	55	32	20	165	100

Fuente: Elaboración propia de la base de datos recopilada y aplicada a estudiantes de la muestra.

Rho Sperman: 0.189, P: 0.015

Correlaciones				
Rho de Spearman	Adicción a redes sociales	Coeficiente de correlación	1,000	,189*
		Sig. (bilateral)	.	,015
		N	165	165
	Ansiedad	Coeficiente de correlación	,189*	1,000
		Sig. (bilateral)	,015	.
		N	165	165

En la tabla 01 se evidencia que, del total de estudiantes encuestados (100%, $n = 165$), existen diversos patrones de vinculación entre el uso adictivo de las redes sociales y los niveles de ansiedad. El 8% (13) presentó alta adicción, predominando en este grupo la ansiedad moderada 4% (6), seguida de ansiedad severa 2% (4) y baja 15 (25). En los estudiantes con adicción media 48% (80), la ansiedad moderada fue la más frecuente 32% (52), seguida de ansiedad severa y baja 9% (14); 8% (14) respectivamente. Asimismo, entre quienes presentaron baja adicción 44% (72), se observó mayor presencia de ansiedad moderada 20% (33), seguida de ansiedad baja 15% (25) y severa 9% (14).

Aplicando la prueba estadística, el P valor calculado es de 0.015, que es menor a 0.05 ($0.015 < 0.05$), por lo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna: Existe una relación significativa entre ambas variables. El coeficiente Rho Spearman es de 0.189 muestra una relación positiva de baja intensidad entre las variables, lo que sugiere que, a medida que aumenta la adicción a las redes sociales, mayores niveles de ansiedad, aunque con una relación de baja intensidad.

Tabla 02: Niveles de adicción a las redes sociales en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025.

Indicador	Número de estudiantes	Porcentaje (%)
Alto	13	8
Medio	80	48
Bajo	72	44
TOTAL	165	100

Fuente: Elaboración propia a partir de los datos recolectados en la investigación.

La tabla 02 muestra que la totalidad de estudiantes encuestados, es decir, 165 (100%) y de ellos el 8% (13) presentó un nivel alto de adicción, mientras que la mayoría, correspondiente al 48% (80), alcanzó un nivel moderado. Asimismo, el 44% (72) evidenció un nivel bajo de adicción. Estos hallazgos indican que, si bien un grupo reducido presenta una adicción elevada, casi la mitad de los alumnos se ubica en un nivel intermedio., lo cual refleja una exposición frecuente y potencialmente riesgosa al uso de redes sociales.

Tabla 03: Niveles de ansiedad en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025.

Indicador	Número de estudiantes	Porcentaje (%)
Severo	32	19
Moderado	91	55
Bajo	42	25
TOTAL	165	100

Fuente: Elaboración propia a partir de los datos recolectados en la investigación.

En la tabla 03 se puede apreciar que, del total de estudiantes (165), que representan el 100% de encuestados respecto a la variable ansiedad, los resultados evidencian que el 19% (32) presentó un nivel de ansiedad severa, mientras que la mayoría, equivalente al 55% (91), alcanzó un nivel moderado. Asimismo, el 25% (42) mostró un nivel bajo de ansiedad. Estos hallazgos revelan que más de la mitad de los estudiantes experimenta síntomas ansiosos de intensidad moderada, y que un porcentaje considerable presentó niveles severos, lo cual constituye un indicador relevante de riesgo emocional, ya que permite comprender la magnitud del problema y su posible vinculación con Los grados de dependencia hacia las redes sociales identificados en el grupo de personas evaluadas.

Tabla 04: Relación entre la adicción a las redes sociales con la dimensión ansiedad cognitiva en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025.

ADICCIÓN A REDES SOCIALES	DIMENSIÓN ANSIEDAD COGNITIVA						Total	
	Bajo		Moderado		Severo			
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Alto	2	1	7	4	4	2	13	8
Medio	12	7	31	19	37	22	80	48
Bajo	22	13	22	13	28	17	72	44
Total	36	22	60	36	69	42	165	100

Fuente: Elaboración propia de la base de datos recopilada y aplicada a estudiantes de la muestra.

Rho Sperman: 0.096 P: 0.219

Correlaciones				
Rho de Spearman	Adicción a redes sociales	Coeficiente de correlación	1,000	,096
		Sig. (bilateral)	.	,219
	Ansiedad cognitiva	N	165	165
		Coeficiente de correlación	,096	1,000
		Sig. (bilateral)	,219	.
		N	165	165

En la tabla 04 se puede apreciar que, del total de 165 estudiantes encuestados (100%), se identifica que dentro del 8 % (13) de estudiantes con alta adicción, predomina la ansiedad cognitiva moderada 4 % (7) y severa 2 % (4), mientras que solo el 1 % (2) presenta ansiedad cognitiva baja. Este comportamiento sugiere que los estudiantes con mayor adicción tienden a manifestar niveles más elevados de ansiedad cognitiva. Asimismo, en el grupo de estudiantes con adicción media, que representa el 48 % (80) de la muestra, se concentra el mayor porcentaje de ansiedad cognitiva severa 22 % (37) y moderada 19 % (31), lo que evidencia una asociación directa entre la adicción media a las redes sociales y la presencia de ansiedad cognitiva elevada. Por otro lado, entre los alumnos que presentaron un nivel bajo de adicción a las redes sociales, se encontró

que el 44 % (72) formaba parte de este grupo, se observa que el 17 % (28) presenta ansiedad cognitiva severa, mientras que el 13 % (22) se ubica tanto en ansiedad cognitiva moderada como baja. Aunque este grupo presenta menor nivel de adicción, persisten niveles relevantes de ansiedad cognitiva, lo que indica la posible intervención de otros factores asociados.

Aplicando la prueba estadística, el P valor calculado es de 0.219, que es mayor a 0.05 ($0.219 > 0.05$), por lo que se rechaza la hipótesis alterna y se acepta la hipótesis nula: No existe una relación significativa la variable y dimensión. El coeficiente Rho Sperman es de 0.096 lo cual indica que no se encontró evidencia que permita afirmar que los que el grado de dependencia hacia las redes sociales guarda relación con la ansiedad cognitiva presente en los estudiantes evaluados.

Tabla 05: Relación entre la adicción a las redes sociales con la dimensión preocupaciones sociales/concentración en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025.

ADICCIÓN A REDES SOCIALES	DIMENSIÓN PREOCCUPACIONES SOCIALES/CONCENTRACIÓN						Total	
	Bajo		Moderado		Severo			
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Alto	3	2	3	2	7	4	13	8
Medio	18	11	35	21	27	16	80	48
Bajo	29	18	26	16	17	10	72	44
Total	50	30	64	39	51	31	165	100

Fuente: Elaboración propia de la base de datos recopilada y aplicada a estudiantes de la muestra.

Rho Sperman: 0.257 P: 0.001

Correlaciones				
Rho de Spearman	Adicción a redes sociales	Coefficiente de correlación	1,000	,257**
		Sig. (bilateral)	.	,001
	Preocupaciones sociales/concentración	N	165	165
		Coefficiente de correlación	,257**	1,000
		Sig. (bilateral)	,001	.
		N	165	165

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

En la tabla 05 se observa que del 100% (165), de estudiantes encuestados, se evidencia alto nivel de adicción, donde predomina la preocupación social/concentración severa con 4% (7), seguida de los niveles bajo y moderado con 2% (3) cada uno. Este patrón sugiere que los estudiantes con mayor adicción tienden a presentar mayores dificultades de concentración y preocupaciones sociales. En aquellos estudiantes que presentan un nivel moderado de adicción a las redes sociales, que representan el 48% (80) de la muestra, se observa que el 21% (35) presenta un nivel moderado de preocupaciones sociales/concentración y el 16% (27) un nivel severo, mientras que el 11% (18) se ubica en un nivel bajo. Estos resultados indican una mayor concentración de niveles moderados y severos de esta dimensión en estudiantes con adicción media. Por otro lado, en los estudiantes con bajo nivel de adicción a las redes sociales 44% (72), se identifica que el

18% (29) presenta un nivel bajo de preocupaciones sociales/concentración, seguido del 16 % (26) en nivel moderado y el 10 % (17) en nivel severo. Esta distribución evidencia que, a menor nivel de adicción, tienden a presentarse menores niveles de dificultades en esta dimensión. En conjunto, la distribución de los porcentajes permite inferir una tendencia correlacional directa, en la cual a medida que Incrementa el grado de dependencia hacia las redes sociales, se incrementan los niveles moderados y severos de preocupaciones sociales y dificultades de concentración en los estudiantes evaluados.

Aplicando la prueba estadística, el P valor calculado es de 0.001, que es menor a 0.01 ($0.001 < 0.01$), por lo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna: Existe una relación altamente significativa entre la variable y la dimensión en estudiantes de la Institución educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025. El coeficiente Rho Sperman es de 0.257 lo que indica una relación positiva, En otras palabras, conforme se incrementa la adicción a las redes sociales, también suelen aumentar las preocupaciones en el ámbito social y los problemas para mantener la concentración.

Tabla 06: Relación entre la adicción a las redes sociales con la dimensión ansiedad fisiológica en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025.

ADICCIÓN A REDES SOCIALES	DIMENSIÓN ANSIEDAD FISIOLÓGICA						Total	
	Bajo		Moderado		Severo			
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Alto	4	2	4	2	5	3	13	8
Medio	21	13	36	22	23	14	80	48
Bajo	33	20	25	15	14	8	72	44
Total	58	35	65	39	42	25	165	100

Fuente: Elaboración propia de la base de datos recopilada y aplicada a estudiantes de la muestra.

Rho Sperman: 0.201 P: 0.010

Correlaciones				
Rho de Spearman	Adicción a redes sociales	Coeficiente de correlación	1,000	,201**
		Sig. (bilateral)	.	,010
	Ansiedad fisiológica	N	165	165
		Coeficiente de correlación	,201**	1,000
		Sig. (bilateral)	,010	.
		N	165	165

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

En la tabla 06 se observa que, del 100 % (165) de estudiantes encuestados, los niveles moderados 39% (65) y severo 25% (42) de ansiedad fisiológica predominan en la población estudiada. En los estudiantes con alto nivel de uso excesivo y dependiente de las redes sociales, destaca la ansiedad fisiológica severa 3 % (5), mientras que en aquellos con nivel medio de adicción 48% (80) se concentran principalmente los niveles moderados 22 % (36) y severo 14% (23). Por el contrario, los estudiantes con bajo nivel de adicción 44% (72) presentan mayormente ansiedad fisiológica baja 20% (33). En conjunto, estos resultados evidencian una tendencia correlacional directa, donde a mayor nivel de adicción a las redes sociales, mayores niveles de ansiedad fisiológica en los estudiantes.

Aplicando la prueba estadística Rho de Spearman, se obtuvo un valor $p = 0.010$, el cual

es menor que el nivel de significancia establecido de 0.05 ($p = 0.010 < 0.05$). Por ello, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, concluyéndose que existe una relación estadísticamente significativa entre la adicción a las redes sociales y la dimensión ansiedad fisiológica. Asimismo, el coeficiente Rho de Spearman ($Rho = 0.201$) evidencia una correlación positiva de intensidad débil entre ambas variables.

Tabla 07: Relación entre la adicción a las redes sociales con la dimensión deseabilidad social en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025.

ADICCIÓN A REDES SOCIALES		DIMENSIÓN DESEABILIDAD SOCIAL						Total	
		Bajo		Moderado		Severo			
		Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Alto		6	4	6	4	1	1	13	8
Medio		32	19	37	22	11	7	80	48
Bajo		32	19	22	13	18	11	72	44
Total		70	42	65	39	30	18	165	100

Fuente: Elaboración propia de la base de datos recopilada y aplicada a estudiantes de la muestra.

Rho Sperman: 0.096 P: 0.220

Correlaciones				
Rho de Spearman	Adicción a redes sociales	Coefficiente de correlación	1,000	,096
		Sig. (bilateral)	.	,220
		N	165	165
	Deseabilidad social	Coefficiente de correlación	,096	1,000
		Sig. (bilateral)	,220	.
		N	165	165

En la tabla 07 se puede apreciar que, del 100 % (165) de estudiantes encuestados, relacionados con la deseabilidad social, se observó que, entre los estudiantes con alta adicción a redes sociales, la mayoría presentó niveles bajos y moderados de deseabilidad social, con un 4% (6) en cada categoría, mientras que solo un 1% (1) presentó deseabilidad social severa. Entre los estudiantes con adicción media predominó la deseabilidad social moderada (22%, 37) y baja (19%, 32), mientras que un 7% (11) presentó deseabilidad social severa, indicando que la conexión a redes no siempre se traducía en interacciones sociales positivas. Finalmente, en el grupo que presenta un bajo nivel de dependencia a las redes sociales, se registraron 19% (32) con

deseabilidad social baja, 13% (22) moderada y 11% (18) severa, lo que sugirió que los estudiantes con menor adicción podían enfrentar mayores dificultades en su integración social. En conjunto, estos resultados evidenciaron que los niveles de adicción a las redes sociales se relacionaban de manera diferenciada con la deseabilidad social, mostrando patrones más complejos en los niveles medio y bajo de adicción.

Aplicando la prueba estadística Rho de Spearman, se obtuvo un valor de $p = 0.220$, el cual es mayor que el nivel de significancia establecido de 0.05 ($p = 0.220 > 0.05$). Por ello, no se rechaza la hipótesis nula, concluyéndose que no existe una relación estadísticamente significativa entre la adicción a las redes sociales y la dimensión deseabilidad social en los estudiantes. Asimismo, el coeficiente Rho de Spearman obtenido ($Rho = 0.096$) refleja una correlación positiva de muy baja magnitud, prácticamente nula, entre ambas variables.

CAPITULO IV

DISCUSIÓN DE RESULTADOS

En la etapa de la adolescencia escolar, la adicción a las redes sociales y la ansiedad desempeñan un papel importante en la vida de los estudiantes; muchas de las experiencias académicas, personales y sociales que se viven en esta etapa están estrechamente vinculadas al uso constante de plataformas digitales y a la forma en que los escolares gestionan sus emociones frente a diversas situaciones. En este contexto, El uso excesivo de las redes sociales puede tener una influencia significativa en los niveles de ansiedad, afectando su bienestar y rendimiento. Por ello, resulta necesario contrastar los hallazgos con estudios previos y marcos teóricos que permitan comprender mejor los resultados en los estudiantes.

El propósito principal de este estudio fue analizar la relación existente entre la adicción a las redes sociales y los niveles de ansiedad en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa G.U.E. Mariscal Cáceres. En relación con ello, los resultados de la Tabla 1 evidenciaron que el 8% (13) presentó alta adicción; en este grupo predominó la ansiedad moderada con 4% (6), seguida de ansiedad severa con 2% (4) y ansiedad baja con 2% (3). En los estudiantes con adicción media, que representaron el 48% (80), la ansiedad moderada fue la más frecuente con 32% (52), seguida de ansiedad severa con 9% (14) y ansiedad baja con 8% (14). Asimismo, entre quienes presentaron baja adicción, equivalente al 44% (72), se observó mayor presencia de ansiedad moderada con 20% (33), seguida de ansiedad baja con 15% (25) y ansiedad severa con 9% (14).

Al realizar la contrastación de hipótesis, se encontró una relación positiva, aunque de baja intensidad, entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad ($Rho = 0.189$), la cual resultó estadísticamente significativa ($p = 0.015$). Esto sugiere que, conforme aumenta el uso problemático de las redes sociales en los estudiantes, también tienden a elevarse sus niveles de ansiedad.

Desde el marco teórico, este hallazgo se sustenta en que la adicción a las redes sociales implica un uso desmedido, pérdida de control y dependencia emocional, lo cual genera consecuencias psicológicas como la ansiedad, tal como señalan diversos autores. Asimismo, la ansiedad se entiende como una respuesta anticipatoria frente a amenazas percibidas, que puede intensificarse ante la sobreexposición a estímulos digitales.

Desde la Teoría del Déficit de Autocuidado de Dorothea Orem, estos resultados pueden interpretarse como una manifestación de dificultades en la autorregulación, donde los estudiantes no logran controlar el tiempo una repercusión significativa a nivel emocional del uso de redes sociales, afectando su bienestar mental. Por otro lado, la Teoría de Adaptación de Callista Roy permite comprender que la ansiedad observada constituye

una respuesta de adaptación ineficaz frente a los estímulos del entorno digital, donde el uso excesivo de las redes sociales se convierte en una fuente de estrés que sobrepasa la capacidad del adolescente para manejar la situación.

Este hallazgo coincide con estudios internacionales como los de Bradley et al. (2024) y Ciacchini et al. (2023), que evidencian una relación positiva entre el uso de redes sociales y la ansiedad, donde esta última puede actuar como causa y consecuencia del uso problemático. Asimismo, se alinea con investigaciones de Portillo et al. (2021) y Lozano et al. (2020), que reportan asociaciones significativas entre ambas variables en jóvenes. En el contexto nacional, los resultados coinciden con lo reportado en investigaciones previas, como aquellas realizadas por los de Aparcana (2024), Coapaza et al. (2023) y Sempertegui (2024), que, pese a diferencias en la magnitud, confirman que, a medida que aumenta la adicción a las redes sociales, también se incrementan los niveles de ansiedad. De igual manera, coinciden parcialmente con Urure (2024), evidenciando que esta relación se mantiene en distintas etapas educativas. Finalmente, antecedentes como el de Zuta (2023) resaltan la influencia de factores contextuales, lo cual también se observa en los estudiantes evaluados.

Desde nuestra perspectiva como investigadoras, los resultados evidencian que, aunque la relación entre ambas variables es débil, su significancia estadística confirma la existencia de un vínculo en los adolescentes. Asimismo, la consistencia con estudios previos respalda que, pese a variar en magnitud, la relación mantiene una misma dirección: a mayor adicción, mayor ansiedad.

Al respecto del primer objetivo específico, identificar el nivel de adicción a las redes sociales en estudiantes del quinto grado de secundaria, Los datos encontrados evidencian que el 8% (13) de los participantes mostró un grado elevado de adicción, mientras que la mayoría, correspondiente al 48% (80), alcanzó un nivel moderado. Asimismo, el 44% (72) evidenció un nivel bajo de adicción. Estos hallazgos indican que, si bien un grupo reducido presenta una adicción elevada, casi la mitad de los estudiantes presenta un nivel moderado, lo cual refleja una exposición frecuente y potencialmente riesgosa al uso de redes sociales.

Este comportamiento coincide con estudios internacionales como los de Ciacchini et al. (2023) y Portillo et al. (2021), que evidencian una tendencia al uso compulsivo de redes sociales en adolescentes. A nivel nacional y local, investigaciones como las de Sempertegui (2020) y Zuta (2023) también reportan un uso problemático asociado a factores como el entorno familiar y la disponibilidad de dispositivos. En conjunto, estos hallazgos muestran que los niveles observados responden a una tendencia presente en

diversos contextos socioculturales.

Desde nuestra valoración como investigadoras, los resultados evidencian una tendencia preocupante en relación con el grado de dependencia hacia las redes sociales en los adolescentes. Aunque solo el 8% presenta adicción alta, el 48% se sitúa en un nivel intermedio, lo cual sugiere que una exposición frecuente que podría afectar su bienestar. Asimismo, la coincidencia con estudios previos confirma que se trata de una problemática creciente influida por factores diversos. Por ello, se resalta la necesidad de implementar estrategias preventivas que promuevan un uso responsable y fortalezcan el acompañamiento socioemocional en los estudiantes.

En relación al segundo objetivo específico, identificar el nivel de ansiedad en estudiantes del quinto grado de secundaria. Los resultados evidencian que el 19% (32) presentó un nivel de ansiedad severa, mientras que la mayoría, equivalente al 55% (91), alcanzó un nivel moderado. Asimismo, el 25% (42) mostró un nivel bajo de ansiedad. Estos hallazgos revelan que más de la mitad de los estudiantes experimenta síntomas ansiosos de intensidad moderada, y que un porcentaje considerable presentó niveles severos, lo cual constituye un indicador relevante de riesgo emocional, ya que permite comprender la magnitud del problema y su posible vinculación en relación con los niveles de uso adictivo de las redes sociales identificados en la población analizada. Esta distribución coincide con estudios internacionales como los de Bradley et al. (2024) y Lozano et al. (2020), que señalan a la ansiedad como un problema frecuente en adolescentes, especialmente en contextos de alta exposición digital. A nivel nacional y local, investigaciones como las de Requena (2022) y Navarro y Vílchez (2023) reportan niveles similares, asociados a factores académicos, sociales y digitales. En conjunto, estos hallazgos confirman que la ansiedad es una problemática relevante en la población estudiantil.

Desde nuestra perspectiva como investigadoras, los resultados evidencian que la ansiedad es un problema relevante en los estudiantes, ya que predomina el nivel moderado y existe un porcentaje significativo en nivel severo. Esto sugiere la influencia de diversos factores, como el uso de plataformas virtuales, la presión académica y la dinámica social adolescente. Asimismo, la concordancia con estudios previos refuerza la validez de los hallazgos. Por ello, se destaca la necesidad de implementar estrategias de prevención que promuevan la salud emocional, el manejo del estrés y el uso responsable de las tecnologías.

En referencia al tercer objetivo específico, determinar la relación entre la adicción a las

redes sociales con la dimensión ansiedad cognitiva en estudiantes. Los resultados evidenciaron que no existe una relación significativa entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad cognitiva ($p = 0.219 > 0.05$). En consecuencia, se descartó la hipótesis alternativa específica y se aceptó la hipótesis nula (H_0), la cual señala que no se evidencia una relación significativa entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad cognitiva.

Desde el marco teórico, las redes sociales se configuran como entornos en los que predomina la interacción social, la comparación constante y la búsqueda de aceptación. Estas características pueden generar en los adolescentes una mayor preocupación por la opinión de los demás, así como dificultades en la concentración debido a la sobreestimulación digital. Además, el uso continuo de notificaciones y contenidos breves afecta la atención sostenida, interfiriendo en el rendimiento académico.

Desde la Teoría de Orem, estos hallazgos reflejan un déficit de autocuidado en la regulación del tiempo, la atención y el control de estímulos, evidenciando dificultades para mantener hábitos saludables de estudio y uso equilibrado de la tecnología. Desde la Teoría de Roy, este resultado se interpreta como una respuesta de adaptación ineficaz en el modo psicosocial, donde el estudiante no logra afrontar adecuadamente la presión social digital, generando inseguridad, comparación social y dificultades en la concentración.

Esto coincide con los hallazgos de Dan (China, 2020), quien reportó que el uso excesivo de internet incrementa pensamientos negativos anticipatorios, preocupación constante y dificultad para controlar ideas intrusivas. Ciacchini et al. (Italia, 2023) también señalaron que los adolescentes que presentan mayor dependencia a redes tienden a experimentar rumiación, inseguridad y autocrítica elevada.

A nivel nacional, Coapaza y Salcedo (Perú, 2024) encontraron Se identificó una relación significativa entre el uso problemático de las redes sociales y la aparición de pensamientos ansiosos que se repiten con frecuencia. Localmente, La Rosa (Ayacucho, 2021) reportó que los estudiantes con mayor uso de redes muestran más síntomas de ansiedad cognitiva, especialmente relacionados con anticipación de fracaso y preocupación constante. En consecuencia, los hallazgos de este estudio coinciden de manera clara con lo reportado en la literatura previa. Como investigadoras, encontramos que No se evidencia una relación definida entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad cognitiva en los estudiantes. No obstante, se observa una ligera tendencia que indica que el uso excesivo de estas plataformas podría asociarse, en algunos casos, con la presencia de pensamientos ansiosos. Esto indica que esta relación es compleja y puede depender de factores personales y emocionales, como la inseguridad o la

preocupación. Por ello, es importante seguir investigando más a fondo y promover estrategias que ayuden a manejar mejor las emociones y pensamientos respecto al uso de las redes sociales.

En cuanto al cuarto objetivo específico se buscó analizar la relación entre la adicción a las redes sociales y la dimensión de preocupaciones sociales/concentración en estudiantes del quinto grado de secundaria. Los resultados evidenciaron una correlación positiva y estadísticamente significativa ($Rho = 0.257$; $p = 0.001 < 0.01$), lo que permitió aceptar la hipótesis específica planteada. Existe una relación significativa entre la adicción a redes sociales y la dimensión preocupaciones sociales/concentración lo que indica que, aunque la relación es moderada baja, a mayor adicción a las redes sociales, mayores son las preocupaciones sociales y las dificultades de concentración.

Desde el marco teórico, la ansiedad fisiológica se explica como la activación del sistema nervioso autónomo ante estímulos percibidos como amenazantes, generando síntomas como taquicardia, sudoración, tensión muscular y dificultad para respirar. En este contexto, el uso intensivo de las redes sociales puede convertirse en un estímulo permanente que mantiene al organismo en un estado continuo de alerta, debido a la constante exposición a información, la interacción social y la presión que se genera en el entorno digital. Desde la Teoría de Orem, este hallazgo evidencia un déficit en el autocuidado físico y emocional, ya que los estudiantes no logran regular adecuadamente las respuestas de estrés derivadas del uso de redes sociales. Desde la Teoría de Roy, estos resultados se interpretan dentro del modo fisiológico de adaptación, donde el organismo responde de manera ineficaz ante estímulos del entorno digital, generando alteraciones en el equilibrio corporal.

Todo lo anterior guarda relación con lo planteado por Bradley et al. (2024), aquellos que indican que el uso inadecuado y prolongado de las redes sociales afecta la atención sostenida y genera dependencia de la aprobación social. Portillo et al. (México, 2021) también señalaron que los estudiantes con uso intensivo de redes reportan mayores dificultades para concentrarse y sienten mayor presión por la comparación social. En Perú, Sempertegui (2020) destacó que los estudiantes con conductas adictivas presentan menor rendimiento académico debido a problemas de concentración. A nivel local, Navarro y Vílchez (2023) se identificó una asociación significativa entre la adicción y la aparición de preocupaciones en el ámbito social vinculadas a la interacción virtual. En consecuencia, la relación identificada en el presente estudio se encuentra ampliamente respaldada por antecedentes regionales e internacionales.

Desde nuestra óptica de investigadoras, consideramos que los resultados obtenidos con respecto a ello, el uso desmedido de las redes sociales influye negativamente en los

estudiantes. Aunque la relación no es muy fuerte, se comprobó que quienes usan mucho las redes tienen más dificultad para concentrarse y se preocupan más por la opinión de los demás. Esto sugiere que no se trata únicamente de una forma de entretenimiento, sino de un factor que puede influir tanto en el desempeño académico como en el bienestar emocional. En ese sentido, resulta fundamental fomentar un uso responsable y equilibrado de las redes sociales, así como orientar a los estudiantes para que aprendan a gestionar su atención y afrontar adecuadamente la presión social.

En torno al quinto objetivo específico determinar la relación entre la adicción a las redes sociales con la dimensión ansiedad fisiológica en estudiantes del quinto grado de secundaria. Los resultados obtenidos mediante la correlación de Rho de Spearman muestran que Se encontró una relación positiva y estadísticamente significativa entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad fisiológica en los estudiantes, lo que indica que, a medida que aumenta el uso problemático de estas plataformas, también tienden a incrementarse las manifestaciones físicas de ansiedad. El coeficiente obtenido ($\rho = 0.201$) indicó una asociación débil, pero el valor $p = 0.010$ confirmó que esta relación es estadísticamente significativa, aceptándose la hipótesis específica: Existe una relación significativa entre la adicción a redes sociales y la ansiedad fisiológica por lo que se concluye que mayores niveles de adicción a las redes sociales se vinculan con un aumento de las manifestaciones físicas asociadas a la ansiedad.

Desde el marco teórico, la deseabilidad social está relacionada con la necesidad de aceptación y la construcción de una imagen favorable ante los demás. Sin embargo, los resultados sugieren que la adicción a redes sociales no necesariamente modifica este aspecto, lo que indica que los estudiantes pueden mantener una percepción estable de su imagen social independientemente de su nivel de uso de redes.

Desde la Teoría de Orem, esto implica que el autocuidado en la dimensión social podría estar conservado, es decir, los estudiantes mantienen cierto control sobre su comportamiento social. Desde la Teoría de Roy, este resultado puede interpretarse como una adaptación social funcional, donde, aun cuando hacen un uso excesivo de las redes sociales, los adolescentes consiguen adaptarse a las normas sociales sin que su percepción de sí mismos se vea afectada de manera importante.

Este hallazgo es congruente con la revisión de Bradley et al. (2024), Quienes señalan que el uso excesivo de plataformas digitales puede desencadenar respuestas fisiológicas de estrés. De igual manera, Dan (China, 2020) encontró que la adicción tecnológica intensifica respuestas fisiológicas asociadas a la ansiedad, especialmente en adolescentes. Estudios nacionales como el de Requena (2022) también reportan que la ansiedad fisiológica es una de las dimensiones más afectadas

cuando existe un uso compulsivo de redes. Localmente, La Rosa (2021) identificó resultados similares, confirmando que los estudiantes con adicción tecnológica suelen presentar mayor reactividad fisiológica. Estos antecedentes respaldan directamente los resultados obtenidos.

Desde nuestra perspectiva como investigadoras, consideramos que los resultados obtenidos del quinto objetivo específico aportan evidencia concreta en cuanto al vínculo entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad fisiológica en los adolescentes. Aunque esta relación es débil, sí es significativa lo cual sugiere que un uso desmedido de las redes sociales puede aumentar síntomas como palpitaciones, sudoración o tensión muscular. Esto demuestra que no solo afecta lo emocional, sino también el cuerpo. Además, estos hallazgos coinciden con otros estudios, por lo que se recomienda fomentar un uso responsable y moderado de las redes sociales, junto con la aplicación de diversas estrategias para manejar el estrés en los estudiantes.

Finalmente, en relación con el sexto objetivo específico, orientado a establecer el vínculo entre la adicción a las redes sociales y la dimensión de deseabilidad social en estudiantes del quinto grado de secundaria; los resultados obtenidos a través del coeficiente Rho de Spearman evidenciaron que no existe una relación estadísticamente significativa entre ambas variables ($p = 0.220$). En consecuencia, se rechazó la hipótesis específica que planteaba la existencia de una relación significativa entre la variable y la dimensión. Desde el marco teórico, la deseabilidad social está relacionada con la necesidad de aprobación y construcción de imagen; sin embargo, estos resultados indican que la adicción a redes sociales no necesariamente implica una modificación en la autopresentación social.

Teniendo en cuenta la teoría de Orem, esto sugiere que el déficit de autocuidado no impacta directamente en la imagen social percibida. Mientras que la teoría por Roy, puede interpretarse como una adaptación social aparentemente funcional, aunque existan alteraciones en otras dimensiones (emocional o fisiológica).

En nuestra valoración como investigadoras, consideramos que los resultados obtenidos en relación con la adicción a las redes sociales y la dimensión de deseabilidad social evidencian que, en esta muestra, dichas variables no presentan una relación significativa. Esto sugiere que, aunque los estudiantes puedan manifestar conductas adictivas hacia las redes sociales, esto no necesariamente se traduce en cambios o sesgos en la forma en que buscan proyectar una imagen social favorable. Desde una perspectiva investigativa, este hallazgo es relevante porque indica que la adicción a las redes no siempre impacta la autopresentación o la aceptación social, lo que permite

diferenciar los efectos emocionales de los efectos sociales percibidos, subrayando la necesidad de analizar estos fenómenos de manera independiente en la adolescencia.

CONCLUSIONES

- Se determinó que sí existe una relación significativa entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la I.E. G.U.E. Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025, la correlación encontrada fue positiva y débil ($Rho = 0.189$; $p = 0.015$), lo que significa que, aunque la relación no es fuerte, a mayor nivel de adicción, mayores niveles de ansiedad tienden a presentarse.
- Se evidenció que la mayoría de estudiantes presenta niveles moderados (48%) y bajos (44%) de adicción, mientras que solo un 8% alcanza niveles altos. Esto indica que el uso de redes sociales está muy presente en la vida cotidiana de los

estudiantes, pero no siempre en niveles extremos.

- Se encontró que el 55% de los estudiantes presenta ansiedad moderada, un 19% ansiedad severa y un 25% ansiedad baja, lo que refleja que la ansiedad es un problema latente y relevante en el grupo estudiado.
- No se halló una relación significativa entre la adicción a redes sociales y la dimensión ansiedad cognitiva ($Rho = 0.096$; $p = 0.219$), por lo que esta dimensión no se ve influida directamente por el nivel de adicción.
- Se confirmó una relación positiva y significativa entre la adicción a las redes sociales y la dimensión preocupaciones sociales/concentración ($Rho = 0.257$; $p < 0.05$), lo que indica que, a mayor uso de redes, mayores dificultades para concentrarse y mayor preocupación por la evaluación social.
- Se evidenció una relación positiva y significativa entre la adicción a redes sociales y la ansiedad fisiológica ($Rho = 0.201$; $p = 0.010$), demostrando que el uso excesivo puede generar respuestas corporales de estrés como palpitaciones, tensión o malestar físico.
- No se encontró relación significativa entre adicción a redes sociales y la deseabilidad social ($Rho = 0.096$; $p = 0.220$). Esto significa que el deseo de agradar o ser aceptado socialmente no se relaciona con los niveles de adicción en este grupo.

RECOMENDACIONES

- Al director de la I.E. G.U.E. Mariscal Cáceres, implementar programas educativos y campañas de sensibilización que fomenten un uso adecuado y consciente de las redes sociales y fortalezcan el bienestar emocional de los estudiantes, con el fin de prevenir el incremento de conductas adictivas y síntomas ansiosos.
- A los docentes de la I.E. G.U.E. Mariscal Cáceres, fomentar un ambiente de aula que propicie el diálogo abierto acerca de los efectos negativos que puede generar el uso excesivo de las redes sociales y que permita identificar y apoyar oportunamente a estudiantes que presenten dificultades de concentración, preocupación social o signos de ansiedad asociados al uso digital.
- Al jefe del Centro de Salud Mental Comunitario o servicios de apoyo psicológico vinculados a la institución, desarrollar programas de intervención preventiva dirigidos a adolescentes, que incluyan asesoría individual, grupal y familiar sobre el manejo emocional, la regulación del uso de redes sociales y estrategias para disminuir la ansiedad; además de realizar talleres formativos para estudiantes, docentes y padres sobre autocuidado digital y salud mental.
- A los profesionales de enfermería, incorporar en la valoración integral del adolescente la evaluación del uso de redes sociales y los síntomas de ansiedad, brindando orientación, consejería y estrategias de afrontamiento que promuevan un uso equilibrado de la tecnología y la reducción de conductas de riesgo asociadas a la adicción digital.

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

1. Organización Mundial de la Salud. Adicciones a redes sociales [Internet]. Ginebra: OMS; 2023 [citado 2025 abril 21]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/malnutrition>
2. Rockville, P. Administración de Salud Mental y Abuso de Sustancias [Internet]. Usa GobEspañol. 2021 [citado el 6 de 2025]. Disponible en: <https://www.usa.gov/es/agencias/administracion-de-salud-mental-y-abuso-de-sustancias>
3. Sri Kolar A. La seguridad de la infancia y la juventud en la red [Internet]. Organización de Naciones Unidas. 2022 [citado el 6 de primavera de 2025]. Disponible en: <https://www.un.org/es/global-issues/child-and-youth-safety-online>
4. Escobar R. Uno de cada tres adolescentes sufrirá adicción a las redes sociales [Internet]. Infobae. 2024 [citado el 6 de diciembre de 2025]. Disponible en: <https://www.infobae.com/tecno/2024/05/02/uno-de-cada-tres-adolescentes-sufrira-adiccion-a-las-redes-sociales/>
5. Quezada S. Ansiedad y depresión representa la mitad de los problemas de salud mental en niños, niñas y adolescentes de América Latina y el Caribe [Internet]. Ciencia y salud. 2021 [citado el 6 de primavera de 2025]. Disponible en: <https://cienciaysalud.cl/2021/10/08/informe-unicef-ansiedad-y-depresion-representa-la-mitad-de-los-problemas-de-salud-mental-en-ninos-ninas-y-adolescentes-de-america-latina-y-el-caribe/>
6. Arrieta M. Problemas de salud mental en adolescentes [Internet]. Real academia nacional de medicina de España. 2022 [citado el 6 de primavera de 2025]. Disponible en: <https://ranm.es/area-de-prensa/5077-el-20-de-los-adolescentes-espanoles-cumplira-con-los-requisitos-diagnosticos-para-tener%20-un-trastorno-mental.html?>
7. Cano y Jorge Flores C. Impacto del aumento del uso de Internet y las redes sociales en la salud mental de jóvenes y adolescentes [Internet]. 2a ed. P. de la castellana N° 162: Ontsi; 2021. Disponible en: <https://www.ontsi.es/sites/ontsi/files/202310/policybriefredesocialesaludmentaljovenesyadolescentes.pdf>
8. Vargas, S. et al. Hábitos de acceso y adicción a redes sociales virtuales en estudiantes de secundaria de Unidades Educativas de Sucre [Internet]. [Provincia los Andes, Pucarani, Av. Abaroa s/n]: Universidad católica Boliviana San

- Pablo;2021. Disponible en: <https://conr-bo.com/index.php/conr/article/view/19>
9. Waldo S. Crisis juvenil en Chile escolares viviendo con ansiedad por el futuro [Internet]. Revista académica Frontiers in Education. 2025 [citado el 7 de 2025]. Disponible en: <https://laprensaaustral.cl/2025/07/14/crisis-juvenil-en-chile-un-63-de-los-escolares-vive-con-ansiedad-por-el-futuro/>
 10. Guardamino S. Prevalencia de trastornos mentales en población peruana [Internet]. Ministerio de Salud. 2023 [citado el 6 de diciembre de 2025]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/696706-salud-mental-como-detectar-y-superar-la-ansiedad>
 11. Oqueli G. y Li, V. Frecuencia de síntomas de ansiedad y depresión en adolescentes de tres instituciones educativas de Lima, Perú durante el año 2022 luego de la pandemia de COVID-19 [Internet]. [Av. Honorio Delgado 430, Urb. Ingeniería, SMP Lima - Perú.]: Universidad Peruana Cayetano Heredia; 2024. Disponible en: <https://repositorio.upch.edu.pe/handle/20.500.12866/15050?>
 12. Moreno P. Adicción a las redes sociales y ansiedad en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana, 2021 [Internet]. [Panamericana Sur Km. 16.3, Villa EL Salvador]: Universidad Autónoma del Perú; 2021. Disponible en: <https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/1949/Moren20Primo%2C%20Geraldine%20Sofia.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
 13. Mendoza T. Redes sociales con mayor número de usuarios en Perú en 2025 [Internet]. Statista. 2025 [citado el 6 de invierno de 2025]. Disponible en: <https://es.statista.com/estadisticas/1413665/redes-sociales-con-mas-usuarios-en-peru/>
 14. Gaspar H. Datos estadísticos manejo de redes sociales [Internet]. Instituto nacional de Estadística e Informática. 2022 [citado el 2 de 2025]. Disponible en: <https://m.inei.gob.pe/prensa/noticias/el-724-de-la-poblacion-de-6-a-17-anos-de-edad-accedio-a-internet-13723/>
 15. García T. Ayacucho: Es salud atendió más de 9 mil casos de problemas de salud mental en lo que va del año [Internet]. Salud. 2023 [citado el 6 de 2025]. Disponible en: <https://panamericana.pe/salud/393131-ayacucho-essalud-atendio-9-mil-casos-problemas-salud-mental-ano>
 16. Félix Q. Ansiedad y bienestar psicológico en adolescentes de una institución educativa pública, Ayacucho, 2023 [Internet]. [Jirón Tumbes 247, Chimbote 02804]: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2025. Disponible en:

<https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/39607>

17. ESR. Salud Mental. Sala situacional salud mental [Internet]. Diresa Ayacucho. 2025 [citado el 6 de mayo de 2025]. Disponible en: [https://www.saludayacucho.gob.pe/index.php/2025/01/24/durante-el-2024-35 mil-920-adolescentes-de-la-region-ayacucho-recibieron-atencion-integral-en salud/](https://www.saludayacucho.gob.pe/index.php/2025/01/24/durante-el-2024-35-mil-920-adolescentes-de-la-region-ayacucho-recibieron-atencion-integral-en-salud/)
18. Tenorio A. Adicción en redes sociales en adolescentes del 5to de secundaria de una Institución Educativa de Ayacucho-2022 [Internet]. Repositorio Universidad San Juan Bautista. 2024 [citado el 30 de julio de 2025]. Disponible en: <https://repositorio.upsjb.edu.pe/item/c9463ad8-e25d-436a-8825-34cfbed5d9d9>
19. Bradley et al. Asociaciones entre el uso de las redes sociales y la ansiedad en adolescentes: un estudio de revisión sistemática. Elsevier. [Internet] 2025 [citado 2025 agosto 30]; 11. Disponible en: <https://www.jahonline.org/action/showPdf?pii=S1054-139X%2824%2900433-6>
20. Ciacchini, et al. Redes sociales en adolescentes: un estudio correlacional retrospectivo sobre la adicción. NLM. 2023. [citado 2025 agosto 30]; 10(2):278. Disponible en: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9954802/>
21. Portillo R. Relación del uso de redes sociales con la autoestima y la ansiedad en estudiantes universitarios [Internet]. [Av. Plutarco Elías Calles N° 1210]: Universidad Autónoma de Ciudad Juárez; 2021. Disponible en: <https://cathi.uacj.mx/handle/20.500.11961/19171?show=full>
22. Lozano, et al. Uso de Redes Sociales con la Autoestima y la Ansiedad en Estudiantes del Colegio Internacional Meres [Internet]. [Avenida de Séneca, 2, Ciudad Universitaria, 28040 Madrid, España]: Universidad de Málaga; 2025. Disponible en: [file:///C:/Users/USUARIO/Downloads/9171-48756-1-PB%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/USUARIO/Downloads/9171-48756-1-PB%20(1).pdf)
23. Dan X. Adicción a internet y ansiedad en adolescentes de Macao China Continental [Internet]. [Avenida Wai Long, Taipa, Macao, China.]: Universidad de Ciencia y Tecnología de Macao; 2020. Disponible en: <https://www.nature.com/articles/s41598-020-73023-1>
24. Aparcana, D. Adicción a redes sociales y ansiedad en estudiantes de una institución educativa de Pucallpa, 2024 [Internet]. [Au. Panamericana N Km. 555, Moche 13600]: Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI; 2025. Disponible en: [https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCTB_a54a51d0f65795a439e32859 d7e861cf](https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCTB_a54a51d0f65795a439e32859d7e861cf)
25. Sempertegui D. Adicción a las redes sociales y ansiedad en estudiantes de

- secundaria de una institución educativa de Jaén [Internet]. [Km. 5 carretera a Pimentel]: UNIVERSIDAD SEÑOR DE SIPÁN; 2024. Disponible en: <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/12489/Sempertegui%20Diaz%2c%20Luis%20Fernando.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
26. Requena M. Adicción a las redes sociales y ansiedad social en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N de Lambayeque, 2024 [Internet]. [Av. Las Calandrias 151, Santa Anita]: Universidad de San Martín de Porres; 2024. Disponible en: <https://repositorio.usmp.edu.pe/handle/20.500.12727/16246>
 27. Urru, F. Adicción a las redes sociales y ansiedad en estudiantes universitarios de primer año de la carrera profesional de psicología [Internet]. [Urb. San José, San José s/n, Yanahuara]: Universidad Católica de Santa María; 2024. Disponible en: <https://repositorio.ucsm.edu.pe/items/55cc9cb4-56be-49ba-bcb6-db011a1c5a7c>
 28. Coapaza, T. et al. Adicción a las redes sociales y ansiedad en estudiantes del VII ciclo de la I. E. Joaquín Capelo - La Merced, 2023 [Internet]. [Av. San Carlos 1980, Huancayo 12001]: Universidad Continental; 2024. Disponible en: https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/14815/1/IV_FHU_5_01_TE_Coapaza_Rocha_Salcedo_2024.pdf
 29. Zuta, P. Clima familiar y adicción a las redes sociales en estudiantes del centro de educación técnico productiva “rosa de américa” - Ayacucho, 2023. [Av. Abelardo Alva Maurtua Nro. 489]: Universidad Autónoma de Ica; 2023. Disponible en: https://repositorio.autonomaica.edu.pe/bitstream/20.500.14441/2690/1/ZUTA%20PE_RALTA%20HEYDI%20DANAE.pdf
 30. Navarro, Q. y Vílchez, C. (2023). Adicción a redes sociales y ansiedad en adolescentes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Ayacucho, 2023. (Tesis de licenciatura de la Universidad Católica de Trujillo) Repositorio Institucional CT. <https://repositorio.uct.edu.pe/server/api/core/bitstreams/7e6440ee-0c76-4960-b39d-abe792124618/content>
 31. La Rosa, R. Adicción a redes sociales y ansiedad estado rasgo en estudiantes de una escuela superior de formación artística pública de Ayacucho [Internet]. [Panamericana Sur Km. 16.3, Villa EL Salvador]: Universidad Autónoma del Perú; 2021. Disponible en: <https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/2021/La%20Rosa%20Roca%2c%20Sarma.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
 32. Llonch E. Qué son las redes sociales [Internet]. Cyberclick. 2025 [citado el 25 de julio de 2025]. Disponible en: <https://www.cyberclick.es/numerical-blog/que-son->

[las-redes-sociales-y-cuales-son-las-mas-importantes](#)

33. Organización mundial de la Salud. Adicción a Redes Sociales [Internet]. Mente a mente.2024 [citado el 16 de julio de 2025]. Disponible en: <https://www.who.int/europe/news/item/25-09-2024-teens--screens-and-mental-health>
34. Vargas, O. et al. (2021). Adicción a la era digital. [Internet]. Gob.pe. [citado el 13 de abril de 2025]. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S23077999202300020002
35. Ecurra, M. y Salas B. Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS) [Internet]. Redalyc.org. 2020 [citado el 12 de julio de 2025]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68631260007>
36. Smith, M. Las redes sociales y la salud mental [Internet]. Helpguide.org. 2022 [citado el 12 de junio de 2025]. Disponible en: <https://www.helpguide.org/es/problemas-de-la-adolescencia/las-redes-sociales-y-la-salud-mental>
37. Arango L et al. Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales [Internet]. 5a ed. Calle Saucedo, 10, 5a Planta, 28050 Madrid, España: Editorial Medica Panamericana; 2019. Disponible en: <https://www.federaciocatalanatdah.org/wpcontent/uploads/2018/12/dsm5-manualdiagnosticoyestadisticodelostrastornosmentales-161006005112.pdf>
38. Flores G. Adicción a las redes sociales y sintomatología [Internet]. Mente a mente.2024 [citado el 16 de julio de 2025] Disponible en: <https://www.discapnet.es/salud/alimentacion-y-nutricion/alimentos-y-tipos-de-alimentos>
39. Gossop E. El reto de las nuevas adicciones: objetivos terapéuticos y vías de intervención [Internet]. Dialnet. 2020 [citado el 2 de julio de 2025]. Disponible en: https://www.behavioralpsycho.com/wpcontent/uploads/2020/04/12.Echeburua_13-30a.pdf
40. Organización Mundial de la Salud. Trastornos de ansiedad [Internet]. OMS. 2023 [citado el 12 de junio de 2025]. Disponible en: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders>
41. SEMI. ¿En qué consiste la ansiedad? [Internet]. Sociedad Española de Medicina Interna. 2021 [citado el 8 de junio de 2025]. Disponible en: <https://www.fesemi.org/informacion-pacientes/conozca-mejor-su-enfermedad/ansiedad#:~:text=La%20ansiedad%20es%20un%20mecanismo,pre>

[cauci%C3%B3n%20en%20situaciones%20especialmente%20peligrosas.](#)

42. Domínguez E. La deseabilidad social revalorada: más que una distorsión, una necesidad de aprobación social [Internet]. Scielo. 2021 [citado el 16 de julio de 2025]. Disponible en:
https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S200748322012000300005
43. Orem DE. Enfermería: conceptos de la práctica. 6.^a ed. St. Louis: Mosby; 2001.
<https://nurseslabs.com/dorothea-orems-self-care-theory/>
44. Roy C. El modelo de adaptación de Roy. 3.^a ed. Upper Saddle River (NJ): Pearson; 2009. <https://www.msmu.edu/learning-and-research-communities/roy-adaptation-association/roy-adaptation-model/>
45. Hernández, S. y Fernández C. Metodología de la Investigación [Internet]. Baptista, C. editor. Nueva York, NY, Estados Unidos de América: McGraw-Hill; 2014. Disponible en:
<https://www.esup.edu.pe/wpcontent/uploads/2020/12/2.%20Hernandez,%20Fernandez%20y%20Baptistametodolog%C3%ADa%20Investigacion%20Cientifica%206ta%20ed.pdf>

ANEXOS

ANEXO 01
MATRIZ DE CONSISTENCIA

“Adicción a las redes sociales y ansiedad en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025”.

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA
PROBLEMA PRINCIPAL ¿Cuál es la relación entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025?	OBJETIVO GENERAL Determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025. OBJETIVOS ESPECÍFICOS • Identificar el nivel adicción a las redes sociales en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025. • Identificar el nivel de ansiedad en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025. • Determinar la relación entre la adicción a las redes sociales con la dimensión ansiedad cognitiva en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025. • Determinar la relación entre la adicción a las redes sociales con la dimensión preocupaciones sociales/concentración en estudiantes del quinto grado de	HIPOTESIS GENERAL • Hi: Existe una relación significativa entre la adicción a redes sociales y la ansiedad en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025. • Ho: No existe una relación significativa entre la adicción a redes sociales y la ansiedad en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025. HIPOTESIS ESPECÍFICAS • Hi: Existe una relación significativa entre la adicción a redes sociales y la ansiedad cognitiva en estudiantes del quinto grado de secundaria. • Ho: No existe una relación significativa entre la adicción a redes sociales y la ansiedad cognitiva en estudiantes del quinto grado de secundaria. • Hi: Existe una relación significativa entre la adicción a redes sociales y la dimensión de preocupaciones	VARIABLE INDEPENDIENTE: Adicción a las redes sociales Dimensiones: • Obsesión. • Falta de control. • Uso excesivo. VARIABLE DEPENDIENTE: Ansiedad Dimensiones: • Ansiedad Cognitiva • Preocupaciones Sociales/Concentración • Ansiedad Fisiológica • Deseabilidad social	TIPO DE ESTUDIO: Investigación de tipo aplicada con un nivel descriptivo correlacional y enfoque cuantitativo. DISEÑO DE ESTUDIO No experimental de corte transversal. ÁREA DE ESTUDIO: El trabajo de investigación se realizó en la Institución educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho. POBLACIÓN: La población estuvo conformada por 286 estudiantes. MUESTRA: La muestra consta de 165 estudiantes del quinto año de secundaria que obtuvieron la firma del consentimiento informado, optaron por participar de forma voluntaria y que cumplieron con los criterios de inclusión y exclusión. TÉCNICA DE RECOLECCIÓN DE DATOS Técnicas: Encuesta

	secundaria de la Institución educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025. • Determinar la relación entre la adicción a las redes sociales con la dimensión ansiedad fisiológica en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025. • Determinar la relación entre la adicción a las redes sociales con la dimensión deseabilidad social en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025.	sociales/concentración en estudiantes del quinto grado de secundaria. • H^o: No existe una relación significativa entre la adicción a redes sociales y la dimensión de preocupaciones sociales/concentración en estudiantes del quinto grado de secundaria. • H_i: Existe una relación significativa entre la adicción a redes sociales y la ansiedad fisiológica en estudiantes del quinto grado de secundaria. • H^o: No existe una relación significativa entre la adicción a redes sociales y la ansiedad fisiológica en estudiantes del quinto grado de secundaria. • H_i: Existe una relación significativa entre la adicción a redes sociales y la deseabilidad social en estudiantes del quinto grado de secundaria. • H^o: No existe una relación significativa entre la adicción a redes sociales y la deseabilidad social en estudiantes del quinto grado de secundaria.	INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN: • Cuestionario de adicción a redes sociales (ARS) • Escala de ansiedad manifiesta en niños - revisada (CMAS-R)
--	--	--	---

ANEXO 2

INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS



UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTOBAL DE HUAMANGA



FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD ESCUELA PROFESIONAL DE
ENFERMERÍA

CUESTIONARIO DE ADICCIÓN A REDES SOCIALES (ARS)

I. PRESENTACIÓN:

Estimados estudiantes, de la Institución educativa G.U.E Mariscal Cáceres Ayacucho somos egresadas de la carrera de Enfermería de la Universidad Nacional San Cristóbal de Huamanga. Estamos realizando un trabajo de investigación titulado: “Adicción a las redes sociales y ansiedad en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025” con la finalidad de obtener información sobre adicciones a redes sociales en los estudiantes del quinto grado de secundaria. Para lo cual solicitamos muy amablemente tenga a bien de contestar los siguientes ítems con toda la sinceridad. El cuestionario es anónimo.

II. INSTRUCCIONES GENERALES:

- Responda cada pregunta con la mayor seriedad posible.
- Marque con una “X” la casilla que usted considere que es su respuesta.
- No existe respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o malas.
- Asegúrate de no dejar sin responder ninguna pregunta.

Nº	Descripción	Respuestas				
		Siempre	Casi Siempre	Algunas veces	Raras Veces	Nunca
1	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales.					
2	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.					
3	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface,					

	necesito más.					
4	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.					
5	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.					
6	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.					
7	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.					
8	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.					
9	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.					
10	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.					
11	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.					
12	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.					
13	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.					
14	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.					
15	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.					
16	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.					
17	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.					
18	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.					
19	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.					
20	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes					

	sociales.					
21	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.					
22	Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.					
23	Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).					
24	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.					

Fuente: Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) elaborado por Ecurra y Salas (2014) y validado por Moreno (2021).

Escala de medición:

- **Alto**= 65-96 puntos.
- **Medio**= 34-64 puntos.
- **Bajo**= 0-31 puntos.



INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

ESCALA DE ANSIEDAD MANIFIESTA EN NIÑOS - REVISADA (CMAS-R)

Lee con cuidado cada oración. Marque la palabra **SI**, si piensas que así eres. Si piensas que no tiene ninguna relación contigo marque la palabra **NO**. No hay respuestas correctas ni incorrectas.

Nº	Descripción	SI	NO
1	Me cuesta trabajo tomar decisiones		
2	Me pongo nervioso(a) cuando las cosas no me salen como quiero		
3	Parece que las cosas son más fáciles para los demás que para mí		
4	Todas las personas que conozco me caen bien		
5	Muchas veces siento que me falta el aire		
6	Casi todo el tiempo estoy preocupado(a)		
7	Muchas cosas me dan miedo		
8	Siempre soy amable		
9	Me enojo con mucha facilidad		
10	Me preocupa lo que mis papás me vayan a decir		
11	Siento que a los demás no les gusta cómo hago las cosas		
12	Siempre me porto bien		
13	En las noches, me cuesta trabajo quedarme dormido(a)		
14	Me preocupa lo que la gente piense de mí		
15	Me siento solo(a) aunque esté acompañado(a)		
16	Siempre soy bueno(a)		
17	Muchas veces siento asco o náuseas		
18	Soy muy sentimental		
19	Me sudan las manos		
20	Siempre soy agradable con todos		
21	Me canso mucho		
22	Me preocupa el futuro		
23	Los demás son más felices que yo		
24	Siempre digo la verdad		
25	Tengo pesadillas		
26	Me siento muy mal cuando se enojan conmigo		
27	Siento que alguien me va a decir que hago las cosas mal		
28	Nunca me enojo		
29	Algunas veces me despierto asustado(a)		
30	Me siento preocupado(a) cuando me voy a dormir		
31	Me cuesta trabajo concentrarme en mis tareas escolares		
32	Nunca digo cosas que no debo decir		
33	Me muevo mucho en mi asiento		
34	Soy muy nervioso(a)		

35	Muchas personas están contra mí		
36	Nunca digo mentiras		
37	Muchas veces me preocupa que algo malo me pase		

Fuente: Escala de ansiedad manifiesta en niños - revisada (CMAS-R) elaborado por Reynolds y Richmond (1978) y traducida al español en México por Tinajero en 2020.

Escala de medición:

- **Severo**= 63-74 puntos.
- **Moderado**= 50-62 puntos.
- **Bajo**= 37-49 puntos

ANEXO 3

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Su menor hijo(a) ha sido invitado (a) a participar en el estudio titulado “Adicción a las redes sociales y ansiedad en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025”, por esta razón es muy importante que conozca y entienda la información necesaria sobre el estudio de forma que permita tomar una decisión sobre su participación en el mismo. Cualquier duda o aclaración que surja respecto al estudio, le será aclarada por el investigador responsable.

El estudio pretende determinar la relación entre adicción a las redes sociales y ansiedad en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025. Por medio de este documento se asegura y garantiza la total confidencialidad de la información suministrada por usted y el anonimato de su identidad. Queda explícito que los datos obtenidos serán de uso y análisis exclusivo del estudio de investigación con fines netamente académicos.

DECLARACIÓN PERSONAL

Mi menor hijo(a) ha sido invitado (a) a participar en el estudio titulado “Adicción a las redes sociales y ansiedad en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025”, Me han explicado y he comprendido satisfactoriamente el propósito de la investigación y se me han aclarado dudas relacionadas con la participación en dicho estudio. Por lo tanto, acepto que mi menor hijo (a) participe de manera voluntaria en el estudio, aportando la información necesaria para el estudio y sé que tengo el derecho a terminar su participación en cualquier momento.

Ayacucho de 2025

Firma del apoderado

ANEXO 4

VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO CUESTIONARIO DE ADICCIÓN A REDES SOCIALES

Validez del constructo.

La validez del ARS fue verificada mediante el análisis factorial exploratorio, donde se utilizó como método la extracción de mínimos cuadrados no ponderados, con rotación Varimax. El análisis de diagnóstico de KMO (.955) y la prueba de esfericidad de Bartlett ($\chi^2 = 6023.733$, $gl = 276$, $p < .001$), evidencian que la muestra es adecuada con respecto a su tamaño y la relación entre los ítems. Así mismo, existe evidencia para sostener la presencia de matriz de identidad.

Confiabilidad.

Estadísticos de confiabilidad del Test de Adicción a las Redes Sociales

Variable	Ítems	Alfa
Escala total	24	.948
Obsesión por las redes sociales	10	.855
Falta de control personal en el uso de las redes sociales	6	.831
Uso excesivo de las redes sociales	8	.901

Matriz de estructura factorial del ARS

	Factor		
	1 (ORS)	2 (FCR)	3 (UER)
B1		.659	
B2		.632	
B3	.525		
B4		.713	
B5			.463
B6			.537
B7	.542		
B8		.563	
B9		.696	
B10		.788	
B11	.577		
B12			.123
B13			.713
B14	.548		
B15	.723		
B16		.638	
B17		.718	
B18			.478
B19	.747		
B20	.712		
b21	.515		
b22	.798		
b23	.603		
B24	.675		
Autovalor	11.778	1.482	1.235
%V.E.	47.111	5.930	4.941
%V.E.A.	47.111	53.041	57.981

Nota: %V.E. = porcentaje de varianza explicada, %V.E.A.= porcentaje de varianza explicada acumulada, Factor1=Afectiva, Factor2= cognitiva y Factor 3= somático

VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO ANSIEDAD

Validez del constructo.

La validez del BAI fue constatada mediante el análisis factorial exploratorio, utilizando el método con rotación Varimax. El análisis de diagnóstico de KMO (.959) y la prueba de esfericidad de Bartlett ($\chi^2=5010.699$, $gl=210$, $p<.001$), evidencian que la muestra es adecuada en cuanto a su tamaño y la relación entre los ítems. Por ende, presenta evidencia para sostener la matriz de identidad.

Matriz de estructura factorial del BAI

Ítems	Factor		
	1 (A)	2 (C)	3 (S)
B1		.726	
B2		.645	
B3		.638	
B4		.598	
B5			.744
B6		.655	
B7		.591	
B8		.541	
B9			.666
B10			.698
B11	.712		
B12	.715		
B13	.654		
B14			.610
B15	.783		
B16			.667

B17	.573		
B18			.512
B19	.736		
B20		.372	
B21			.698
B22	.712		
B23	.715		
B24	.654		
B25			.610
B26	.783		
B27			.667
B28	.573		
B29			.512
B30	.736		
B31		.372	
B32		.598	
B33			.744
B34		.655	
B35		.591	
B36		.541	
B37			.666

Nota: %V.E.=porcentaje de varianza explicada, V.E.A.= porcentaje de varianza explicada acumulada, Factor 1= Obsesión a las redes sociales, Factor 2= Falta de control de las redes sociales y Factor 3= Uso excesivo de las redes sociales

ANEXO 6

SOLICITUD A LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA



UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTOBAL DE HUAMANGA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

SOLICITO: Autorización para ejecución del proyecto de investigación y recolección de datos.

SEÑOR DIRECTOR DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA G.U.E "MARISCAL CÁCERES" DE LA PROVINCIA DE HUAMANGA DEPARTAMENTO DE AYACUCHO.



Nosotras, **PAREDES YUPANQUI Katherin K.** con DNI N° 72466247 y código universitario N° 14110120, con domicilio en Jr. Morro de Arica Mz F Lote N°8 y **FARFAN JANAMPA Libby M.** con DNI N° 46474498 y código universitario N° 14095242, con domicilio en Av. Pueblo libre Mz. P Lt 2; egresadas de la Escuela Profesional de Enfermería de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga, nos presentamos ante usted con debido respeto y exponemos:

Que, siendo egresadas de la carrera de Enfermería, solicitamos a su digno despacho nos conceda la autorización para la ejecución del proyecto de investigación titulado "Adicción a las redes sociales y ansiedad en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución educativa G.U.E. "Mariscal Cáceres", Ayacucho 2025", el cual tiene como objetivo determinar si existe relación entre adicción a las redes sociales y ansiedad. Para lo cual solicitaremos lista de matriculados del 5to grado de educación secundaria y aplicación de dos cuestionarios validados el cual medirá la adicción a las redes sociales y la ansiedad.

POR LO EXPUESTO:

Rogamos a usted señor Director acceder a esta solicitud.

Ayacucho, 21 de octubre de 2025


PAREDES YUPANQUI Katherin K.
DNI N° 72466247


FARFAN JANAMPA Libby M.
DNI N° 46474498



ANEXO 7
EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS



Las investigadoras junto al tutor de los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución educativa G.U.E Mariscal Cáceres, durante el proceso de coordinación y acompañamiento para la ejecución del estudio.

ANEXO 8

Tabla 09: Prueba de Normalidad

PRUEBAS DE NORMALIDAD						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
ADICCIÓN A REDES SOCIALES	,078	165	,015	,970	165	,001
ANSIEDAD	,061	165	,200*	,988	165	,194

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

a. Corrección de significación de Lilliefors

Fuente: Procesamiento en el software estadístico IMB SPSS. v25.

Para identificar la distribución de datos se aplicaron las pruebas de normalidad de Kolmogorov-Smirnov y Shapiro-Wilk, considerando que el tamaño muestral fue de 165 estudiantes. Los resultados mostraron que la variable Adicción a redes sociales no presentó distribución normal (K-S $p = 0.015$; S-W $p = 0.001$), mientras que la variable Ansiedad sí presentó normalidad (K-S $p = 0.200$; S-W $p = 0.194$). Debido a que una de las variables no cumplió el supuesto de normalidad, se optó por utilizar la correlación de Rho Spearman para el análisis inferencial.

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

RESOLUCIÓN DECANAL N° 753-2026-UNSCH-FCSA-D

BACHILLER: - **KATHERIN KELLY PAREDES YUPANQUI**
- **LIBBY MADELEYN FARFAN JANAMPA**

En la ciudad de Ayacucho, siendo las 09:05 horas del día nueve de octubre del 2026, en el Auditorio de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga (UNSCH), se reunieron de manera presencial los docentes miembros del Jurado de Sustentación, con la finalidad de llevar a cabo el acto de sustentación del trabajo de tesis titulado: Adicción a las redes sociales y ansiedad en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución educativa G.U.E. Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025.

Dicho trabajo fue presentado por los bachilleres **KATHERIN KELLY PAREDES YUPANQUI Y LIBBY MADELEYN FARFAN JANAMPA**, con el propósito de optar el Título Profesional de Licenciado en Enfermería.

El Jurado de Sustentación estuvo conformado por los siguientes docentes:

Presidente : Prof. Angélica Ramírez Espinoza (Delegada por el decano)

Miembros : Prof. Ruth Margarita Anaya Bonilla

: Prof. Luz Elena Quispe Loayza

: Prof. Soledad Yeni Quispe Cadenas

Miembro asesor : Prof. Edith Espinoza Mendoza

Secretaria Docente : Prof. Lizeth Paola Hinostroza Chauca

Contando con el quórum reglamentario, se dio inicio al acto de sustentación de tesis. El presidente de la comisión solicitó a la secretaria docente dar lectura a los documentos que obran en mesa.

Seguidamente, la presidenta invitó a los bachilleres **KATHERIN KELLY PAREDES YUPANQUI Y LIBBY MADELEYN FARFAN JANAMPA** a realizar la exposición de su trabajo de investigación, para lo cual se les otorgó un tiempo de cuarenta (45 minutos).

Concluida la sustentación, la presidenta de la comisión solicitó a los miembros del jurado evaluador formular las preguntas correspondientes, las cuales fueron absueltas de manera satisfactoria por las sustentantes, demostrando dominio del tema desarrollado.

El presidente invita a las sustentantes abandonar el espacio para que los jurados evaluadores puedan proceder con la evaluación.

RESULTADO DE LA EVALUACIÓN FINAL

Bachiller: 1- **KATHERIN KELLY PAREDES YUPANQUI**
2- **LIBBY MADELEYN FARFAN JANAMPA**

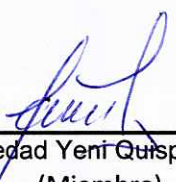
JURADOS	TEXTO		EXPOSICIÓN		PREGUNTAS		P. FINAL
	1	2	1	2	1	2	
Prof. Angélica Ramírez Espinoza	16	16	16	16	16	16	16
Prof. Ruth Margarita Anaya Bonilla	16	16	16	16	16	16	16
Prof. Luz Elena Quispe Loayza	16	16	16	16	16	16	16
Prof. Soledad Yeni Quispe Cadenas	16	16	16	16	16	16	16
Prof. Edith Espinoza Mendoza	16	16	16	16	16	16	16

De la evaluación realizada por los miembros del jurado calificador, llegaron al siguiente resultado:
 Aprobar por unanimidad al Bachiller **KATHERIN KELLY PAREDES YUPANQUI Y LIBBY MADELEYN FARFAN JANAMPA** quien obtuvo la nota final de Dieciséis (16), para lo cual, los miembros del jurado evaluador firman al pie del presente, siendo las 10:20 de la mañana, se da por concluido el presente acto académico presencial.


 Prof. Angélica Ramírez Espinoza
 (Presidente)


 Prof. Ruth Margarita Anaya Bonilla
 (Miembro)


 Prof. Luz Elena Quispe Loayza
 (Miembro)


 Prof. Soledad Yeni Quispe Cadenas
 (Miembro)


 Prof. Edith Espinoza Mendoza
 (Miembro Asesor)


 Prof. Lizeth Paola Hinojosa Chauca
 (secretaria)



UNSCH

FACULTAD DE
CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE
ENFERMERIA

CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD DE TESIS CON DEPÓSITO

CONSTANCIA N° 003-2026-EPEnf.

LA QUE SUSCRIBE, DIRECTORA DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA, en el marco del Reglamento de Originalidad de Trabajos de Investigación, aprobado por Resolución de Consejo Universitario N° 039-2021-UNSCH-CU y la Resolución de Consejo Universitario N° 1530 -2023-UNSCH-CU,

HACE CONSTAR:

Que, en mérito al Acta de Verificación de Originalidad N.º 004-2026-EPEnf, emitida por los Docentes Instructores de esta Escuela Profesional, de la tesis titulada: **Adicción a las redes sociales y ansiedad en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025.** (borrador final antes de la sustentación), presentado por:

- **Bach. Katherin Kelly PAREDES YUPANQUI**
- **Bach. Libby Madeleyn FARFAN JANAMPA**

Registra un porcentaje de similitud de 24%, resultado que se encuentra dentro del límite máximo permitido por el reglamento vigente.

Se deja constancia que, la verificación mediante Turnitin se limita a la detección de similitud y originalidad textual, no comprendiendo la evaluación del rigor científico del contenido de la tesis, metodología, resultados, ni el cumplimiento de los criterios éticos de la investigación u otros aspectos académicos, cuya responsabilidad corresponde a los autores, al docente asesor y a las instancias competentes.

En tal sentido, **SE OTORGA LA PRESENTE CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD DE TESIS CON DEPÓSITO**, para los fines correspondientes.

Ayacucho, 20 de mayo de 2026



Firmado digitalmente por:
CALDERON GONZALEZ
HERLINDA FIR 28203800 hard
Motivo: Soy el autor del
documento
Fecha: 20/05/2026 16:29:42-0500

Adicción a las redes sociales y ansiedad en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025.

por Katherin Kelly PAREDES YUPANQUI- Libby Madeleyn FARFAN
JANAMPA

Fecha de entrega: 11-may-2026 09:29p. m. (UTC-0500)

Identificador de la entrega: 2958944037

Nombre del archivo: BORRADORA_TESIS_LIBBY_Y_KATHERIN_1.docx (2.11M)

Total de palabras: 24232

Total de caracteres: 136179

Adicción a las redes sociales y ansiedad en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa G.U.E Mariscal Cáceres, Ayacucho 2025.

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	hdl.handle.net	Fuente de Internet	6%
2	repositorio.unac.edu.pe	Fuente de Internet	3%
3	Submitted to Universidad Privada del Norte	Trabajo del estudiante	2%
4	repositorio.unfv.edu.pe	Fuente de Internet	2%
5	Submitted to Universidad Andina del Cusco	Trabajo del estudiante	1%
6	repositorio.uct.edu.pe	Fuente de Internet	1%
7	Submitted to PREGRADO	Trabajo del estudiante	1%
8	Submitted to Universidad Católica de Santa María	Trabajo del estudiante	1%
9	repositorio.upsc.edu.pe	Fuente de Internet	1%

10	repositorio.continental.edu.pe Fuente de Internet	1 %
11	Submitted to Universidad Continental Trabajo del estudiante	1 %
12	repositorio.upla.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
13	repositorio.usanpedro.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
14	Submitted to Universidad Catolica de Trujillo Trabajo del estudiante	<1 %
15	Submitted to utn Trabajo del estudiante	<1 %
16	tesis.ucsm.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
17	Submitted to Universidad Tecnologica de los Andes Trabajo del estudiante	<1 %
18	repositorio.usmp.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
19	Mamani Tito, German. "Adicción a las redes sociales y agresividad en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Cesar Vallejo Huancané, 2023", Universidad Nacional del Altiplano de Puno (Peru), 2025 Publicación	<1 %
20	Carrasquillo Diaz, Sheritza G.. "Relacion entre el uso adictivo de las redes sociales virtuales y las habilidades sociales en estudiantes	<1 %

-
- 21 Medina Mamani, Alessandra Fabiola. <1 %
"Relación Entre Ansiedad y Autoestima con la
Comprensión Lectora en Estudiantes De 1° a
3° de Nivel Secundaria de una Institución
Educativa Pública del Distrito de san Juan de
Miraflores.", Pontificia Universidad Catolica
del Peru (Peru), 2024

Publicación

-
- 22 Submitted to University of the Philippines <1 %
Baguio

Trabajo del estudiante

-
- 23 Santiago Galvis-Villamizar, Victor Manuel <1 %
García, Juan C. Arias. "Integration of
Immersive and Simulation Technologies in
Medical Education: Student Perspectives in a
Colombian University", Springer Science and
Business Media LLC, 2025

Publicación

-
- 24 Omar Flor-Unda, David Puga, Hugo Alomoto, <1 %
Gabriela Eguez. "Evolution of Technology for
National Security: Advances and
Contributions of Artificial Intelligence",
Springer Science and Business Media LLC,
2025

Publicación

-
- 25 Hinojosa Mamani, Jhonatan. "Procrastinación <1 %
y estrés académico en estudiantes de la
Facultad de Ciencias Sociales de la

Universidad Nacional del Altiplano de Puno -
2024", Universidad Nacional del Altiplano de
Puno (Peru), 2025

Publicación

- 26 Gavilano De La Cruz, Jesus Angel. "Nomofobia y rendimiento académico en integrantes de la banda de música escolar de la Institución Educativa Secundaria Emblemática Telesforo Catacora de Juli 2023 ", Universidad Nacional del Altiplano de Puno (Peru)

Publicación

- 27 Edwin Gustavo Estrada-Araoz, Elizabeth Orfelía Cruz-Laricano, Jhemy Quispe-Aquise, Yony Abelardo Quispe-Mamani et al. "Evaluando la relación entre la adicción a las redes sociales y los trastornos alimentarios en una muestra de estudiantes universitarios peruanos: un estudio transversal", Retos, 2024

Publicación

- 28 Lucía Sanz Pérez, Alba Fernández Alonso, Maria Jose Dios-Duarte. "Social media addiction, anxiety and depression: a comparative generational study on their interrelationship", Revista Prisma Social, 2026

Publicación

- 29 Martinez Quispe, Katty Jannet. "Estudio de la correlación entre la inteligencia emocional y el logro de los aprendizajes en el área de matemática de los estudiantes del segundo grado de la institución educativa "José Carlos

Mariátegui" – Mazamari - Satipo - Junín -
2022", Universidad Católica los Ángeles de
Chimbote (Peru)

Publicación

30

Sha Fu, Xiao-yu Fu, Yang Song, Min Li et al.
"Virologic and clinical characteristics for
prognosis of severe COVID-19: a retrospective
observational study in Wuhan, China", Cold
Spring Harbor Laboratory, 2020

Publicación

<1 %

31

Marlon Elías Lobos-Rivera, José Modesto
Ventura-Romero, Angélica Nohemy Flores-
Monterrosa, Víctor Manuel Umanzor-Gómez.
"Psychometric adaptation of the
Questionnaire of Social Networking Addiction
in a sample of Salvadoran adults", Entorno,
2022

Publicación

<1 %

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias

< 30 words

Excluir bibliografía

Activo