



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

TESIS

**“DEPENDENCIA A LAS REDES SOCIALES COMO
PREDICTOR DE LA ANSIEDAD-ESTADO EN UNA
MUESTRA DE ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE
CHICLAYO, 2022”**

**PARA OPTAR EL TITULO PROFESIONAL DE
LICENCIADO EN PSICOLOGIA**

Autor

**Bach. Martinez Cerquín, Manuel Alberto.
<https://orcid.org/0000-0002-8230-503X>**

Asesor

**Mg. Mamani Benito, Oscar
<https://orcid.org/0000-0002-9818-2601>**

Línea de Investigación

**Desarrollo humano, comunicación y ciencias jurídicas para
enfrentar los desafíos globales**

Sub Línea de Investigación

Bienestar y desarrollo de habilidades para la vida

Pimentel – Perú

2024

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD

Quien suscribe la DECLARACIÓN JURADA, so Manuel Alberto Martinez Cerquín del Programa de Estudios de Psicología de la Universidad Señor de Sipán, declaro bajo juramento que soy autor del trabajo titulado:

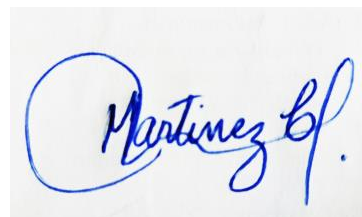
“Dependencia a las redes sociales como predictor de la ansiedad-estado en una muestra de estudiantes de secundaria de Chiclayo, 2022”

El texto de mi trabajo de investigación responde y respeta lo indicado en el Código de Ética de la Universidad Señor de Sipán, conforme a los principios y lineamientos detallados en dicho documento, en relación con las citas y referencias bibliográficas, respetando el derecho de propiedad intelectual, por lo cual informo que la investigación cumple con ser inédito, original y autentico.

En virtud de lo antes mencionado, firma:

Martinez Cerquín
Manuel Alberto

46552695



Pimentel, 14 de abril de 2024

REPORTE DE SIMILITUD TURNITIN

Reporte de similitud

NOMBRE DEL TRABAJO
TESIS_MARTINEZ_CERQUIN_MANUEL_ALBERTO.docx

RECuento DE PALABRAS 7463 Words	RECuento DE CARACTERES 40398 Characters
RECuento DE PÁGINAS 30 Pages	TAMAÑO DEL ARCHIVO 457.8KB
FECHA DE ENTREGA Feb 8, 2024 10:15 AM GMT-5	FECHA DEL INFORME Feb 8, 2024 10:16 AM GMT-5

● **25% de similitud general**

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base de datos.

<ul style="list-style-type: none">• 23% Base de datos de Internet• Base de datos de Crossref• 15% Base de datos de trabajos entregados	<ul style="list-style-type: none">• 3% Base de datos de publicaciones• Base de datos de contenido publicado de Crossref
--	--

● **Excluir del Reporte de Similitud**


<ul style="list-style-type: none">• Material bibliográfico• Coincidencia baja (menos de 8 palabras)	<ul style="list-style-type: none">• Material citado
--	---

**DEPENDENCIA A LAS REDES SOCIALES COMO PREDICTOR DE LA
ANSIEDAD-ESTADO EN UNA MUESTRA DE ESTUDIANTES DE
SECUNDARIA DE CHICLAYO, 2022**

Aprobación del jurado



**MG. TORRES DIAZ MARIA MALENA
Presidente del Jurado de Tesis**



**MG. CRUZ ORDINOLA MARIA CELINDA
Secretario del Jurado de Tesis**



**MG. REYES MONTENEGRO VERONICA
Vocal del Jurado de Tesis**

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo determinar si la dependencia a las redes sociales es un predictor de la ansiedad-estado en una muestra de estudiantes de secundaria de Chiclayo, 2022. Corresponde a un estudio de tipo predictivo y diseño no experimental, en el cual participó una muestra probabilística de tipo estratificado compuesta por 356 estudiantes de entre 11 y 17 años, a quienes se los evaluó mediante el inventario de ansiedad de rasgo y estado (IDARE) y la Escala de dependencia a las redes sociales. Para el análisis de datos se aplicó estadística descriptiva, coeficiente de correlación. Los resultados que se hallaron son correlaciones significativas entre las dimensiones dependencia ($r = .491$, $p < .05$), tolerancia ($r = .459$, $p < .05$), abstinencia ($r = .471$, $p < .05$) con la variable ansiedad estado. Se concluye que, en la medida que los estudiantes de secundaria de Chiclayo, demuestren altos niveles de dependencia a las redes sociales, entonces, mayor será la tendencia a experimentar ansiedad-estado.

Palabras clave: Ansiedad, dependencia a las redes sociales, tolerancia, adicción sin sustancia, estudiantes.

ABSTRACT

The aim of this research was to determine whether dependence on social networks is a predictor of anxiety-status in a sample of high school students in Chiclayo, 2022. It corresponds to a predictive study and non-experimental design, in which a stratified probabilistic sample of 356 students between 11 and 17 years of age participated, who were evaluated by means of the trait and state anxiety inventory (IDARE) and the Social Network Dependence Scale. For data analysis, descriptive statistics and correlation coefficient were applied. The results found are significant correlations between the dimensions dependence ($r = .491$, $p < .05$), tolerance ($r = .459$, $p < .05$), abstinence ($r = .471$, $p < .05$) with the state anxiety variable. It is concluded that, to the extent that high school students in Chiclayo demonstrate high levels of dependence on social networks, then, the greater the tendency to experience state anxiety.

Key words: Anxiety, dependence on social networks, tolerance, non-substance addiction, students.

I. INTRODUCCIÓN

En el contexto de la pandemia del coronavirus COVID-19, los jóvenes entre 11 a 17 años se encuentran en constante relación a la avanzada tecnología, debido a las clases virtuales que hoy reciben, el contacto directo al internet ha permitido que las puertas de las redes sociales también estén a su disposición, y sean utilizadas como formas de comunicación inmediata o rápida, además que son presentadas de manera atractiva e interactiva (Araujo, 2016).

Según la Organización de Telecomunicaciones de Iberoamérica, el número de abonados a la telefonía móvil a nivel mundial ha llegado de 5,9 millones en 2011 a 7.700 millones en 2017. Esto indica que actualmente hay más teléfonos móviles que personas en el mundo (Organización de Telecomunicaciones [OTI], 2017).

El Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2018), indica que el 90% de los hogares peruanos cuenta con al menos un teléfono móvil. Estos hechos provocaron la pérdida de la comunicación verbal, la cual fue reemplazada por la comunicación tecnológica, lo que provocó el deterioro de las relaciones amicales y sociales (Cruz et al., 2013), dando lugar a alteraciones emocionales como la frustración, la ira, la decepción y la ansiedad, además de exponerlos a desequilibrios psicológicos-emocionales.

Esta cuestión se está investigando a nivel internacional, nacional y local; Martínez y Moreno (2017) investigaron la relación entre el uso de las redes sociales en línea y la prevalencia de actos violentos en las escuelas españolas. Estudiaron a 1952 adolescentes y descubrieron que aquellos que eran más dependientes de las redes sociales en línea puntuaban más alto en violencia relacional y manifestaban; que el uso de las redes sociales virtuales está conectado con un mayor nivel de agresión entre iguales.

A nivel nacional Domínguez e Ybañez (2016) se realizaron una encuesta a los alumnos de un colegio privado de Trujillo con el objetivo de examinar la adicción a las redes sociales, así como la falta de habilidades sociales.

Este estudio fue de carácter descriptivo y correlacional. Se administró a un total de 205 alumnos. Los resultados revelan una relación sustancial entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales.

Si bien existen varios estudios que abordan la ansiedad y la dependencia a las redes sociales, tanto a nivel nacional como local (Chiclayo), este tema sigue siendo de interés debido a la necesidad de mantener una vida equilibrada en los jóvenes, es por ello que esta investigación está orientada a este fin. Son muchas las investigaciones que abordan la ansiedad y la dependencia de las redes sociales, tanto a escala nacional como local, como puede observarse en la literatura científica. Estos estudios se han realizado en diversos lugares.

Además, los resultados de esta investigación sugieren que las futuras investigaciones sobre este tema deberían centrarse en la conexión entre la ansiedad y la dependencia de las redes sociales.

En Paraguay, Figueredo et al. (2022), ejecutaron una investigación titulada “Ansiedad, adicción a redes sociales, internet y Smartphones en adolescentes paraguayos: un breve informe”, llegaron a la conclusión que el promedio de uso de smartphome en los niños fue de $8,06 \pm 3,81$ horas y en las niñas de $9,46 \pm 4,4$ horas. La puntuación media del BAI fue de $20,71 \pm 13,2$. De los participantes, el 27% informó ansiedad moderada y el 36 % ansiedad severa y las puntuaciones en esta escala no se asociaron con las horas de uso del teléfono inteligente. La puntuación media del ERA-RSI fue de $1,94 \pm 0,46$ y la ansiedad se relacionó con las dimensiones de síntomas-adicción, uso social y nomofobia de la escala.

Moreira et al. (2021) ejecutaron una investigación relacionada con “Percepciones de los adolescentes sobre el uso de redes sociales y su influencia en la salud mental”, cuando se les preguntó con qué frecuencia utilizaban las redes sociales, el 100% de los encuestados indicaron que lo hacían con regularidad. De ellos, el 27% declaró que estaba activo en tres plataformas de redes sociales diferentes, siendo WhatsApp e Instagram las más populares con un 27% de respuestas cada una. El 34% de los participantes declaró que la exposición de información personal era uno de los peligros asociados a su utilización. La principal emoción que transmitieron en las redes fue la humillación (27%); la investigación y

las actualizaciones son las principales aportaciones de las redes sociales (29,5%); las repercusiones del uso para la salud mental fueron la invasión de la privacidad/revelación de datos (20,5%) y la adicción (19,3%). Llegando a la conclusión que, para intervenir con éxito, los profesionales de la salud deben abordar la cuestión de la creación de nuevos tipos de enfermedad, sobre todo trastornos mentales, como consecuencia del mayor uso de las redes.

Varona-Fernández y Hermosa-Peña (2020) realizaron una investigación respecto a “Percepción y uso de las redes sociales por adolescentes”. La conclusión a la que se llegó a partir de los resultados fue que los adolescentes utilizan mucho las redes sociales, no creen que sus interacciones sociales hayan mejorado significativamente gracias a ellas. Las principales razones por las que las mujeres utilizan las redes sociales son compartir material y obtener opiniones. En comparación con los varones, ellas también sufren más los efectos emocionales perjudiciales del consumo de drogas. En lo que respecta a la privacidad, la mayoría de los jóvenes afirman tener mucho cuidado con quién puede ver su perfil. Además, se observa que las mujeres muestran una mayor supervisión parental sobre sus redes.

En Lima, Mohanna et al. (2023) en la investigación “Adicción a las redes sociales y ansiedad en estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana”, Uno de los hallazgos más importantes fue que existe una conexión entre los distintos factores investigados; así, a mayor adicción a las redes sociales, mayor nivel de ansiedad evidente. Además, se descubrieron disparidades entre hombres y mujeres, presentando las mujeres puntuaciones más altas en ambas medidas. También se descubrió que el nivel de adicción a las redes sociales aumentaba en proporción directa a la cantidad de tiempo que se pasaba vinculado a dichas redes.

Gómez, et al. (2021) “Uso de redes sociales, ansiedad, depresión e indicadores de adiposidad corporal en adolescentes”. El estudio reveló que los varones tenían un peso, una altura y una CC significativamente mayores en comparación con las mujeres ($p < 0,05$). Por el contrario, se demostró que las mujeres presentaban mayores niveles de ansiedad y estrés en comparación con los varones, con significación estadística en un valor p inferior a 0,05. No hubo

diferencias estadísticamente significativas en la edad y las horas dedicadas a las redes sociales entre hombres y mujeres ($p > 0,05$). Sin embargo, se observó una asociación positiva y significativa entre el uso de las redes sociales y la ansiedad y la depresión en adolescentes de ambos sexos (entre 0,12 y 0,25, $p < 0,05$). Del mismo modo, se encontró una asociación positiva y significativa entre el IMC y las CC y la ansiedad y la depresión tanto en varones como en mujeres (oscilando entre 0,12 y 0,20, $p < 0,05$), excepto en las mujeres al examinar la relación entre CC y ansiedad ($r = -0,05$). No se encontró ninguna correlación significativa entre el uso de las redes sociales y las medidas de obesidad tanto en hombres como en mujeres ($r = -0,4$ a $0,8$, $p > 0,05$).

Las disparidades existentes entre las medidas de gordura corporal (índice de masa corporal y perímetro de cintura) como resultado de la participación en redes sociales. Cuando se examinaron el IMC y el perímetro de cintura de hombres y mujeres en las tres categorías diferentes de uso de las redes sociales, no se encontraron diferencias significativas ($p > 0,05$). Los resultados del IMC oscilaron entre 2,4 y 3,8 kg/m², mientras que los valores del CC variaron entre 0,22 y 3,4 cm.

Análisis de las similitudes y diferencias entre ansiedad y depresión Según las tres categorías de uso de redes sociales, no se encontraron diferencias entre la categoría de 2 a 3 horas de uso de redes con los adolescentes que las usan más de 4 h/día y entre los que las usan menos de 1 h/día y los que las usan entre 2 y 3 h/día ($p > 0,5$). Además, no se encontraron diferencias entre la categoría de menos de 1 hora de uso de la red y los que las usan entre 2 y 3 h/día. Por otro lado, hubo diferencias significativas ($p < 0,05$) entre los adolescentes que utilizaban las redes sociales más de 4 horas al día y los que las utilizaban menos de 1 hora al día.

En la base teoría, la palabra "dependencia de las redes sociales" es un compuesto de dos términos: dependencia y redes sociales. En la literatura, la dependencia se define de varias maneras. Morrison (2015) indica que, según la versión más actual del DSM, las frases adicción y dependencia han sido sustituidas por el término uso patológico, que se define como el uso que supera el umbral en el que las consecuencias negativas superan los beneficios (Morrison, 2015). En

consecuencia, la dependencia debe entenderse a través del consumo o abuso de sustancias.

Según Consuegra (2010) La drogodependencia es un patrón de consumo de drogas disfuncional que da lugar a un daño o sufrimiento clínicamente significativo, como demuestran la tolerancia y los síntomas de abstinencia.

Cosacov (2007) define la adicción se define como "una dependencia regular o urgente difícil de superar, distinguiendo entre la adicción física (que provoca un malestar somático cuando se corta el suministro) y la dependencia (que sólo afecta al pensamiento de la persona y no pone en peligro su salud física).

Por el contrario, Ander (2016) se relaciona con la dependencia psicológica, que es la dependencia psicológica que induce a una persona a seguir tomando un determinado tipo de sustancia y conduce a una privación y síntomas de abstinencia que difieren según el tipo de droga.

Según American Psychological Association (APA, 2010), una plataforma de redes sociales es un marco de las amistades que un individuo o grupo tiene con otros". Los psicólogos y sociólogos analizan las redes sociales, un proceso conocido como sociometría. Según la APA (2010), la sociometría es una tarea que consiste en determinar el conjunto de interacciones entre individuos o grupos, instituciones o la sociedad.

Según Echebura y Requesens (2012), las redes sociales son espacios virtuales donde se buscan interacciones en lugar de conexiones genuinas, donde los individuos están vinculados por afinidades emocionales, familiares, etcétera; también mejorar la conversación con extraños y conocidos.

Fernández (2010) define las redes sociales como sitios web que admiten el contacto entre beneficiarios miembros de una misma red y el intercambio de diversos enlaces o archivos multimedia, entre otras cosas.

Según Young (1998, como se citó en García et al. 2015), hay muchos indicios, que ayudan a distinguir entre alguien que abusa de las redes sociales y alguien que no lo hace:

Período. La cantidad de tiempo que se pasa en línea es cada vez mayor, a expensas de otras actividades como dormir o cumplir con los compromisos.

Alternancia. El individuo renuncia a actividades críticas de compromiso humano en el mundo real con la familia, los amigos y otras personas en favor de estar conectado a las redes sociales.

Fijación. El individuo sigue estando vinculado.

Falsedad. El individuo debe inventar el tiempo que permanece conectado, ya que a menudo se le reprende por su excesivo uso de las redes sociales.

Error. El individuo hace un intento de permanecer desconectado, pero no lo consigue.

Falta de rendimiento. Tanto en el trabajo como en la escuela, el rendimiento del individuo se deteriora.

Actitud. Generalmente, cuando una persona está vinculada a las redes sociales, está contenta, incluso en exceso.

Para Ureña et al. (2011), los tipos de redes sociales son, redes sociales directas: son comunidades que buscaron activamente proporcionar dicho proveedor, en este caso a través del uso de Internet, y así permitir procesos sociales bastante estándar de entornos reales, cuando los individuos se reúnen por afición y para identificarse como tales, establecen perfiles de acuerdo con las reglas de la red de medios sociales virtuales en los que participan, por lo tanto, la información privada y sensible puede ser ampliamente distribuida. Por ello, estas comunidades pueden clasificarse en función de una serie de factores, a continuación, se detallan:

De acuerdo con el objetivo. La red social puede adoptar diversas cualidades. En base a lo que el usuario busca en este mundo online, se puede aplicar lo siguiente: Redes sociales de ocio: los interesados se inscriben en estas plataformas sobre todo para divertirse o disfrutar, lo que se consigue a través de la comunicación con otras personas, y éstas a su vez retroalimentan a la comunidad a través de consideraciones y comentarios, compartiendo su información en una relación recíproca basada en el nivel de privacidad elegido.

A oposición del ejemplo primero, el usuario desea registrar sus datos para destacar su perfil profesional y conectar con profesionales del mismo ámbito o de profesiones afines.

Según el modo de actuación: es comparable a las redes sociales de uso profesional antes mencionadas en cuanto a características; sin embargo, la prima que la red está disponible para quienes tienen una profesión diferente no puede acceder a ella, ya que está creada para determinadas tareas: Redes sociales de contenidos: en este caso, el usuario es el creador de contenidos multimedia, que comparte con la comunidad. Esto se hace para ser conocido o desconocido, ya que el mismo sistema permite que el usuario entregue o no sus datos personales, pero su contenido estará disponible.

Según el grado de transparencia. Esto tiene en cuenta el hecho de que cualquier persona puede unirse a ellas, así como la realidad de que algunas características de la red social funcionan como una barrera. Redes sociales para el público en general. Son redes abiertas que permiten a los individuos participar libremente, ya que no existen filtros ni medidas de seguridad, y el usuario accede a ellas a través de artilugios técnicos. Redes sociales privadas. Esta forma de red social, a diferencia de la anterior, necesita registro y suele ser por invitación, lo que indica que no cualquiera puede unirse a ella. Ejemplos de estos grupos son las conexiones de entidades empresariales.

Según el grado de integración. Demuestra un interés por una determinada categorización de preferencias, profesiones, etc. Redes sociales integradas verticalmente. Suelen ser utilizadas por personas que tienen aficiones e inclinaciones profesionales comunes. En general, esta forma de red se construye con permiso, tras lo cual se verifican los datos para garantizar que no haya perfiles falsos. Redes sociales de integración horizontal. No están pensadas para fomentar la formación de grupos con intereses compartidos. Pensemos en Facebook.

Redes sociales indirectas: Sus servicios cuentan con usuarios que no tienen una cuenta pública a la mayoría de las personas o grupos que impulsan la información o el diálogo en torno a un tema particular. Son las redes más modernas en términos de Red 2.0.

Las redes sociales más usadas son: Facebook: Considerada la red social más popular del planeta, ha evolucionado mucho desde sus inicios. Primero se creó como un foro para que los estudiantes compartieran trabajos prácticos, noticias y recordatorios de exámenes. Luego aumentó su abanico de posibilidades, estableciendo la posibilidad de subir fotografías y datos personales, transformando el programa en algo más sociable.

Mark Zuckerberg fundó Facebook con el objetivo es establecer una comunidad para los estudiantes de Harvard; sin embargo, esta aplicación es ahora accesible a todo el mundo, y está ganando popularidad entre varios grupos de personas, sobre todo estudiantes universitarios, adolescentes y otros. El individuo establece una zona personal, decidiendo quién tiene acceso a su información, imágenes, etc. Hay que tener al menos 13 años para hacerse una cuenta en esta red social.

Twitter es un sistema social que aprueba a sus miembros compartir composiciones de 140 caracteres. Éstas pueden ser vistas por cualquier persona con acceso al sitio web. Esta red comenzó a funcionar en octubre de 2006. Anteriormente se conocía como "TWTTR". (Polo, 2009).

Merodio (2010) describe Twitter como una plataforma de microblogging en la que los usuarios pueden comunicar sus opiniones y comportamientos. Es decir, se considera un modo práctico de comunicación y de compartir ideas, perspectivas e intereses. Además, es un medio virtual a través del cual los usuarios pueden conectarse entre sí, crear páginas, organizar eventos, jugar y participar en foros. Se considera una red muy popular debido a que es utilizada por un gran número de celebridades. Además, My Space, emplea a más de 175 millones de individuos en todo el planeta. Por otro lado, con el auge de plataformas de medios sociales como Facebook, su popularidad ha disminuido. "My Space" preparó el camino para la adopción generalizada de las redes sociales en la era moderna. Este medio virtual se lanzó en 2003 y en dos años, se había convertido en la tecnología de virtualización más exitosa del mundo".

Las dimensiones de la dependencia a las redes sociales según Castro et al. (2013) incorporan tres aspectos, a menudo denominados componentes, en su

modelo para evaluar la dependencia de las redes sociales: dependencia, tolerancia y abstinencia.

Dependencia. Argumentan que una persona tiene un impulso físico y deben conectarse a las redes sociales para expresar sus sentimientos, ya que dependen de este medio, ideas e interacciones interpersonales. Tolerancia. El individuo se siente obligado a pasar más tiempo conectado a las redes sociales. Abstinencia. Cuando las redes sociales no están disponibles, el individuo experimenta malestar, inquietud o enfado.

La ansiedad "es vista como una respuesta del ego a las demandas inconscientes de conflictos intrapsíquicos en gran medida inconscientes." Según este concepto, la ansiedad es el resultado de conflictos intrapsíquicos inconscientes. (P. Gavidia, 2007. Daz y Serrato, 2017).

Es un momento emocional en el que la persona se siente tensa, ansiosa o preocupada, y suele ir acompañada de fuertes síntomas físicos. (Galindo, Álvarez y Alvarado, 2013).

Según Beck y Emery (2005), la ansiedad es un concepto multidimensional que se define por una variedad de componentes, incluyendo reacciones fisiológicas, cognitivas, conductuales y emocionales.

Según Barlow (2002), las reacciones fisiológicas incluyen temblores generalizados como manos y piernas, pulso rápido, labios secos, respiración dificultosa, pesadez en el tórax y espasmos musculares. Hay temor a enfrentarse al suceso, preocupación por tener un accidente, humillación por lo que pensarían los demás, pensamientos recurrentes y recuerdos aterradores y, ocasionalmente, una impresión de irrealidad o distanciamiento, así como los problemas para concentrarse y recordar cosas.

Por otro lado, las indicaciones clínicas incluyen la evitación de señales de peligro, comportamientos de huida y distanciamiento, y el ansia de seguridad, atención y tranquilidad por parte de personas del entorno local del individuo, inquietud, agitación en la respiración y, en ocasiones, estos individuos permanecen paralizados sin razón aparente. Además, tienen importantes problemas para

expresar sus emociones. Por último, pueden manifestarse síntomas emocionales como malestar, tensión, temor, agitación, ira y frustración. (Barlow, 2002).

En cuanto a la fisiología de la ansiedad, Clark y Beck (2012) y el Instituto de Ciencias Clínicas y Traslacionales (2016) se afirmó que cuando los sensores del sistema nervioso detectan una señal, la rama autónoma del sistema nervioso se prepara para las técnicas de relajación, mientras que la rama simpática del sistema nervioso habitúa al cuerpo a actuar en respuesta a la señal, lo que provoca la liberación de noradrenalina y adrenalina en el torrente sanguíneo.

Por último, cuando se elabora la sintomatología ansiosa (Clark y Beck, 2012), las cogniciones adquieren importancia y viveza, de modo que las ideas ilógicas y unos esquemas cognitivos mal adaptados pueden dar lugar a respuestas inadecuadas o exageradas ante el mundo, lo que desencadena la sensación de preocupación del individuo.

Las causas de la ansiedad puede ser un componente de la constitución genética y fisiológica de una persona, además de los distintos tipos de personalidad que existen. Dado que cada estado emocional que experimenta un ser humano a lo largo de su vida tiene una causa, esto sugiere que la ansiedad puede estar causada por una combinación de factores. Además, variables externas como el entorno, las condiciones estresantes o un incidente traumático pueden causar ansiedad. (Díaz et al., 2017).

La ansiedad es causada por tres factores: predisponentes, activadores o desencadenantes y de mantenimiento. Los elementos biológicos predisponentes incluyen los tipos de personalidad, los hábitos no saludables y el aprendizaje, el entorno y el apoyo social son ejemplos de influencias ambientales. Las variables activadoras o desencadenantes incluyen circunstancias o acontecimientos que se consideran abundantes en recursos, tienen implicaciones sustanciales o necesitan esfuerzos de adaptación significativos y el uso de estimulantes u otros medicamentos. Como tercer elemento que contribuye a la ansiedad, tenemos el factor de mantenimiento; está relacionada con la gestión de la ansiedad e incluye síntomas como el "miedo al pavor" o la pérdida de condiciones o capacidades provocada por la preocupación, lo que dificulta afrontar las dificultades y encontrar

soluciones. Los trastornos de ansiedad son la consecuencia de la combinación de cualquiera de estos elementos a lo largo del tiempo. (Díaz et al., 2017).

La Teoría de Reynolds y Richmond (1997) indican que la ansiedad fisiológica: Reacción fisiológica ante la manifestación de ciertos síntomas como el cansancio, el insomnio y las náuseas.

Inquietud / Hipersensibilidad: Asociada a una fijación excesiva con una variedad de objetos o circunstancias, la mayoría de las cuales carecen de importancia y son mal comprendidas por el niño, así como el temor a ser herido o aislado emocionalmente.

Preocupaciones sociales / Concentración: Destaca el miedo a la comparación con otras personas, a no ser capaces o buenos en lo que hacemos en comparación con los demás; así como el miedo a no encajar social o interpersonalmente, ya sea por no cumplir con las expectativas de los padres, profesores o la sociedad; y por último, los problemas escolares que se presentan a través de pensamientos distractores, falta de atención y concentración.

Aquí se expone la reacción del niño, motivada por la necesidad de ser aceptado en la sociedad, que provocará respuestas significativas en función de lo que los demás piensen o anticipen de él.

Spielberg describió las dimensiones de la ansiedad como una condición mental transitoria de intensidad y duración variadas que implica una sucesión de procesos internos que pueden ser desencadenados por un estímulo interno o externo que induce sentimientos bruscos proporcionados en duración e intensidad. Los clasifica de la siguiente manera:

La ansiedad de estado se refiere a la propensión inherente o la propensión temperamental de un individuo a sentir preocupación independientemente de las circunstancias en las que se encuentre. Se basa en variaciones individuales relativamente persistentes en la susceptibilidad a la ansiedad. Mide la ansiedad, la tensión, el malestar, la preocupación, la excitación positiva y la felicidad general.

Ansiedad de rasgo: El rasgo sería la persistencia del sujeto de este sentimiento a lo largo del tiempo, lo que añade otra dimensión a su personalidad. Se investiga la melancolía, la desesperación, las emociones con capacidad limitada, la estabilidad y la ausencia de cambios de humor.

A continuación, Spielberg realizó más estudios para identificar los grados de ansiedad. Define tres niveles de ansiedad de estado de la siguiente manera: Cuando una persona está despierta, su percepción es aguda, los ruidos parecen fuertes, su conciencia y su capacidad asociativa son muy elevadas y muestra una agitación moderada. Nivel moderado: Aunque el rango perceptivo del participante está disminuyendo, intenta prestar atención y centrarse en el asunto que tiene entre manos. Nivel severo: La persona se siente atraída por los detalles, pero carece de comprensión de sus vínculos, y puede mostrar temblores.

Spielberg establece una jerarquía de ansiedad característica: En el nivel más fundamental, los individuos ven el mundo como razonablemente seguro. Los individuos suelen percibir el peligro en diversas situaciones, lo que da lugar a una mayor ansiedad de estado; son más propensos a sentirse tensos, incómodos e insatisfechos consigo mismos y, en consecuencia, activan sus mecanismos de protección. Las personas situadas en niveles más altos suelen experimentar ansiedad, subestiman sus talentos y carecen de confianza en sí mismos.

Por ello, es necesario que se formule la siguiente pregunta ¿La dependencia a las redes sociales es un predictor de la ansiedad-estado en una muestra de estudiantes de secundaria de Chiclayo, 2022?, además de las preguntas específicas ¿Existe relación entre la dimensión dependencia y la ansiedad-estado en una muestra de estudiantes de secundaria de Chiclayo, 2022? ¿Existe relación entre la dimensión tolerancia y la ansiedad-estado en una muestra de estudiantes de secundaria de Chiclayo, 2022? ¿Existe relación entre la dimensión abstinencia y ansiedad-estado en una muestra de estudiantes de secundaria de Chiclayo, 2022? ¿Cuáles son los niveles de dependencia a las redes sociales en una muestra de estudiantes de secundaria de Chiclayo, 2022? ¿Cuáles los niveles de ansiedad-estado en una muestra de estudiantes de secundaria de Chiclayo, 2022?

La investigación se justifica debido a que, si bien existe evidencia en la literatura científica para suponer que existe una relación funcional entre la ansiedad y la dependencia de las redes sociales, aún es importante generar evidencia de esta relación en el contexto de la ciudad de Chiclayo, donde aún existen casos de dependencia de las redes sociales. A nivel teórico, a pesar de que existe evidencia para suponer que existe dicha relación, aún existe dependencia de las redes sociales. A continuación, las investigaciones anteriores han abordado la cuestión mediante una investigación aplicada y no experimental que utiliza una metodología descriptiva correlacional que demuestra la existencia de una correlación entre el nivel de ansiedad y el grado de dependencia de las redes sociales. La presente investigación hace uso de un enfoque correlacional como técnica con la esperanza de proporcionar apoyo a los hallazgos anteriores. Últimamente, a nivel práctico, La presente actividad de estudio cumple con las directrices educativas, lo que implica que servirá de modelo para futuras investigaciones, lo que implica que proporcionará una base científica adecuada para la ansiedad y la dependencia de las redes sociales.

Por tal motivo, se plantea la hipótesis general, la dependencia a las redes sociales es un predictor de la ansiedad-estado en una muestra de estudiantes de secundaria de Chiclayo, 2022. Desprendiéndose las siguientes hipótesis específicas, existe relación entre la dependencia y la ansiedad-estado en una muestra de estudiantes de secundaria de Chiclayo, 2022. Existe relación entre la tolerancia y la ansiedad-estado en una muestra de estudiantes de secundaria de Chiclayo, 2022. Existe relación entre la abstinencia y la ansiedad-estado en una muestra de estudiantes de secundaria de Chiclayo, 2022. Existe nivel alto de dependencia a las redes sociales en una muestra de estudiantes de secundaria de Chiclayo, 2022. Existen niveles alto de ansiedad-estado en una muestra de estudiantes de secundaria de Chiclayo, 2022.

Además, se desprende el siguiente objetivo general, determinar si la dependencia a las redes sociales es un predictor de la ansiedad-estado en una muestra de estudiantes de secundaria de Chiclayo, 2022, de la misma manera los objetivos específicos, determinar si existe relación entre la dependencia y la ansiedad-estado en una muestra de estudiantes de secundaria de Chiclayo, 2022.

Analizar si existe relación entre la tolerancia y la ansiedad-estado en una muestra de estudiantes de secundaria de Chiclayo, 2022. Identificar si existe relación entre la abstinencia y la ansiedad-estado en una muestra de estudiantes de secundaria de Chiclayo, 2022. Identificar los niveles de dependencia a las redes sociales en una muestra de estudiantes de secundaria de Chiclayo, 2022. Identificar los niveles de ansiedad-estado en una muestra de estudiantes de secundaria de Chiclayo, 2022.

II. MATERIAL Y MÉTODO

2.1. Tipo y diseño de investigación.

Según Hernández, Fernández y Baptista (2014), el esfuerzo del estudio muestra un enfoque cuantitativo debido a que recolecta datos para probar las hipótesis planteadas, con base en mediciones cuantitativas y análisis estadísticos. En otras palabras, el método cuantitativo recoge datos para probar las hipótesis planteadas. Además, sigue un diseño no experimental ya que no se altera la variable independiente, y tiene un diseño predictivo porque trata de estudiar el vínculo entre la variable ansiedad y la variable dependencia a las redes sociales (Ato et al., 2013). En conclusión, se trata de un estudio transversal ya que solo se recogerán los datos en un instante concreto del tiempo.

2.2. Población y muestra.

2.2.1. Población

Según Hernández et al. (2014), la población a la que se denomina universo está constituida por los conjuntos de datos que cumplen determinados criterios. De tal manera, en esta investigación corresponden a una muestra de estudiantes de secundaria de Chiclayo. En este marco, la población estará conformada por 1263 estudiantes de ambos sexos, de primero a quinto grado de secundaria.

Tabla 1:
Distribución de la población de estudio

Grado	Cantidad
Primero	254
Segundo	284
Tercero	263
Cuarto	231
Quinto	231
N	1263

Fuente: Secretaría de la institución educativa

2.2.2. Muestra

Por motivos de inaccesibilidad al total de la población, se trabajó con una muestra de 356 estudiantes. Este cálculo se realizó mediante la fórmula estadística de los porcentajes de población, con un nivel de confianza del 95% y un margen de error del 5%.

Figura 1: *Ecuación estadística para Proporciones poblacionales*

$$n = \frac{z^2(p \cdot q)}{e^2 + \frac{z^2(p \cdot q)}{N}}$$

n= Tamaño de la muestra
 Z= Nivel de confianza deseado
 p= Proporción de la población con la característica deseada (éxito)
 q= Proporción de la población sin la característica deseada (fracaso)
 e= Nivel de error dispuesto a cometer
 N= Tamaño de la población

2.2.3. Muestreo

Para la presente investigación se trabajó con un muestro probabilístico de tipo estratificado, puesto que las unidades de análisis se distribuyen en estratos (cinco grados académicos). En ese sentido, se aplicó una afijación proporcional (Tabla 2)

Tabla 2:
Distribución de la muestra

Grado	Nº Sujetos en el estrato	Proporción	Muestra del estrato
Primero	254	20.1%	72
Segundo	284	22.5%	80
Tercero	263	20.8%	74
Cuarto	231	18.3%	65
Quinto	231	18.3%	65
N	1263	n	356

2.3. Variables y operacionalización.

Variable	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Instrumento
Dependencia a las redes sociales. Según <u>Greenfield</u> (2009) y <u>Griffiths</u> (2000) como se citó en <u>Echeburúa</u> (2003) la dependencia a las redes sociales se origina a la excesiva exposición a las redes sociales surgiendo alteraciones en la conducta, cuando el uso se toma en exceso, lo cual significa a una falta de control, apareciendo síntomas de abstinencia, ansiedad, depresión, <u>irritabilidad</u> .	Dependencia	Necesidad física o psíquica que tiene el individuo hacia las redes sociales, utilizando este medio para expresar lo que piensa y siente en sus relaciones interpersonales.	1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22, 25, 28, 31, 34, 37, 40, 43	Escala de dependencia a las redes sociales de Castro, et. al. (2013)
	Tolerancia	Necesidad constante de aumentar la cantidad de horas como la frecuencia de uso de las redes sociales.	2, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 23, 26, 29, 32, 35, 38, 41, 44	
	Abstinencia	Malestar, inquietud o irritabilidad cuando no se puede acceder a las redes o cuando se interrumpe la conexión	3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24, 27, 30, 33, 36, 39, 42, 45	

Variables	Dimensiones	indicadores	Ítems	Instrumento
<p>Ansiedad Caro y Miguel-Tobal (2021) entienden la ansiedad como una experiencia emocional desagradable, es una respuesta que engloba aspectos fisiológicos. Caracterizados por un alto nivel de tensión y opresión</p>	Estado	Presencia de ansiedad	3, 4, 6, 7, 9, 12, 13, 14, 17, 18	<p>Test psicométrico Inventario de ansiedad Rasgo – Estado (IDARE) adaptación de Rojas (1997)</p>
		Ausencia de ansiedad	1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19, 20	
	Rasgo	Presencia de ansiedad	22, 23, 24, 25, 28, 29, 31, 32, 34, 35, 37, 38, 40	
		Ausencia de ansiedad	21, 26, 27, 30, 33, 36, 39	

2.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad.

Para recolectar los datos se ha utilizado la técnica de la encuesta.

2.4.1. Dependencia a las redes sociales

Para evaluar esta variable se recurrirá a la Escala de Dependencia a las Redes Sociales creado por Carolina Castro, Katherine Chaname, Ángel Odiaga, Alicia Rivera y Ruth Vilcherres en el año 2013 en Chiclayo, Perú. En cuanto a su composición, consta de 45 ítems los cuales se encuentran repartidos por 3 dimensiones: dependencia, tolerancia y abstinencia. Sus opciones de respuesta se encuentran en formato Likert: Totalmente de acuerdo (1), De acuerdo (2), A veces (3), Desacuerdo (4) y Totalmente en desacuerdo (5). Por último, en cuanto a sus propiedades psicométricas, en la adaptación realizada en el Perú, a través del juicio de experto, demostró un nivel de validez de contenido aceptable ($V=.80$) y confiabilidad a través del coeficiente de Consistencia Interna o métodos de las mitades ($\alpha = .88$).

2.4.2. Ansiedad

Para evaluar esta variable se recurrió al Inventario de Ansiedad Estado-Rango (IDARE) creado por Spielberger, Charles, Díaz-Guerrero, Rogelio en el año 1997 en Estados Unidos. Este instrumento tiene una adaptación en el contexto peruano realizada por Rojas (1997). En cuanto a su composición, consta de 40 ítems los cuales se encuentran repartidos por 2 dimensiones: Estado y Rasgo. Sus opciones en la dimensión de Estado las opciones se encuentran en formato Likert: No en lo absoluto (1), Un poco (2), Bastante (3) y Mucho (4) y la dimensión de Rasgo las alternativas de respuesta se encuentran en formato Likert de frecuencia: Casi nunca (1), Algunas veces (2), Frecuentemente (3) y Casi siempre (4). Por último, en cuanto a sus propiedades psicométricas, en la adaptación realizada en el Perú, a través del juicio de experto, demostró un nivel de validez de contenido aceptable ($V=.80$) y confiabilidad a través del coeficiente de Consistencia Interna o métodos de las mitades ($\alpha = .88$).

2.2. Procedimientos de análisis de datos.

La información se examinó mediante una tabla de Excel, luego se trasladado al software SPSS 25.0. Allí, se analizó a nivel descriptivo mediante frecuencias y porcentajes absolutos. Así también, a nivel inferencial, mediante un análisis de correlación, se estableció el nivel de relación entre las dos variables de la investigación. Se trabajó con un 5% de margen de error y un 95% de nivel de confianza.

2.5. Criterios éticos.

La investigación se llevó a cabo teniendo en cuenta las consideraciones éticas presentadas en el Informe Belmont. Por lo tanto, se obtuvo el permiso informado, con especial atención al mantenimiento de los datos de forma privada.

2.6. Criterios de rigor científico.

El estudio muestra rigor científico al adherirse a los pasos del método científico, que, en este caso, están diseñados para proporcionar nueva información sobre la correlación entre las dos variables de investigación. Del mismo modo, el material refleja los argumentos y el apoyo teórico que se desarrollaron como consecuencia del pensamiento crítico utilizando los insumos encontrados en la literatura científica.

III. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Resultados

Los análisis descriptivos de las variables de estudio se representan con la siguiente tabla

Tabla 3:
Niveles de Dependencia a las redes sociales

Variable	Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Ansiedad Estado	Nivel Bajo	3	0.8
	Nivel Medio	47	13.2
	Nivel Alto	306	86
	Total	356	100
Dependencia a las redes sociales	Nivel alto o gran dependencia	107	30.1
	Nivel medio o dependencia severa	144	40.4
	Nivel bajo o dependencia moderada	105	29.5
	Total	356	100

En la tabla 3, se observa que el nivel medio o dependencia severa con un 40.4% que corresponde a 144 encuestados. Así mismo el nivel alto o gran dependencia con un 30.1% que corresponde a 107 encuestados. Finalmente, el nivel bajo o dependencia moderada con un 29.5% que corresponde a 105 encuestados

Los análisis de correlación entre las variables se representan con la siguiente tabla

Tabla 4:

Análisis de correlación entre las variables de estudio

	Ansiedad Estado	Dependencia las redes sociales	Dimensión dependencia	Dimensión tolerancia	Dimensión abstinencia
Ansiedad Estado	1				
Dependencia las redes sociales	.496**	1			
Dimensión dependencia	.491**	.942**	1		
Dimensión tolerancia	.459**	.957**	.856**	1	
Dimensión abstinencia	.471**	.956**	.844**	.881**	1

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

En la tabla 4 se observan los resultados del análisis de correlación. Así, se evidencia una correlación directa de magnitud moderada entre la variable dependencia a las redes sociales y ansiedad estado ($r = .496$, $p < .05$); de igual modo, se visualiza correlaciones directas, significativas, y de magnitud moderada entre la dimensión dependencia ($r = .491$, $p < .05$), dimensión tolerancia ($r = .459$, $p < .05$), dimensión abstinencia ($r = .471$, $p < .05$), con la variable ansiedad estado.

Discusión

En el Perú, la pandemia COVID-19 ha impulsado el desarrollo de las clases virtuales en estudiantes de nivel básico regular y nivel superior (Huayta-Meza et al., 2022). Este escenario ha sido la causa de que adolescentes de entre 11 a 16 años hayan estado en una constante relación con la avanzada tecnología, teniendo una mayor interacción y presencia con los aparatos tecnológicos, lo cual, en muchos casos se ha convertido en un factor crítico para desarrollar alteraciones psicológicas debido al mal uso de las redes sociales (Ochoa y Barragán, 2022). Frente a ello, en la investigación se detuvo a determinar si la dependencia a las redes sociales es un predictor de la ansiedad-estado en una muestra de estudiantes de secundaria de Chiclayo, 2022.

En cuanto a la hipótesis general, se había planteado que, la dependencia a las redes sociales es un predictor de la ansiedad-estado. Al respecto, se halló un efecto directo y significativo de la variable dependencia a las redes sociales sobre la variable ansiedad estado. Esto quiere decir que, en la medida que un estudiante desarrolle una mayor dependencia psicológica hacia las redes sociales, entonces, mayor será la tendencia a experimentar la ansiedad-estado. Este hallazgo guarda relación con lo reportado en la literatura científica, por ejemplo, en una investigación con 148 adolescentes de Chile, se halló que las redes sociales en su uso excesivo generaban un aumento en la adiposidad corporal, la ansiedad y la depresión (Gómez et al., 2021).

Otro estudio de revisión documental realizado por autores peruanos concluyó que el mal uso de las redes sociales durante la pandemia COVID-19 generó efectos negativos en la salud mental de los estudiantes como, por ejemplo, prevalencia de indicadores de depresión, ansiedad, irritabilidad, bajo rendimiento académico y trastornos del comportamiento (Huamaní-Calloapaza y Bocangel-Marquez, 2022). Al igual que este, existen muchas otras investigaciones que concluyen lo perjudicial que es la dependencia a las redes sociales, tal como fue probado en una investigación con 781 universitarios de Irán, en quienes se observó que los puntajes más altos en uso problemático de las redes sociales se asociaron negativamente con el estado de la salud mental, incidiendo en desarrollar estrés, ansiedad y depresión (Nazarí et al., 2023).

En cuanto a la primera hipótesis específica, se había planteado que existe relación entre la dimensión dependencia y la ansiedad-estado. Al respecto, los resultados de la correlación orientan a reconocer una asociación estadística de magnitud moderada y significativa entre las variables. Lo que quiere decir que, a mayor impulso físico por conectarse a las redes sociales entonces mayor será la tendencia a experimentar la ansiedad-estado. Este hallazgo es coherente con lo reportado en una investigación realizada con imágenes cerebrales, donde se muestran cierta similitud entre el uso problemático de redes sociales y otras adicciones relacionadas con el mecanismo de control inhibitorio, volúmenes reducidos de materia gris en el núcleo accumbens, la amígdala y la ínsula, lo que sugiere efectos gratificantes, hecho que podría explicar el impulso incontrolable de

usar redes como Facebook o Instagram, las más populares entre adolescentes y jóvenes; las mismas que generan repercusiones como sentir ansiedad social (Weinstein, 2023). De igual modo, otra investigación realizada con universitarios de primer año de Alemania, reportó que el uso adictivo de las redes sociales generaba una sensación de menor control en el comportamiento inhibitorio (Brailovskaia & Margraf et al., 2023)

En cuanto a la segunda hipótesis específica, se había planteado que existe relación entre la tolerancia y la ansiedad-estado. Al respecto, los resultados del análisis de correlación demuestran una asociación estadística de magnitud moderada y directa. Lo que quiere dar a entender que, a mayor obligación por estar conectados, mayor será la tendencia a experimentar ansiedad-estado. Este hallazgo guarda relación con el trabajo reportado por Varona-Fernández y Hermosa-Peña (2020) quienes llegan a la conclusión que las adolescentes utilizan mucho las redes sociales y sus relaciones sociales no mejoran por estar pendiente de compartir material y obtener opiniones. Por otro lado, Moreira et al. (2021) indican que los jóvenes tienen hasta tres plataformas de redes sociales diferentes y están al pendiente de sus reacciones y actualizaciones teniendo repercusiones en su salud mental, sobre todo trastornos mentales, como consecuencia del mayor uso de las redes.

En cuanto a la tercera hipótesis, se había planteado que, existe relación entre la abstinencia y la ansiedad-estado. Al respecto, los resultados orientan a reconocer una asociación significativa de magnitud moderada entre estas variables. Lo que quiere decir que a mayor tiempo evitando el uso de las redes sociales preferidas entonces, mayor será la tendencia a experimentar ansiedad-estado. Este hallazgo guarda relación con lo reportado en estudios clásicos donde se asume que existe una relación directa entre la abstinencia y la adicción a sustancias psicoactivas en pacientes adictos (Contreras et al., 2020). En caso de las adicciones sin sustancia, las investigaciones que se enfocaron en el tratamiento y prevención para este tipo de adicciones, revelan que lo ideal es impulsar el uso controlado en lugar de la abstinencia total, dado que no es particularmente factible impedir que las personas accedan a dispositivos que tienen acceso a Internet o

teléfono móvil en la cultura actual, por tanto, prohibir el acceso solo generaría más síntomas de ansiedad (Griffiths et al., 2014).

En suma, estos resultados se pueden interpretar teóricamente bajo el modelo explicativo del condicionamiento operante, en el cual prima el “sistema de recompensa del cerebro”. Bajo esta teoría, es concebible describir las implicaciones que surgen en los estados mentales y fisiológicos como consecuencia del consumo de redes sociales y/o la evitación de las mismas. Desde este punto de vista, todas las adicciones, ya sean conductuales o no conductuales, presentan una serie de características, la más infame y típica de las cuales es la pérdida de control a la que se enfrenta el individuo que sufre la adicción.

Esto se debe a que todas las adicciones, ya sean conductuales o no conductuales, presentan una serie de características. La adicción tiene una serie de efectos negativos en la vida de una persona, como la dependencia, la tolerancia, el estado de abstinencia y el perjuicio para su vida. La segunda característica distintiva de las conductas adictivas es el síndrome de abstinencia, que se refiere a los síntomas que experimentaría un individuo si se abstuviera de la droga o conducta adictiva, ya sea porque lo hace libremente o porque se le coacciona para que lo haga. Un síndrome de abstinencia es una condición clínica que puede ocurrir cuando una persona deja de consumir repentinamente una droga psicoactiva o no consume suficiente cantidad de la misma. Un síndrome de abstinencia es una serie de signos y síntomas biológicos y psicológicos que aparecen en un individuo dependiente cuando deja de consumir la sustancia de forma repentina. (Nieto, 2019).

IV. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

4.1. Conclusiones

Primero: Se probó el efecto directo y significativo de la dependencia a las redes sociales sobre la ansiedad-estado. Por tanto, se concluye que la dependencia a las redes sociales es un predictor de la ansiedad-estado en una muestra de estudiantes de secundaria de Chiclayo, 2022. En este caso, se acepta la hipótesis principal que plantea el investigador.

Segundo: Bajo un nivel de significancia del 5%, se concluye que existe relación entre la dimensión dependencia y la ansiedad-estado en una muestra de estudiantes de secundaria de Chiclayo, 2022. Por tanto, se acepta la primera hipótesis específica planteada por el investigador.

Tercero: Bajo un nivel de significancia del 5%, se concluye que existe relación entre la dimensión tolerancia y la ansiedad-estado en una muestra de estudiantes de secundaria de Chiclayo, 2022. Por tanto, se acepta la segunda hipótesis específica planteada por el investigador.

Cuarto: Bajo un nivel de significancia del 5%, se concluye que existe relación entre la abstinencia y la ansiedad-estado en una muestra de estudiantes de secundaria de Chiclayo, 2022. Por tanto, se acepta la tercera hipótesis específica planteada por el investigador.

4.2. Recomendaciones

Los docentes de la institución educativa, deben aplicar los programas psicoeducativos y charlas para disminuir los niveles de ansiedad estado, así como la pronta identificación de instancias en otras profesiones a través de evaluaciones psicológicas de rutina, además de fomentar la creación de un uso ético de los medios sociales a través de la psicoeducación

Los apoderados de la institución educativa, son uno de los factores que se relaciona con la dependencia de la misma; por ellos que se aconseja educar

a los padres o tutores de los alumnos sobre las dificultades y efectos de la dependencia de las redes sociales, además, de sugerir el uso limitado y adecuado del tiempo en el que los jóvenes puedan conectarse sanamente sin verse afectados o convertirse en candidatos a la ansiedad.

Los estudiantes, deben manejar de manera adecuada la cantidad de horas que pasan frente a sus redes sociales, ya que ello puede disminuir una posible ansiedad, de esta manera no afecte las responsabilidades académicas y no interfiera en el rendimiento escolar.

A los futuros investigadores, profundizar en el tema del estudio en diversos contextos locales, nacionales y mundiales, emplear otros métodos de recogida de información, como entrevistas individuales, con el fin de eliminar la posibilidad de que los estudiantes supriman información relativa a cualquier trastorno del comportamiento que puedan estar experimentando como resultado de un uso excesivo de los medios sociales.

REFERENCIAS:

- American Psychological Association (2010a). APA. *Diccionario conciso de Psicología*. México: Editorial El Manual Moderno.
- American Psychological Association (2010b). *Manual de publicaciones de la American Psychological Association*. México: Editorial El Manual Moderno.
- Ander Egg, E. (2016). *Diccionario de psicología* (2a. ed.). Buenos Aires: Editorial Brujas, 2016.
- Arnao, J. y Surpachin, M. (2016). *Uso y abuso de las redes sociales digitales en adolescentes y jóvenes*.
<http://repositorio.cedro.org.pe/handle/CEDRO/310?mode=full>
- Barlow, D. (2002). *Anxiety and its disorders: The nature and treatment of anxiety and panic* (2nd ed.). Guilford press.
- Beck, A., Emery, G. (2005). *Anxiety disorders and phobias. A cognitive perspective* (rev paperback ed.). Basic Books
- Brailovskaia, J. y Margraf, J. (2023). Less sense of control. More anxiety, and addictive social media use: Cohort trends in German university freshmen between 2019 and 2021. *Current Research in Behavioral Sciences*. 2023, 100088. <https://doi.org/10.1016/j.crbeha.2022.100088>
- Castro, C., Chanamé, K., Odiaga, A., Rivera, A., & Vilcherres, R. Z. (2013). *Escala de dependencia a las redes sociales*. Chiclayo: Universidad Señor de Sipán.
- Clark, D. & Beck A. (2012). *Terapia Cognitiva para los Trastornos de Ansiedad*. Editorial Desclée de Brouwer S.A.
- Consuegra Anaya, N. (2010) *Diccionario de psicología*. Bogotá: Ecoe Ediciones.
- Contreras, Y., Miranda, O. & Torres, V. (2020). Ansiedad y depresión en pacientes adictos a sustancias psicoactivas. *Revista Cubana de Medicina*

- Militar*, 49(1), e492. Epub 01 de marzo de 2020. Recuperado en 28 de agosto de 2023, de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0138-65572020000100007&lng=es&tlng=es.
- Cornejo, M., & Tapia, M. L. (2011). Redes sociales y relaciones interpersonales en internet. *Fundamentos En Humanidades*, 12(24), 219-229.
- Cosacov, E. (2007) *Diccionario de términos técnicos de la Psicología*. 3a ed. Córdoba: Editorial Brujas.
- Cruz-Sotelo, S. E., et al. (2013). Hábitos y prácticas de consumo de teléfonos celulares en México y España. *Revista Internacional de Contaminación Ambiental*. 29(3),33-41.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=37029665004>
- Díaz, C. y Serrato, K. (2017). *Nivel de ansiedad y depresión en mujeres viviendo con VIH/SIDA integradas en una asociación civil privada de Chiclayo. Julio-noviembre, 2016*. [Tesis de grado, Universidad Señor de Sipán].
<https://hdl.handle.net/20.500.12802/2996>
- Domínguez, J. A., y Ybañez, J. (2016). Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa privada. *Revista de Psicología Educativa*, 4(2) ,181 – 230.
<http://revistas.usil.edu.pe/index.php/pyr/article/view/122>
- Echeburúa, E., y Requesens, A. (2012) *Adicción a las redes sociales y nuevas tecnologías en niños y adolescentes*. Guía para educadores. Madrid: Editorial Pirámide.
- Fernández, B. (2010) *Las redes sociales. Lo que hacen sus hijos en Internet*. San Vicente: Editorial Club Universitario.

- Fernández, J. y Quevedo, X. (2018). *Dependencia a las redes sociales y procrastinación académica en universitarios*. [Tesis de pregrado, Universidad Señor de Sipán]. <https://hdl.handle.net/20.500.12802/4981>
- Figueredo, P., Barrios, I., O'Higgins, M., Amarilla, D., Almirón-Santacruz, J., Melgarejo, O., Ruiz-Díaz, N., Castaldelli-Maia, J. M., Ventriglio, A., & Torales, J. (2022). Anxiety, Addiction to Social Networks, Internet and Smartphones in Paraguayan Adolescents: A Brief Report. *Scandinavian journal of child and adolescent psychiatry and psychology*, 10(1), 58–63. <https://doi.org/10.2478/sjcapp-2022-0006>
- Galindo, O.; Álvarez, M. y Alvarado, S. (2013). Ansiedad, depresión y afrontamiento en pacientes con cáncer testicular en tratamiento y periodo de seguimiento. *Psicooncología*. Vol. 10, Núm. 1, 2013. <http://revistas.ucm.es/index.php/PSIC/article/view/41948/39950>
- García del Castillo, J. A., López-Sánchez, C., Tur-Viñes, García del Castillo-Lopez, A., & Ramos Soler, I. (2015) *Las redes sociales: ¿Adicción conductual o progreso tecnológico?* En Fernández Paradas, A. (Coord.) *Interactividad y Redes Sociales* (263-282). Madrid: Editorial ACCI.
- Gómez, R. et al. (2021). Uso de redes sociales, ansiedad, depresión e indicadores de adiposidad corporal en adolescentes. *Salud(i)Ciencia*, 24(6), 327-332. <https://dx.doi.org/10.21840/siic/158538>
- Griffiths, M. Kuss, D. & Demetrovics, Z. (2014). Chapter 6 – Social Networking Addiction: An Overview of Preliminary Findings. *Behavioral Addictions. Criteria, Evidence, and Treatment*. Pages 119-141. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-407724-9.00006-9>

- Herná, Á., Belmonte, L., y Martínez, M. (2018). *Autoestima y ansiedad en los adolescentes*. *ReiDoCrea*, 269-278. <https://www.ugr.es/~reidocrea/7-21.pdf>
- Huamani-Calloapaza, K. E., y Bocangel-Marquez, R. (2022). *Uso de redes sociales virtuales y la salud mental en tiempos de pandemia*. *Puriq*, 4, e398. <https://doi.org/10.37073/puriq.4.398>
- Huayta Meza et al. (2022). Predictores de la satisfacción con los estudios en universitarios peruanos: estudio realizado durante la Pandemia COVID-19. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 20(2), 335-354. ISSN:1696-2095. 2022. no. 57. <https://ojs.ual.es/ojs/index.php/EJREP/article/view/5186/7240>
- Martínez, B, y Moreno D. (2017). Dependencia De Las Redes Sociales Virtuales Y Violencia Escolar En Adolescentes. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1), 105-114. de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349853220011>
- Mejía, G., Paz, J., y Quinteros, D. (2014). Adicción a Facebook y habilidades sociales en estudiantes de una Universidad Privada de Lima. *Revista Científica de Ciencias de la Salud* 7(1) pág. 7-15 https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/rc_salud/article/view/985/pdf
- Mendoza, M. (2018). *Victimización escolar y dependencia a las redes sociales en estudiantes de una Institución Educativa Chiclayo 2018*. [Tesis de pregrado, Universidad Señor de Sipán]. <https://hdl.handle.net/20.500.12802/7218>
- Merodio, J (2010). *Como empezar a promocionar tú negocio en redes sociales*. 1era edición. Edita México.

- Mohanna, G., Romero D. (2013). "Adicción a las redes sociales y ansiedad en estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana".
<http://hdl.handle.net/10757/628014>
- Moreira de Freitas, Rodrigo, et al. (2021). Percepciones de los adolescentes sobre el uso de las redes sociales y su influencia en la salud mental. *Enfermería Global*, 20(64), 324-364. Epub 25 de octubre de 2021.
<https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.462631>
- Morrison, J. (2015). *DSM-5: guía para el diagnóstico clínico*. México: Editorial El Manual Moderno.
- Nazari, A., Hosseinnia, M., Torkian, S. et al. (2023) *Social media and mental health in students: a cross-sectional study during the Covid-19 pandemic*. BMC Psychiatry 23, 458 (2023). <https://doi.org/10.1186/s12888-023-04859-w>
- Nieto, B. (2019). *La ansiedad estado-rasgo y las adicciones*. Madrid.
<https://repositorio.comillas.edu/rest/bitstreams/239022/retrieve>
- Ochoa, F. y Barragán, M. (2022). El uso en exceso de las redes sociales en medio de la pandemia. *ACADEMO Revista de Investigación en Ciencias Sociales y Humanidades*. ISSN 2414-8938 Enero-Junio 2022. Vol. 9 Nro. 1. p. 85.
<https://doi.org/10.30545/academo.2022.ene-jun.8>
- O'Day, E. y Heimberg, R. (2021). Uso de las redes sociales, ansiedad social y soledad: una revisión sistemática. *Elsevier*. 3.
<https://doi.org/10.1016/j.chbr.2021.100070>
- Organización de Telecomunicaciones de Iberoamérica. (18 de octubre 2021). *En el mundo hay más celulares que humanos*
<https://otitelecom.org/telecomunicaciones/mundo-mas-celulares-humanos/>
- Polo, J. (2009). *Twitter... Para quien no usa Twitter* 1era edición. España

- Primack, B. et al. (2017). Uso de múltiples plataformas de redes sociales y síntomas de depresión y ansiedad: un estudio representativo a nivel nacional entre adultos jóvenes de EE.UU. *Elsevier*. 69. Pág, 1-9. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.11.013>
- Reynolds, C., & Richmond, B. (1997). *Escala de ansiedad manifiesta en niños (revisada)*. México: Manual Moderno.
- Rodrich, P. (2019). *Autoestima y ansiedad estado-rasgo en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima*. [Tesis de grado, Universidad de lima]. <https://hdl.handle.net/20.500.12724/10295>
- Roque, E. y Corrales, A. (2018). *Riesgo de adicción a redes sociales y los estilos de crianza en adolescentes del nivel secundario de una institución educativa privada de Lima, 2018*. [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Unión]. <http://hdl.handle.net/20.500.12840/1708>
- Spielberger, C y Díaz-Guerrero, R. (1975). *IDARE: Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado*. El Manual Moderno.
- Suárez, D (2021) *Estilos de crianza y dependencia a las redes sociales en adolescentes del quinto grado de secundaria de una institución educativa de Chiclayo, 2019*. [Tesis de pregrado, Universidad Señor de Sipán]. <https://hdl.handle.net/20.500.12802/9198>
- Ureña, A. et al. (2011). *Las Redes Sociales en Internet*. España. http://www.ontsi.red.es/ontsi/sites/default/files/redes_sociales_documento_0.pdf
- Vannuci, A., Flannery, K. y McCauley, C. (2017) Uso de redes sociales y ansiedad en adultos emergentes. *Revista de trastornos afectivos*. Volumen(207), 163-166. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.08.040>

Varona-Fernández MN, Hermosa-Peña R. Percepción y uso de las redes sociales por adolescentes. (2020). *Revista Enfermería Comunitaria (Revista de SEAPA)*. 8 (1): 18-30.


Weinstein, A. (2023). *Problematic Social Networking Site use-effects on mental health and the brain*. *Front. Psychiatry*, 19 January 2023. Sec. Addictive Disorders. Volume 13 – 2022. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.1106004>

ANEXOS

ACTA DE APROBACIÓN DEL ASESOR

Yo **Mamani Benito Oscar Javier**, quien suscribe como asesor designado mediante Resolución de Facultad N° **1007-2023/FADHU-USS**, del proyecto de investigación titulado “Dependencia a las redes sociales como predictor de la ansiedad-estado en una muestra de estudiantes de secundaria de Chiclayo, 2022”, desarrollado por el estudiante: **Manuel Alberto Martínez Cerquín** del programa de estudios de **Psicología**, acredito haber revisado, y declaro expedito para que continúe con el trámite pertinentes.

En virtud de lo antes mencionado, firman:

Apellidos y nombres	DNI	Firma:
Mg. Mamani Benito Oscar Javier	44459526	

Instrumentos.

INVENTARIO DE ANSIEDAD RASGO – ESTADO [A-E]

INSTRUCCIONES: Algunas expresiones que la gente usa para describirse aparecen abajo. Lea cada frase y marque el cuadro numerado que indique cómo se *siente ahora mismo, o sea, en este momento*. No hay contestaciones buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero trate de dar la respuesta que mejor describa sus sentimientos ahora.

	ITEMS	NO EN LO ABSOLUTO	UN POCO	BASTANTE	MUCHO
1	Me siento calmado(a)				
2	Me siento seguro(a)				
3	Estoy tenso(a)				
4	Estoy contrariado(a)				
5	Estoy a gusto				
6	Me siento alterado(a)				
7	Estoy preocupado(a) actualmente por algún posible contratiempo				
8	Me siento descansado(a)				
9	Me siento ansioso(a)				
10	Me siento cómodo(a)				
11	Me siento con confianza en mí mismo(a)				
12	Me siento nervioso(a)				
13	Me siento agitado(a)				
14	Me siento “a punto de explotar”				
15	Me siento reposado(a)				
16	Me siento satisfecho(a)				
17	Estoy preocupado(a)				
18	Me siento muy agitado(a) y aturdido(a)				
19	Me siento alegre				
20	Me siento bien				

INVENTARIO DE ANSIEDAD RASGO – ESTADO [A-R]

INSTRUCCIONES: Algunas expresiones que la gente usa para describirse aparecen abajo. Lea cada frase y marque el cuadro numerado que indique cómo se siente *generalmente*. No hay contestaciones buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero trate de dar la respuesta que mejor describa cómo se siente *generalmente*.

	ITEMS	CASI NUNCA	ALGUNAS VECES	FRECUENTEMENTE	CASI SIEMPRE
21	Me siento bien				
22	Me canso rápidamente				
23	Siento ganas de llorar				
24	Quisiera ser tan feliz como otros parecen serlo				
25	Pierdo oportunidades por no poder decidirme rápidamente				
26	Me siento descansado(a)				
27	Soy una persona “tranquila”, serena y sosegada				
28	Siento que las dificultades se me amontonan al punto de no poder superarlas				
29	Me preocupo demasiado por cosas sin importancia				
30	Soy feliz				
31	Tomo las cosas muy a pecho				
32	Me falta confianza en mí mismo(a)				
33	Me siento seguro(a)				
34	Procuro evitar enfrentarme a las crisis y dificultades				
35	Me siento melancólico(a)				
36	Me siento satisfecho(a)				
37	Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente y me molestan				
38	Me afectan tanto los desengaños que no me los puedo quitar de la cabeza				
39	Soy una persona estable				
40	Cuando pienso en mis preocupaciones actuales me pongo tenso(a) y alterado(a)				


ANEXO 02

Datos Sociodemográficos


Variable	Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Género	Femenino	171	48
	Masculino	185	52
	Total	356	100
Edad	11 a 13 años	158	44.4
	14 a 17 años	198	55.6
	Total	356	100
Grado	1° grado	72	20.2
	2° grado	80	22.5
	3° grado	74	20.8
	4° grado	65	18.3
	5° grado	65	18.3
	Total	356	100

Se puede visualizar el género de los encuestados. Destaca el 52% de los encuestados son del género masculino, así mismo el género femenino encuestado corresponde a un 48%. Además, se observan los datos correspondientes a la edad de los encuestados. Destacan las edades entre 14 a 17 años con un porcentaje de 55.6%; de la misma manera, 11 a 13 años, con un porcentaje de 44.4%. el grado de los encuestados. También, se distingue que el 22.5 % de los encuestados corresponde al 2° grado, así mismo con 20,2% el 1° grado, seguido de 20.8% el 3° grado de los encuestados, también una 18.3%, el 4° grado y finalmente un 18.3 % el 5 ° grado.

Evidencias de gestión



CIMA



INSTITUCIÓN EDUCATIVA
INICIAL - PRIMARIA
SECUNDARIA

AUTORIZACIÓN PARA EL RECOJO DE INFORMACIÓN

Chiclayo, 23 de noviembre de 2022

Quien suscribe:



Sr. Luis Enrique Ríos Garabito
Director de la I.E.P. "CIMA"

Autoriza: Permiso para el recojo de información pertinente en función del trabajo de investigación, denominado: **DEPENDENCIA A LAS REDES SOCIALES COMO PREDICTOR DE LA ANSIEDAD-ESTADO EN UNA MUESTRA DE ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE CHICLAYO, 2022.**

Por el presente el que suscribe Luis Enrique Ríos Garabito, director de la institución educativa "CIMA", AUTORIZO al estudiante: Manuel Alberto Martínez Cerquín, con DNI N° 46552695, estudiante de la Escuela Profesional de Psicología, y el autor del trabajo de investigación denominado: **DEPENDENCIA A LAS REDES SOCIALES COMO PREDICTOR DE LA ANSIEDAD-ESTADO EN UNA MUESTRA DE ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE CHICLAYO, 2022.** al uso de dicha información que conforma el expediente técnico, así como las hojas de memorias, cálculos entre otros como planos para efectos exclusivamente académicos de la elaboración del trabajo de investigación, enunciada líneas arriba. De quien solicita.

Se garantiza la absoluta confidencialidad de la información solicitada.

Atentamente.



Prof. Luis Ríos Garabito
Director

PENSAMIENTO

PROPUESTA

ACCIÓN

Sede Grau - La Victoria
(074) 473906 979 283 355

Sede Alfonso Ugarte 640 - Chiclayo
(074) 235050 979 690 172

Sede José L. Ortiz - Cruz de Chalpón 117-125
(074) 627208 945 316 318

Consentimiento informado

