



Universidad
Señor de Sipán

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

TESIS

**Adicción a las redes sociales y estrés
academico en estudiantes de primer año de
secundaria de una Institución Educativa,
2023**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

Autoras:

Bach. Alejandria Vilchez, Estephany Sheiry Joany
(<https://orcid.org/0000-0002-8373-2121>)

Bach. Salazar Apaestegui, Maria Ursula de los Angeles
(<https://orcid.org/0000-0001-9067-6378>)

Asesora:

Dra. Torres Díaz María Malena

(<https://orcid.org/0000-0001-9213-0475>)

Línea de investigación:

**Desarrollo humano, Comunicación y Ciencias jurídicas para
enfrentar los desafíos globales**

Sublínea de investigación

Bienestar y Desarrollo de habilidades para la vida

Pimentel – Perú

2024

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD

Quienes suscriben la DECLARACIÓN JURADA, somos egresado (s) del Programa de Estudios de **Psicología** de la Universidad Señor de Sipán S.A.C, declaramos bajo juramento que somos autoras del trabajo titulado:

Adicción a las redes sociales y estrés académico en estudiantes de primer año de secundaria de una Institución Educativa, 2023

El texto de nuestro trabajo de investigación responde y respeta lo indicado en el Código de Ética del Comité Institucional de Ética en Investigación 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 informamos que la investigación cumple con ser inédito, original y autentico.

En virtud de lo antes mencionado, firman:

| | | |
|--|---------------|---|
| Alejandria Vilchez, Estephany Sheiry Joany | DNI: 73634445 |  |
| Salazar Apaestegui, Maria Ursula de los Angeles | DNI: 48150378 |  |

Pimentel, 15 de mayo 2024.

NOMBRE DEL TRABAJO

**INVESTIGACION ALEJANDRIA VILCHEZ -
SALAZAR APAESTEGUI.docx**

RECuento DE PALABRAS

7094 Words

RECuento DE CARACTERES

37969 Characters

RECuento DE PÁGINAS

26 Pages

TAMAÑO DEL ARCHIVO

42.7KB

FECHA DE ENTREGA

Jul 10, 2024 10:21 AM GMT-5

FECHA DEL INFORME

Jul 10, 2024 10:22 AM GMT-5

● **21% de similitud general**

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

- 18% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 18% Base de datos de trabajos entregados
- 5% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

● **Excluir del Reporte de Similitud**

- Material bibliográfico
- Coincidencia baja (menos de 8 palabras)
- Material citado

**ADICION A LAS REDES SOCIALES Y ESTRÉS ACADEMICO EN
ESTUDIANTES DE PRIMER AÑO DE SECUNDARIA DE UNA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA, 2023**

Aprobación de Jurado

Mg. Llacsá Vásquez Mercedes

Presidente del Jurado de Tesis

Dra. López Ñiquen Karla Elizabeth

Secretario del Jurado Tesis

Mg. Bernal Marchena Luisa Paola

Vocal del Jurado de Tesis

DEDICATORIA

Dedico esta tesis a mis padres por su amor incondicional, apoyo y esfuerzo, así mismo por los sacrificios realizados durante todo este periodo de investigación, por preocuparse por mi desarrollo profesional, creer en mí y mis sueños y por la confianza brindada. A mi hijo Jheremi Zamora Alejandría quien durante este periodo ha sido mi motor y motivación para salir adelante, luchar por mis sueños y poder superar cada obstáculo, a mi hermana Yuliana Alejandría Vílchez por su apoyo incondicional, guiarme con sus conocimientos y orientación para poder culminar esta investigación.

DEDICATORIA

A Dios, que ilumino mi camino, por darme la sabiduría, salud e inteligencia, y el don de la vida para poder finalizar unas de las metas más anheladas.

A mi madre Cristina por ser el apoyo incondicional en todo momento, siendo mi ejemplo de perseverancia que la caracteriza para salir adelante.

A mi esposo por ser el pilar fundamental, dándome su confianza, consejos, cariño y amor y su apoyo incondicional para poder culminar esta etapa.

A mi hijo quien desde que llego a mi vida le dio un impulso importante para seguir adelante y acompañarme en unas de las metas más importantes.

A mis Abuelos, que están en el cielo fueron las personas que me enseñaron cosas fundamentales y vitales, y encaminaron por un buen sendero.

AGRADECIMIENTO

Quiero agradecer a nuestro docente de investigación de la escuela académica profesional de psicología de la universidad Señor de Sipán por sus orientaciones durante todo el proceso y desarrollo de nuestra investigación.

Así mismo agradecer a la institución educativa particular Peruano Español Sede la Victoria, por abrirme sus puertas y permitirme realizar mi trabajo de investigación, mostrando en todo momento disponibilidad para apoyarme y así poder culminar con esta investigación.

RESUMEN

La presente investigación tuvo como fin, determinar la relación existente entre la adicción a redes sociales y el estrés académico en estudiantes del primer año de secundaria de una Institución Educativa de la ciudad de Chiclayo. Corresponde a una metodología cuantitativa, descriptivo-correlación, lo que permitió poder comprobar y rechazar las hipótesis propuestas en el desarrollo de la presente. La población en estudio estuvo conformada por 100 estudiantes pertenecientes a las secciones A, B, C y D; quienes fueron evaluados mediante los instrumentos; La escala de adicción a las redes sociales creada por Ecurra y Salas en el año 2014, y la Escala de estrés académico creada por Barraza en el año 2020.

Como resultados se obtuvo que, no existe relación significativa ($p > .05$) entre la adicción a las redes sociales y el estrés académico en estudiantes de primer año de secundaria en una institución educativa, Chiclayo. Esto sugiere que ambas variables actúan de manera independiente, por tanto, se rechaza la hipótesis planteada.

Palabras clave: Adicción, redes sociales, estrés académico.

ABSTRACT

The purpose of this research was to determine the relationship between addiction to social networks and academic stress in first-year high school students of an Educational Institution in the city of Chiclayo. It corresponds to a quantitative, descriptive-correlation methodology, which allowed us to verify and reject the hypotheses proposed in the development of this study. The study population was made up of 100 students belonging to sections A, B, C and D; who were evaluated using the instruments; The social media addiction scale created by Escurra and Salas in 2014, and the Academic Stress Scale created by Barraza in 2020.

As results, it was obtained that there is no significant relationship ($p > .05$) between addiction to social networks and academic stress in first-year high school students in an educational institution, Chiclayo. This suggests that both variables act independently, therefore, the proposed hypothesis is rejected.

Keywords: Addiction, social networks, academic stress

INTRODUCCIÓN

Los avances tecnológicos continúan su progresión, y con ello, la creciente dependencia de los seres humanos hacia ellos., este fenómeno se manifiesta de manera notable en la población adolescente, que se encuentra cada vez más inmersa en el uso de las nuevas tecnologías. La falta de supervisión en el acceso a estas herramientas ha propiciado que los jóvenes dediquen largas horas a las redes sociales, donde interactúan tanto con amigos como con desconocidos. Esta realidad conlleva implicaciones tanto positivas como negativas, como señala Martínez (2018), el aumento de la conectividad digital puede ofrecer oportunidades significativas, pero también puede resultar en consecuencias adversas, especialmente para los jóvenes que pueden descuidar sus responsabilidades académicas y comprometer su bienestar físico y mental.

Actualmente el consumo excesivo de las redes sociales es una temática cotidiana, debido a que las tecnologías se encuentran a la mano de cada uno de los individuos, sin embargo, se deja de lado las consecuencias que ello genera, más aún en los adolescentes y jóvenes, que es donde se evidencia que los mismos presentan un nivel de estrés académico elevados, atrayendo así deficiencias en su concentración y nivel cognitivo (Miñan et al., 2023).

Para reafirmar la postura, tenemos a West y Brown (2013), estos autores refieren que el empleo de las redes sociales se vuelve una adicción, cuando el individuo pierde el control sobre dicha actividad, estos pueden pasar hora en las redes sociales sin darse cuenta o poner un límite y repite la misma acción todos los días.

Mientras que, respecto al estrés académico, es considerado como un estado en donde el alumno percibe de manera negativa las exigencias del medio el que se desenvuelve, resultando así angustiantes las situaciones a las que está expuesto durante su proceso de formación, evitando que logre controlarlas, evidenciándose sintomatología somática, como decaimiento, problemas para conciliar el sueño, esto se refleja en el bajo rendimiento académico, desinterés, ausentismo hasta deserción (Zárate et al., 2017; citados por Silva, et al., 2020).

En base a lo mencionado con anterioridad, se debe conocer que, los medios tecnológicos están ligados con el progreso de la humanidad, pero a medida que estas van avanzando, los seres humanos nos volvemos más dependientes a estas, tal es el caso de los adolescentes quienes están más relacionadas con las nuevas tecnologías, y debido a la escasa vigilancia para acceder a estas los adolescentes pasan horas en las redes sociales interactuando con amigos e incluso personas que no conocen. Sin duda, así como nos trae ventajas también nos trae desventajas entre ellas que los adolescentes pueden pasar horas en el internet y dejan de lado sus obligaciones entre ellas los trabajos académicos, afectando su bienestar físico y psicológico.

Por ello, las tecnologías basadas en Web brindan actuales formas de comunicación establecidas en la lenidad de tiempo, espacio y ubicación, lo que a su vez genera una transformación educativa y formas innovadoras para proporcionar el desarrollo y el intercambio de información y publicación generada por el usuario, junto con el desarrollo y el intercambio de aplicaciones educativas diseñadas para que los alumnos logren ser agentes activos y manejar su propio conocimiento. (Altuzarra et al., 2020).

Por otro lado, para ahondar un poco más acerca de la presente problemática, existen investigaciones que pueden permitir conocer la realidad en los diferentes contextos; e iniciaremos en el contexto internacional, donde, encontramos a Valencia y Cabero, en el año 2019, desarrollaron una investigación en Sevilla con tema sobre la adicción de los alumnos a las RS. Los adolescentes y preadolescentes usan RSO como método preferido en su declaración e interacción para ampliar sus amistades, demandando información, basado en el entretenimiento, como medio de trato, y para establecer nuevas frases de comunicación. Para todos estos comportamientos, el fin del estudio fue comprender e identificar el alcance de la adicción entre quienes se encontraban en la etapa de la juventud y la adolescencia de diversos países. Bajo esta razón, evaluaron a la población con ayuda de la escala denominada Social Media Adicción Scala - Studen Form a 3.223 participantes en varios países Latinoamericanos entre ellos Perú.

Sahu et al (2020) en la India, se enfocaron en; conocer el empleo de las redes sociales y los estilos de vida que promueven el bienestar de los alumnos de medicina de Hindú. Al pasar a la cuenta de estilo de vida en salud -HPLP-II-, la media fue de doceavo grado, o sea 66 (el máximo posible fue de ochenta y ocho); no se observaron distinciones por género en la suma de puntos o la dimensión de en el ámbito de la actividad física, y los individuos del sexo femenino tenían una mayor puntuación en el ámbito de la responsabilidad en salud; quienes aún viven en casa de su familia tenían una mayor puntuación en el ámbito de la misma, que aquellos que viven en el exterior. Concluyeron en su estudio que hay un empleo excesivo de dichas tecnologías, en particular de las usadas por los jóvenes varones. Este análisis asimismo exhibió menor puntuación de la esperada dentro de los campos de vida saludable promotores de la salud, en particular para la el control del estrés.

Para Moreira et al. (2021) Describir lo que perciben los jóvenes sobre la utilización de las redes sociales y la influencia sobre la salud mental; se trata de un estudio cuantitativo-descriptivo, donde contaron con la participación de jóvenes que comprendían entre los 10 y 19 años, que utilizan las redes sociales. La muestra fue compuesta por 71-70 participante escogido por la manera en que se forma una nieve. En cuanto al uso de redes sociales, el 100% de los entrevistados dijo que las utilizaba con asiduidad, el 27 por ciento dijo que formaba parte de 3 redes sociales, siendo Instagram y WhatsApp las más populares, con un 27 por ciento cada una. En torno a los peligros de la utilización, el 34 por ciento de los entrevistados dijo que era la publicación de información personal. El uso cada vez mayor de Internet está ocasionando que se desarrollen algunas enfermedades, incluyendo las mentales, es por ello que es importante que quienes están enfocados en el área de la salud intervengan esta problemática.

Ramírez et al (2021) en México, con el cambio repentino a clases virtuales debido al estado de confinamiento por COVID-19 que instó a que los estudiantes utilicen la tecnología cada vez de manera más consistente, existe el riesgo de adicción al uso de la tecnología y sus respectivas consecuencias académicas. 250 estudiantes universitarios participaron en este estudio, cuyo objetivo era explorar 1) diferencias de género significativas en la procrastinación académica

y la adicción social a Internet, y 2) la asociación entre los dos fenómenos. Existe diferencia de autorregulación y consecuencias debido al empleo de redes sociales, existiendo una correlación significativa entre las dimensiones de cada una de los constructos. Es importante que los profesores participen, entre otras cosas, en una autorregulación que promueva estas conductas problemáticas.

Mientras que, en el contexto nacional encontramos a Araoz y gallegos (2020) en Puerto Maldonado; se enfocaron averiguar el vínculo entre el funcionamiento de la familia y la adicción a las redes sociales en jóvenes de los últimos grados de un colegio público en Puerto Maldonado. Se trata de una investigación cuantitativa, no experimental, correlacional. Contaron con la participación de 195 jóvenes, quienes fueron evaluados con la Escala de evaluación de Coherencia y adaptabilidad familiar; y el Cuestionario de Adicción a redes sociales. Como conclusiones tuvieron que, hay relación en dirección opuesta y significativamente entre la capacidad familiar y el vicio a las redes sociales. Se llegó a la conclusión de que el bajo desempeño familiar relacionado a la adicción a las redes sociales es causa de bajo desempeño.

También, tenemos a Ochoa y Barragán (2022) en Cusco, desarrollaron su investigación donde analizaron el importante aumento de las redes sociales durante el confinamiento. En primer lugar, se refiere al empleo ya existente antes de la llegada de la pandemia en todos los factores de la vida, ya sea ocio, trabajo o estudio, y el segundo se compara con el enorme aumento de personas debido al confinamiento, así mismo la presencia de factores estresantes. Se observó que uno de los usos más comunes es buscar información sobre problemas de salud y epidemias, y en muchos casos, informarse de forma equívoca, podría llegar a generar niveles de estrés elevados en los pacientes. Muchas personas comenzaron a elegir canales de información no auténticos, por lo que el uso de las redes sociales aumentó significativamente, ocasionando incluso a generar dependencia de estos canales.

Para Fernández (2022) en Lima, determinó la relación del estrés académico y la adicción a las redes sociales entre los alumnos de universidades públicas durante la pandemia, Gossip, 2022; contaron con la participación de alumnos de escuelas técnicas superiores en cuatro profesiones vocacionales, la muestra es

el censo (280), la herramienta utilizada es la Escala de Estrés Académico SISCO y Cuestionario de adicción a las redes sociales. Como resultado evidenciaron la relación existente entre ambos constructos ($r=.369^{**}$) y las dimensiones estrés académico y adicción a las redes sociales (adicción, falta de control personal y uso excesivo), también se encontró un grado moderado de estrés académico, y menos adictivo a las redes sociales. En resumen; a mayor presión académica, mayor adicción a las redes sociales; además, la presión académica de los estudiantes es moderada.

Para Alfageme (2022) en Lima; se propuso evaluar si la dependencia a las redes sociales se encuentra asociada a sintomatología ansiosa, depresión o estrés en alumnos de la Universidad Ricardo Palma durante el 2020.: Se hizo una investigación transversal analítica que recogió información a través de dos cuestionarios en línea aprobados, la escala DASS-21, y la ARS. En el estudio se calculó la razón de seroprevalencia y se hizo la medición del cuadrado de chi-cuadrado. 689 alumnos fueron evaluados, el 43.9 por ciento ($n=439$) eran mujeres y el 36.1 por ciento ($n=250$) eran hombres. El setenta y nueve por ciento exhibía algún nivel dependiente de las redes sociales, de las cuales, el dieciséis por ciento era grave; el cuarenta y ocho por ciento era de sexo femenino. Se detectó relaciones importantes entre la magnitud de Adicción a las redes sociales y las cifras de ansiedad, depresión y estrés en los alumnos de la Universidad Ricardo Palma durante el 2020.

Y, en el contexto local, tenemos a, Flores y Micaela (2020) en Chiclayo, realizó una investigación sobre adicción a las redes sociales en alumnos, cuyo fin fue determinar los niveles de adicción a las redes sociales, para este estudio se utilizó el test de adicción a las redes sociales (ARS), el cual fue construido y validado por Salas Y Ecurra (2014), la muestra utilizada para esta investigación fue de 146 estudiantes. Hallaron que, el 51% de los alumnos presentan un grado medio de adicción a las redes sociales, siendo así un signo de alerta.

Por otro lado, respecto a las definiciones tenemos que, la adicción es considerada una afección que se puede tratar, la cual involucra interacciones entre el cerebro, genética, medio ambiente y experiencias del individuo. Dentro de las adicciones se puede dar mediante el uso de sustancias que afectan física

y emocionalmente al individuo, así también cuando se participa en comportamientos los cuales se dan durante un periodo largo, en el cual el individuo le cuesta cambiar dicho comportamiento (Asam, 2019).

Mientras que la red social, es una plataforma digital la cual diversos individuos, los mismos que se contactan mediante este medio, poseen algo en común, ya sea intereses, actividades, así mismo es donde tienen la oportunidad de poder contactarse con personas de distintos lugares de ciudades y/o mundo, para poder comunicarse y/o intercambiar información (Del Prete y Redon, 2020).

Por ende, la adicción a las redes sociales, según Yosef y Kunuya (2021), esta adicción es un problema común entre los estudiantes de esta edad y afecta negativamente el pensamiento, genera un bajo desempeño escolar y colabora en profesiones peligrosas, lo que puede causar lesiones de ansiedad y estrés. Las adicciones conductuales se basan en un inicio distinto al modelo tradicional de adicción. La problemática no es explorada a profundidad en Etiopía.

Para los autores Kumar y Mondal (2019) indica que internet es una de las herramientas con mayor prevalencia en la actualidad, y que tiene un impacto en los alumnos, que se ve reflejado en un mayor uso de internet. Trae cambios en el humor, incapacidad para regular la cantidad de consumo, síntoma de abstinencia, escaso desenvolvimiento en la sociedad y consecuencias negativas en el trabajo o en los estudios, además, perjudica la autoestima de los estudiantes.

Y, el modelo teórico que lo fundamente, tenemos a los modelos de pensamiento; con base en los componentes teóricos que sustentan el cuestionario de socialización, se valoraron los extremos del DSM IV, utilizando su taxonomía de disturbios en la conversación juego. La base para un aumento de la conducta correspondiente al uso de Internet se asocia en el DSM con la ludopatía, ya que en este contexto cobran relevancia las adicciones a los objetos tecnológicos y las RS, describiéndolas como una enfermedad crónica y continua los impulsos incontrolables crean estrés o excitación en previsión de un comportamiento seguido de sentimientos de placer o liberación (Escrura y Salas, 2019).

Por otro lado, tenemos a la variable de estrés académico, el cual es considerado como una respuesta a una determinada acción que genera una activación física, emocional psicológica y en relación a la conducta, frente a situaciones que se desarrollen en el ámbito académico (Escobar, et al., 2018); el mismo que ocasiona que la persona que lo padece presente síntomas como, falta de sueño, el cansancio, cefaleas, dolor en la parte del abdomen, dolor muscular, manía de morderse las uñas (físicas), en cuanto a sintomatología psicológica, se podría evidenciar síntomas depresivos, ansiosos, irritabilidad, temor, por otro lado, en lo conductual se evidencian personas que buscan el aislamiento, el desánimo, problemas en la alimentación (Estrada, et al., 2021).

Mientras que, dentro de los estresores diversos autores han podido determinar varios, sin embargo, entre los más frecuentes y coincidentes entre ellos, se encuentra el requerimiento excesivo de las actividades académicas a desarrollar y el corto periodo para que las lleven a cabo; la dificultad y exceso de evaluaciones y finalmente el hecho que en algunas instituciones educativas deban tener más de 8 horas de clases (Alfonso, et al., como se citó en Estrada, et al., 2021).

Y, como estrategias de afrontamiento, Valdivieso-León, et al., (2020); en base a un estudio que llevaron a cabo pudieron determinar algunas estrategias que permiten que los escolares puedan afrontar el estrés académico en el nivel que se encuentre, dentro de los que se encuentra, el que el estudiante pueda tomar decisiones basándose en lo que le gustaría realizar, también el poder manifestar sus emociones, que le brinden herramientas para resolver conflictos y contar con un espacio personal, el cual le permita a él buscar un espacio de tranquilidad y meditación, sin que lo excluyan del entorno social.

Así mismo, el modelo teórico que fundamenta dicha variable, tenemos el propuesto por Barraza-Macías en el año 2007, quienes posteriormente crean el Inventario SISCO que mide 3 componentes, y en ello se basa su modelo teórico, el primero es el estímulo estresor, los cuales se pueden dar en diversas situaciones que al estudiante le genere emociones negativas (acumulación de tareas, clases extensas, corto tiempo para presentación de trabajos); luego están los síntomas indicadores del desequilibrio sistemático, el cual se caracteriza

porque es aquí donde la situación estresante genera como reacción un conjunto diverso de sintomatología (Fátima, dolor de cabeza, irritabilidad, insomnio); y finalmente están las estrategias de afrontamiento, y es aquí donde al estudiante conoce herramientas que le permite poder minorar el impacto de las situaciones estresantes y encuentra un camino de solución (Guzmán, et al., 2022).

Por ende, en base a lo descrito anteriormente, se plantean plantea la presente hipótesis: Existe una correlación significativa entre la variable adicción a las redes sociales y la variable estrés académico en estudiantes de primero de secundaria de una institución educativa Chiclayo.

Para posteriormente dar respuesta a los objetivos propuestos, que son: Determinar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y estrés académico en estudiantes de primer año de secundaria en una institución educativa, Chiclayo; mientras que los específicos, son: Establecer la relación entre la dimensión obsesión por las redes sociales con las dimensiones del estrés académico, Establecer la relación entre la dimensión falta de control personal en el uso de las redes sociales con las dimensiones del estrés académico, Establecer la relación entre la dimensión uso excesivo las redes sociales con las dimensiones del estrés académico, e Identificar los niveles de la adicción a redes sociales, Identificar los niveles de estrés académico en los estudiantes de primer año de secundaria en una institución educativa, Chiclayo.

En base a lo mencionado con anterioridad, la presente se enfocó en investigar la relación entre los constructos que se consideraron sobre la población en cuestión, ya que esto nos permitió comprender su efecto en los estudiantes adolescentes de primero de secundaria. Por otra parte, el propósito de este trabajo fue pertinente debido a que se basó en el estrés en el ámbito académico de los estudiantes y la adicción a las RS que son un problema actual, los cuales el estudio abordó.

Por ello, la investigación que se presentó tiene valor teórico, dado que proporcionó mayor y nueva información teórica sobre la conducta de las variables en relación con la población seleccionada, alumnos del 1er año de secundaria., así mismo la investigación pretendió llenar el vacío existente de las variables, teniendo en cuenta información confiable para sustentar sus

fundamentos, lo que igualmente sirvió como requisito previo para futuros trabajos que busquen explorar más a fondo los fenómenos descritos en poblaciones universitarias.

Con respecto al ámbito práctico, es posible entender la conexión entre el estrés académico y el vicio a las RS en los estudiantes de la institución tuvo como resultado la creación de consciencia en el proceso de tutoría, que benefició los resultados para desarrollar estrategias de intervención y prevención de la sintomatología y las conductas adictivas.

A nivel social, este estudio fue significativo para entender la manera en la que la salud mental de los estudiantes que están bajo el influjo de las RS y el cansancio producido por el estudio serán entendidos científicamente. En él, se logró concientizar y sensibilizar acerca de las consecuencias del mal uso del internet y del celular, las cuales afectan de manera negativa el progreso de la persona.

II. MATERIALES Y MÉTODOS

Tipo y diseño

La investigación adopta un enfoque básico, según lo descrito por Castro et al. (2023), que se sustenta en la teoría y busca generar nuevos conocimientos para complementar investigaciones previas.

Consta de un estudio descriptivo-correlacional; debido a que se trata de determinar las características, propiedades y formas de ser de las personas, grupos, procesos estos eventos que están bajo estudio y para determinar si hay una relación entre las variables en cuestión (Hernández, et al., 2018).

El diseño de la investigación responde a un trabajo no experimental, transversal, debido a que los constructos se analizarán en un único momento, así como en un área determinada e identificada (Castro, et al., 2023). Además, el método que se utilizará en el presente estudio, es el hipotético- deductivo, De la Cruz (2020), refiere que es considerado como una filosofía la cual aborda la ciencia, permitiendo así probar nuestra hipótesis, así mismo nos ayuda a poder observar y así recolectar los datos más relevantes.

Población y muestra

Considerada como la unión de diversas personas que tienen en común ciertas particularidades, los cuales serán evaluados, para posteriormente se puedan analizar y procesar dichos resultados que arrojará la evaluación (Hernández et al 2018). Por ello la población está constituida por un total de 120 alumnos del primer año de secundaria en una I.E. Chiclayo, con un rango de edad de 12 a 14 años.

La muestra se caracteriza por ser la sub división del conjunto total de la población, la cual se va a tomar para poder desarrollar el estudio de investigación (Mucha-Hospinal, 2021).

Para la investigación, se optó por utilizar un muestreo no probabilístico por conveniencia, en base a la accesibilidad y disponibilidad de la población objetivo, como afirma Condori-Ojeda (2022); es así que la muestra estuvo conformada por 100 alumnos del primer año del nivel secundario de una institución educativa.

Teniendo en cuenta los criterios de inclusión fueron : alumnos del primer año del nivel secundario , que se encuentre matriculados en el periodo escolar 2023, alumnos que comprendan las edades de 12 a 14 años , alumnos de ambos sexos y que se encuentren presentes en el momento de la aplicación de los instrumentos. Para los criterios de exclusión no se consideraron a estudiantes con necesidades educativas especiales o de otro nivel educativo.

Técnicas

Se utilizan como técnica las encuestas; Gómez (2020) describe estas técnicas como aquellas que permiten poder evaluar, y recolectar información percibida por cada uno de los participantes, y ello permitirá que se llegue a desarrollar el presente estudio.

Para medir la variable de redes sociales, se empleó el Cuestionario de adicción a redes sociales (ARS), por Miguel Escurra Mayaute y Edwin Salas Blas en el año 2014 tiene como objetivo principal, conocer el nivel de adicción a las redes sociales entre la población peruana. Consta de un cuestionario que incluye 24 ítems, diseñados para abordar diversas dimensiones e indicadores relacionados con la adicción a las redes sociales., estas dimensiones pueden incluir aspectos como el tiempo dedicado al uso de redes sociales, la interferencia con las actividades diarias, la ansiedad o la necesidad compulsiva de estar conectado, entre otros.

El enfoque de respuesta es característico de las escalas tipo Likert, donde se presenta una afirmación y se solicita a los participantes que indiquen su nivel de acuerdo o desacuerdo con ella en función de una serie de opciones predefinidas, en una escala de cinco puntos que va desde "Nunca" hasta "Siempre".

Para garantizar la confiabilidad del instrumento, se llevaron a cabo análisis estadísticos para evaluar la consistencia interna de los ítems. En el estudio presentado en el artículo, se reporta un coeficiente alfa de Cronbach de 0.91, lo cual indica una alta consistencia entre los ítems del cuestionario y sugiere que el

instrumento es confiable para medir la adicción a las redes sociales en la población peruana.

Respecto a la validez, se realizó un análisis factorial exploratorio para examinar la estructura interna del cuestionario y verificar si los ítems agrupados reflejaban las dimensiones teóricas propuestas. Los resultados de este análisis respaldaron la estructura de cuatro dimensiones del instrumento: uso excesivo, preocupación, interferencia y dependencia. Esto sugiere que el instrumento es válido para medir diferentes aspectos de la adicción a las redes sociales entre la población estudiada.

Por otro lado, para medir la variable de estrés académico, se empleó el "Inventario SISCO SB-21", desarrollado por Arturo Barraza Macías en el año 2020 en México, y el objetivo principal de este instrumento es determinar el nivel de estrés en alumnos. El cuestionario consta de 21 ítems, divididos entre sus dimensiones e indicadores correspondientes, diseñados para evaluar diversas dimensiones de estrés académico, como la carga de trabajo, la presión por obtener buenos resultados y la preocupación por el rendimiento académico, entre otros aspectos relacionados con el entorno educativo. Además, este instrumento utiliza una escala tipo Likert para medir el estrés académico, donde los participantes califican cada afirmación en una escala de cinco puntos que va desde "Totalmente en desacuerdo" hasta "Totalmente de acuerdo".

En cuanto a la confiabilidad del instrumento, se realizó un análisis de consistencia interna utilizando el coeficiente alfa de Cronbach. Los resultados indican que el inventario tiene una alta confiabilidad, con un coeficiente alfa de Cronbach de 0.89.

En cuanto a la validez del instrumento, se realizaron pruebas de validez de contenido y de criterio. El análisis de validez de contenido se llevó a cabo mediante la revisión del inventario por parte de expertos en el área de estudio, mientras que el análisis de validez de criterio se realizó comparando los resultados del inventario con los de otras escalas validadas que miden constructos relacionados, como la ansiedad y la depresión, para determinar si el inventario estaba correlacionado de manera significativa con estas medidas.

Análisis estadístico e interpretación de los datos

La investigación, como señala Hernández et al. (2018), constituye un componente fundamental en el progreso de cualquier estudio o indagación científica. Este proceso se concibe con la finalidad precisa de recopilar información específica, fundamentada y, sobre todo, sistemática, en consonancia con los lineamientos y destrezas inherentes tanto a una institución como a un individuo investigador.

En el marco de este estudio, se emplearon instrumentos meticulosamente seleccionados, los cuales fueron aplicados siguiendo una misma metodología. Posteriormente, las respuestas obtenidas se trasladaron a una hoja de cálculo en Excel y se analizaron utilizando un software estadístico como Jamovi. Este último, por su capacidad analítica, facilitó la generación de datos, así como la elaboración de tablas y gráficos pertinentes para una comprensión adecuada de los resultados obtenidos. Además, se realizó la prueba de normalidad utilizando el test de Kolmogórov-Smirnov, con el fin de determinar la adecuación del análisis estadístico a seguir, los resultados revelaron que las variables bajo estudio siguen una distribución normal ($p > .05$), por consiguiente, se justifica la aplicación de un estadístico de correlación paramétrico, optando en este caso por el coeficiente de correlación de Pearson como la medida más apropiada para analizar la relación entre las variables.

Aspectos éticos

El objetivo fue preservar los derechos del personal que participó en la investigación, haciendo uso de los fundamentos del Helsinki que se exponen a continuación:

Principio de autonomía; su capacidad de elección, que tiene la función de actuar de manera libre y consciente, y de esta manera, informando que el individuo está de acuerdo en que se le tome en cuenta para la investigación.

El principio de la beneficencia es el propósito de las acciones que tienen el objetivo de generar un sustento hacia otro individuo, el cual mantiene su ser, su reputación y su bienestar, con total libertad preservando su identidad.

El principio de no maleficencia es el que se busca proteger al colaborador de que lo obliguen a participar o lo insulten, luego de la investigación se busca preservar su identidad y el principio de imparcialidad; esto incluye la igualdad de trato de los participantes que proporcionan información al proceso de recopilación de datos.

Criterios de rigor científico

Para lograr que el presente estudio garantice veracidad, se tomaron en cuenta criterios de rigor científico, los cuales permitieron evidenciar que el presente es válido y confiable, respecto a la información presentada, en esta oportunidad se tomaron en cuenta los criterios propuestos por el American Psychological Asociación en el año 2017.

En primer lugar, la fiabilidad de Instrumentos ya que garantiza que los instrumentos seleccionados para poder evaluar a la población, cuentan con valores apropiados de validez y confiabilidad, las cuales se obtuvieron mediante una estricta evaluación.

Seguidamente la contribución al conocimiento ya que se describirá como el presente estudio podrá contribuir de una forma eficiente al campo de psicología y a la Institución donde se está desarrollando la investigación, para que así puedan proponer estrategias de mejora frente a dicha problemática.

Por ultimo las referencias Citadas Correctamente ya que toda la información que se encuentra dentro del presente estudio, se encuentra correctamente citada, así mismo las citas cuentan también con sus referencias, para así poder evitar el plagio.

III. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

3.1. Resultados

Tabla 1. *Relación entre la adicción a las redes sociales y el estrés académico en estudiantes de primer año de secundaria en una institución educativa, Chiclayo.*

| | Adicción a las redes sociales | | |
|------------------|-------------------------------|-------------|-----|
| | r | IC 95% | p |
| Estrés académico | .01 | [-.19; .20] | .96 |

Nota. IC= Intervalos de confianza

En la tabla 1, se aprecia que no existe correlación significativa ($p > .05$) entre ambos constructos en estudiantes de primer año de secundaria en una institución educativa, Chiclayo. Esto sugiere que ambas variables actúan de manera independiente; rechazándose la hipótesis formulada.

Tabla 2. *Relación entre la dimensión obsesión por las redes sociales con las dimensiones del estrés académico en los estudiantes de primer año de secundaria en una institución educativa, Chiclayo.*

| | Obsesión por las redes sociales | | |
|------------------------------|---------------------------------|-------------|-----|
| | r | IC 95% | p |
| Estresores | .09 | [-.09; .29] | .38 |
| Síntomas | .05 | [-.15; .24] | .63 |
| Estrategias de afrontamiento | .01 | [-.19; .20] | .94 |

Nota. IC= Intervalos de confianza

En la tabla 2, se observa que no existe relación significativa ($p > .05$) entre la dimensión obsesión por las redes sociales con las dimensiones del estrés académico en los estudiantes de primer año de secundaria en una institución educativa, Chiclayo. Esto sugiere que se presentan de forma independiente entre sí; rechazándose la hipótesis formulada.

Tabla 3. *Relación entre la dimensión falta de control personal con las dimensiones del estrés académico en los estudiantes de primer año de secundaria en una institución educativa, Chiclayo.*

| | Falta de control personal | | |
|------------------------------|---------------------------|-------------|-----|
| | r | IC 95% | p |
| Estresores | -.02 | [-.22; .18] | .82 |
| Síntomas | -.18 | [-.36; .02] | .08 |
| Estrategias de afrontamiento | .07 | [-.13; .26] | .50 |

Nota. IC= Intervalos de confianza

En la tabla 3, se observa que no existe relación significativa ($p > .05$) entre la dimensión falta de control personal con las dimensiones del estrés académico en los estudiantes de primer año de secundaria en una institución educativa, Chiclayo. Esto sugiere que se presentan de forma independiente entre sí; rechazándose la hipótesis formulada.

Tabla 4. *Relación entre la dimensión uso excesivo de redes sociales con las dimensiones del estrés académico en los estudiantes de primer año de secundaria en una institución educativa, Chiclayo.*

| | Uso excesivo de redes sociales | | |
|------------------------------|--------------------------------|-------------|-----|
| | r | IC 95% | p |
| Estresores | .05 | [-.15; .24] | .63 |
| Síntomas | -.07 | [-.26; .13] | .49 |
| Estrategias de afrontamiento | .04 | [-.16; .23] | .70 |

Nota. IC= Intervalos de confianza

En la tabla 4, se observa que no existe relación significativa ($p > .05$) entre la dimensión uso excesivo de redes sociales con las dimensiones del estrés académico en los estudiantes de primer año de secundaria en una institución educativa, Chiclayo. Esto sugiere que se presentan de forma independiente entre sí. Por tanto, se rechaza la hipótesis planteada.

Tabla 5. Niveles de adicción a redes sociales en los estudiantes de primer año de secundaria en una institución educativa, Chiclayo.

| Niveles | Obsesión a las redes sociales | Falta de control personal | Uso excesivo | Adicción a redes sociales |
|---------|----------------------------------|---------------------------------|--------------|------------------------------|
| | f | f | f | f |
| Alto | 0 | 4 | 9 | 1 |
| Medio | 34 | 52 | 50 | 49 |
| Bajo | 66 | 44 | 41 | 50 |
| Total | 100 | 100 | 100 | 100 |

En la tabla 5, se observa que, en cuanto a las dimensiones y en general en la adicción a redes sociales, la mayoría de estudiantes oscila entre el nivel medio y bajo, sugiriendo que la presencia de esta variable no es tan predominante en la muestra de estudio.

Tabla 6. Niveles de estrés académico en los estudiantes de primer año de secundaria en una institución educativa, Chiclayo.

| Niveles | Estresores | Síntomas | Estrategias | Estrés académico |
|----------|------------|----------|-------------|------------------|
| | f | f | f | f |
| Severo | 27 | 30 | 45 | 19 |
| Moderado | 30 | 20 | 24 | 46 |
| Leve | 43 | 50 | 31 | 35 |
| Total | 100 | 100 | 100 | 100 |

En la tabla 6, se observa que, en cuanto a las dimensiones y en general en el estrés académico, la mayoría de estudiantes presenta niveles moderados, asumiendo una regular presencia de la variable en la muestra de estudio. A excepción de la dimensión estrategias de afrontamiento, donde, al parecer, los estudiantes las emplean de forma adecuada.

3.2. Discusión

En la actualidad, al encontrarnos en una era tecnológica, es muy raro que una persona no posea un equipo tecnológico (celular, laptop, Tablet, etc.), ya sea por estudios, por diversión, por trabajo, incluso desde los más pequeños del hogar, puesto que los padres los emplean para poder entretener a los menores. Pues bien, basándonos en ello, es cierto también que personas que se encuentran en la etapa de la adolescencia, es otra población que posee mucho acceso a estos instrumentos.

En base a lo mencionado, se conoce también que los adolescentes y adultos que emplean estos medios tecnológicos, lo hacen también mediante la creación de perfiles en las redes sociales; como Varona-Fernández y Hermosa-Peña en el año 2019, quienes determinaron en un estudio en España, que el 76 % de estudiantes del nivel secundario ingresan a las redes sociales de forma diaria, así mismo manifiestan que sus círculos sociales van incrementando,

conocen a nuevas personas, pero así como se evidencian eventos percibidos como positivos para los adolescentes, existe un grupo de ellos, en su mayoría mujeres, que a través de las redes sociales reciben comentarios negativos acerca de su figura u otros aspectos de su persona; del mismo modo evidenciaron que, el control que estos menores tienen para el uso de las redes sociales, es mínimo.

Por otro lado, tenemos al estrés académico, el cual se caracteriza por el cumulo de eventualidades que generan en el individuo un conjunto de sintomatología desencadenándose en niveles de estrés, basándonos en ellos, dicho constructo se ve relacionado directamente con esas responsabilidades, actividades, tareas, exámenes que trae consigo el área académica.

En el contexto peruano, en el año 2018, el entonces director de la Estrategia Sanitaria de Salud Mental del Ministerio de Salud, mencionó que, aproximadamente 3 de cada 10 estudiantes evidencian síntomas de estrés académico, a causa de las exigencias estudiantiles, como, por ejemplo, el corto tiempo para presentación de trabajos, evaluaciones consecutivas, largos periodos de clases (Huerta, 2018).

Del mismo modo el estrés académico ha creado una afectación a nivel social, debido a que genera una alteración en el bien psicológico, ocasionando que el individuo atraiga conflictos a nivel físico como social (Teque-Julcarima, et al., 2020).

Es así que, teniendo en cuenta lo mencionado con anterioridad, se expone lo hallado en referencia a la correlación entre la variable de adicción a las redes sociales y el estrés académico en estudiantes del primer año de secundaria de una Institución Educativa de la ciudad de Chiclayo.

En primer lugar, se observa que respecto al primer objetivo específico en el que se buscó identificar los niveles de la adicción a redes sociales en los estudiantes de primer año de secundaria en una institución educativa; se evidencia en la Tabla 2, que en cuanto a las dimensiones y en general en la adicción a redes sociales, la mayoría de estudiantes oscila entre el nivel medio y bajo, sugiriendo que la presencia de esta variable no es tan predominante en la muestra de estudio.

Lo cual difiere con lo hallado en un estudio realizado por Sahu et al., (2020), quienes hallaron que, en la población de estudiantes de medicina de Hindú el grado de adicción a redes sociales predomina el alto, así mismo entre los dos géneros, el que predomina es el género masculino, pues son ellos quienes emplean en un mayor nivel dichas redes, lo cual ocasiona que descuiden otros aspectos de su vida, como el físico y psicológico.

Del mismo modo tenemos a Flores y Micaela (2020), quienes llevaron a cabo un estudio con la finalidad de determinar el consumo de redes sociales en estudiantes de la ciudad de Chiclayo, donde hallaron que, dentro de dicha población conformada por 146 estudiantes, el 51% de ellos se encuentran en un grado de acción medio, generando así preocupación debido a que es un signo de alerta, ya que podría atentar contra otros aspectos de la vida de dichos estudiantes.

En base al segundo objetivo específico cuya finalidad fue identificar el nivel de estrés académico en los estudiantes de primer año de secundaria en una institución educativa; se evidencia en la Tabla 3, que, en cuanto a las dimensiones y en general en el estrés académico, la mayoría de estudiantes presenta niveles moderados con un 46%, asumiendo una regular presencia de la variable en la muestra de estudio. A excepción de la dimensión estrategias de afrontamiento, donde evidencian un 45% en el grado severo lo que indicaría que, al parecer los estudiantes las emplean estrategias que les permite afrontar de una forma adecuada los obstáculos que se les presente.

Lo cual concuerda con un estudio realizado por Amado y Condori (2019), quienes evaluaron el grado de estrés académico en 159 adolescentes quienes se encontraban en el nivel secundario de una Institución Educativa de Arequipa, así mismo demostraron que, el grado que predomina en dicha población es el moderado con un 78%, así mismo acotan que es el género femenino quien presenta con mayor frecuencia y mayor nivel el estrés académico; del mismo modo mencionan que, el aplazamiento de tareas y/o actividades curriculares es un factor que incrementa dicho estrés.

Por otro lado, en una investigación realizada por Estrada (2020), en la ciudad de Puerto Maldonado, donde evaluó a 121 adolescentes quienes se

encontraban en el nivel secundario de una Institución Educativa Estatal, halló que, el grado que predomina el estrés académico es el medianamente alto con un 33.1%, mientras que el siguiente es el medio con un 17,3%; lo cual evidencia que al presentar la mayoría de estudiantes un nivel considerable de estrés académico, se evidencia también un conjunto de sintomatología que les impide poder desarrollarse de una forma eficiente en sus materias académica, como lo es el insomnio, el cansancio, cefalea, intranquilidad y/o frustración, lo cual no solo le perjudica en el contexto académico, sino también llega a evidenciarse afectación a nivel físico, psicológico y en su desarrollo social.

Respecto al tercer objetivo específico, cuyo fin fue determinar la Relación entre la dimensión obsesión por las redes sociales con las dimensiones del estrés académico en los estudiantes de primer año de secundaria en una institución educativa, se halló que no existe relación significativa ($p > .05$) entre la dimensión obsesión por las redes sociales con las dimensiones del estrés académico.

Del mismo modo respecto al cuarto objetivo específico, donde el objetivo fue determinar la relación entre la dimensión falta de control personal con las dimensiones del estrés académico en los estudiantes de primer año de secundaria en una institución educativa, obtuvieron que no existe relación significativa ($p > .05$) entre la dimensión falta de control personal con las dimensiones del estrés académico.

Así mismo respecto al quinto objetivo específico, cuya finalidad fue identificar la relación entre la dimensión uso excesivo de redes sociales con las dimensiones del estrés académico en los estudiantes de primer año de secundaria en una institución educativa, hallaron que, no existe relación significativa ($p > .05$) entre la dimensión uso excesivo de redes sociales con las dimensiones del estrés académico.

Finalmente, respecto al Objetivo General, cuyo objetivo fue identificar la Relación entre la adicción a las redes sociales y el estrés académico en estudiantes de primer año de secundaria en una institución educativa, como se evidencia en la Tabla 1 que, no existe relación significativa ($p > .05$) entre la

adicción a las redes sociales y el estrés académico en estudiantes de primer año de secundaria en una institución educativa de Chiclayo.

Lo cual difiere con lo expuesto por Fernández (2022), quien realizó un estudio con la misma finalidad, quien, al evaluar a 280 estudiantes de universidades públicas, evidenció una correlación positiva moderada entre ambos constructos, así como de sus dimensiones, concluyendo que mientras haya un nivel alto de exigencia académico, los estudiantes buscan un mayor nivel de refugio en las redes sociales.

Del mismo modo, Alfageme (2022), desarrolló una investigación con el fin de determinar si la adicción a las redes sociales tenía alguna relación con el estrés en 689 estudiantes de una Universidad de Lima, en la cual pudo identificar que en primer lugar los estudiantes presentan niveles altos de adicción a las redes sociales (79%), y justo esta misma población es quien posee también niveles altos de estrés.

Como investigadoras, me es importante mencionar que en base a los resultados, si bien es cierto no se evidenció una correlación entre los constructos en cuestión, se puede observar también que, el nivel de estrés académico se encuentra en un nivel moderado, lo que al no ofrecerles estrategias adecuadas que permitan minorar estos niveles, podrían desencadenar futuros problemas en los estudiantes, y como se puede apreciar, no solo en su nivel académico, sino también físico, psicológico, emocional y en cuanto a su desarrollo social.

Finalmente, consideramos acotar también que, existen carencias en cuanto a la literatura respecto a las dimensiones que conforman los instrumentos que se han seleccionado para la evaluación de dichas variables, ocasionando así la carencia de discusión con los resultados.

IV. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

4.1. Conclusiones

- Se aprecia que no existe relación significativa ($p > .05$) entre ambos constructos, en estudiantes de primer año de secundaria en una institución educativa, Chiclayo; por tanto, se rechaza la hipótesis planteada.
- En cuanto a las dimensiones y en general en la adicción a redes sociales, la mayoría de estudiantes oscila entre el nivel medio (49%) y bajo (50%), sugiriendo que la presencia de esta variable no es tan predominante en la muestra de estudio.
- En cuanto a las dimensiones y en general en el estrés académico, la mayoría de estudiantes presenta niveles moderados (46%), asumiendo una moderada presencia de la variable en la muestra de estudio.
- Se observa que no existe relación significativa ($p > .05$) entre la dimensión obsesión por las redes sociales con las dimensiones del estrés académico en los estudiantes de primer año de secundaria en una institución educativa, Chiclayo; por tanto, se rechaza la hipótesis planteada.
- No existe relación significativa ($p > .05$) entre la dimensión falta de control personal con las dimensiones del estrés académico en los estudiantes de primer año de secundaria en una institución educativa, Chiclayo; por tanto, se rechaza la hipótesis planteada.
- No existe relación significativa ($p > .05$) entre la dimensión uso excesivo de redes sociales con las dimensiones del estrés académico en los estudiantes de primer año de secundaria en una institución educativa, Chiclayo; por tanto, se rechaza la hipótesis planteada.

4.2. Recomendaciones

- Brindar talleres donde se permita realizar una diferencia de lo positivo y negativo de las redes sociales, con el fin que el estudiante conozca a lo que podría encontrarse expuesto, así mismo al conocer sus beneficios, le permitirá darles un mejor uso a ellas.
- Proponer la creación de talleres, donde logren que participen todos los estudiantes, y les permita buscar un conducto para minorar los niveles de estrés que les puede generar el área académica.
- Proponer a los docentes, una mejor organización en cuanto a las actividades académicas, para que no exista la acumulación de trabajos, evaluaciones y/o reforzamiento, puesto que esto podría motivar el desencadenamiento del estrés académico.
- Realizar un trabajo articulado Institución educativa, padres y estudiantes; donde los invitamos a la concientización del uso desmedido de las redes sociales, a través de charlas, dinámicas y días de confraternidad.

REFERENCIAS

- Alfageme, S. (2022). Adicción a las redes sociales como factor asociado a estrés, ansiedad o depresión en estudiantes de la Universidad Ricardo Palma en el año 2020. Lima. <https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14138/5406/MED-Alfageme%20Pozo%2C%20Sebasti%C3%A1n%20Alonso%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Almenara, J., Martínez, S., Valencia, R., Leiva, J., Orellana, M., & Harvey, I. (2020). La adicción de los estudiantes a las redes sociales on-line: un estudio en el contexto latinoamericano. doi:<https://doi.org/10.5209/rced.61722>
- Amado, J., & Condori, D. (2019). Estrés académico y procrastinación académica en estudiantes del tercero, cuarto y quinto de secundaria de una institución educativa particular de Arequipa–2017. [Tesis de Pre Grado, Universidad Nacional de San Agustín, Arequipa]. <https://repositorio.unsa.edu.pe/items/4009c64d-3a94-4794-974e-16c6632861b7>
- American Psychological Association (2017). ETHICAL PRINCIPLES OF PSYCHOLOGISTS AND CODE OF CONDUCT. APA125. <https://www.apa.org/ethics/code/ethics-code-2017.pdf>
- Araoz, E. & Gallegos, N. (2020). Family functioning and social networking addiction in secondary education students of Puerto Maldonado. doi:<https://doi.org/http:10.36097/rsan.v1i40.1393>
- Artola, A., Galvez, C., & Gonzales, A. (2020). Explorando el potencial de los dispositivos electrónicos y de las redes sociales en el proceso enseñanza-aprendizaje de los universitarios. doi:<https://doi.org/10.21556/edutec.2018.64.1031>
- Barnaby, G. (2021). Uso de redes sociales por estudiantes de pregrado de una facultad de medicina en Lima, Perú. Obtenido de

http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1018-130X2019000200005&script=sci_abstract

Cabero, J. & Valencia, R. (2019). La adicción a las redes sociales: validación de un instrumento en el contexto mexicano. *Health and Addictions*, 19 (2), 149-159. <https://idus.us.es/handle/11441/88944>

Carrasco, G. (2021). RELACIÓN ENTRE ADICCIÓN AL INTERNET Y AUTOESTIMA EN ADOLESCENTES ESCOLARES DE LIMA. Obtenido de https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/14794/Giannina_Milagros_Carbone_Carrasco.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Castro, J., Gómez, L. & Camargo, E. (s.f.). La investigación aplicada y el desarrollo experimental en el fortalecimiento de las competencias de la sociedad del siglo XXI. *Tecnura*, 27(75), 140-174. Obtenido de <https://doi.org/10.14483/22487638.19171>

De la Cruz, P.(2020). El hipotético-deductivismo en la explicación de las ciencias sociales. *Horizonte de la Ciencia*, 10(18). Obtenido de <https://doi.org/10.26490/uncp.horizonteciencia.2020.18.397>

Del Prete, A., & Redon, S. (2020). Las redes sociales on-line: Espacios de socialización y definición de identidad. *Psicoperspectivas*, 19(1), 86-96. https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-69242020000100086&script=sci_arttext&lng=pt

Díaz, E. & Díaz, D. (2021). A psychosocial approximation to school stress. Obtenido de <http://www.scielo.org.co/pdf/eded/v10n2/v10n2a02.pdf>

Elmer Huerta. Hasta 30% de la población universitaria del Perú sufre de impactos en su salud mental por presión académica. RPP. 20 Sep 2018.

Escobar, E., Soria, B., López, G. & Peñafiel, D. (2018). Manejo del estrés académico; revisión crítica. *Atlante Cuadernos de Educación y Desarrollo*, (agosto). <https://www.eumed.net/rev/atlante/2018/08/estres-academico.html?fb>

- Estadística, I. (2021). Estadística de las tecnologías de información y comunicación en los hogares. Obtenido de <https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/01-informe-tecnico-tic-iv-trimestre-2020.pdf>
- Estrada, E. (2020). Hábitos de estudio y estrés académico en estudiantes de una institución educativa pública de Puerto Maldonado. *RSocialium*, 4(2), 47-62. <https://revistas.uncp.edu.pe/index.php/socialium/article/view/557/894>
- Estrada, E., Mamani, M., Gallegos, N., Mamani, H. & Zuloaga, M. (2021). Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del COVID-19. *AVFT–Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 40(1). http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev_aavft/article/view/22351
- Fernandez, E. (2022). Estrés académico y adicción a las redes sociales en estudiantes de un instituto público durante la pandemia, Bagua, 2022. Obtenido de https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/103912/Fernandez_RE-SD.pdf?sequence=1
- Freitas, R., Carvalho, T., Lopes, J., Do Vale, J., De Oliveira, K., & Fontes, S. (2021). Percepciones de los adolescentes sobre el uso de las redes sociales y su influencia en la salud mental. doi:<https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.462631>
- Guzmán-Castillo, A., Bustos, C., Zavala, W., & Castillo-Navarrete, J. (2022). Inventario SISCO del estrés académico: revisión de sus propiedades psicométricas en estudiantes universitarios. *Terapia psicológica*, 40(2), 197-211. https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-48082022000200197&script=sci_arttext&tlng=en
- Hernández-Sampieri, R. & Mendoza, C (2019). Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. Mc Graw Hill Education 10(18); doi: <https://doi.org/10.22201/fesc.20072236e.2019.10.18.6>
- Jurado-Botina, L., Montero-Bolaños, C., Carlosama-Rodríguez, D., & Tabares-Díaz, Y. (2022). Estrés académico en estudiantes universitarios de

Iberoamérica: una revisión sistemática. Obtenido de <https://revistas.unbosque.edu.co/index.php/CHP/article/view/estres-academico-universitarios>

Miñan, G., Flores, J., Piñas, A., Suria, Y., Toledo, W., Garcia, J. & Mejia, C. (2023). Estrés académico y adicción a las redes sociales en estudiantes universitarios peruanos. *Salud, Ciencia y Tecnología*, 3, 519-519. <https://revista.saludcyt.ar/ojs/index.php/sct/article/view/519/994>

Mucha-Hospinal, L., Chamorro-Mejía, R., Oseda-Lazo, M., & Alania-Contreras, R. D. (2021). Evaluación de procedimientos empleados para determinar la población y muestra en trabajos de investigación de posgrado. *Desafíos*, 12(1), 50-57. <http://revistas.udh.edu.pe/index.php/udh/article/view/253e>

Molinero, L. (2020). Adicciones sin sustancia (química) en adolescentes. Historia de las adicciones. Obtenido de [https://www.adolescenciasema.org/ficheros/REVISTA%20ADOLESCER E/vol8num2-2020/7-9%20Editorial%20Adicciones%20sin%20sustancia%20\(quimica\)%20en%20adolescentes.pdf](https://www.adolescenciasema.org/ficheros/REVISTA%20ADOLESCER E/vol8num2-2020/7-9%20Editorial%20Adicciones%20sin%20sustancia%20(quimica)%20en%20adolescentes.pdf)

Ortega, C. (2021). ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA. Chiclayo.

Rodríguez-Fernández, A., Maury-Sintjago, E., Troncoso-Pantoja, C., Morales-Urzúa, M., & Parra-Flores, J. (2020). Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de carreras de salud de Santiago de Chile. *Edumecentro*, 12(4), 1-16. http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S2077-28742020000400001&script=sci_arttext&tlng=pt

Quispe, F., & Barragán, M. (2022). The excessive use of social networks amid the pandemic. doi:<https://doi.org/10.30545/academo.2022.ene-jun.8>

Ramírez-Gil, E., Cuaya-Iltzoatl, I., Guzmán-Pimentel, M., & Rojas-Solís, J. (2021). Social media addiction and academic procrastination in university

students during COVID-19 confinement.
doi:<https://doi.org/10.46377/dilemas.v8i.2771>

Ramos, S., Cocotle, L., & Zamora, M. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia* 28(79, pp), 75-83. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/674/67462875008/html/>

Report, G. (2022). Digital Report 2020 : El informe sobre las tendencias digitales, redes sociales y mobile. Obtenido de <https://wearesocial.com/es/blog/2022/01/digital-report-2022-el-informe-sobre-las-tendencias-digitales-redes-sociales-y-mobile/>

Sahu, M., Gandhi, S., Sharma, M. & Marimuthu, P. (2020). Uso de redes sociais e estilos de vida promotores de saúde. Uma exploração entre estudantes de enfermagem hindus. *Investigación y Educación en Enfermería*, 38(2).doi:<https://doi.org/10.17533/udea.iee.v38n2e12>

Salud, O. (2022). La OMS subraya la urgencia de transformar la salud mental y los cuidados conexos. Obtenido de <https://www.paho.org/es/noticias/17-6-2022-oms-subraya-urgencia-transformar-salud-mental-cuidados-conexos>

Teque-Julcarima, M., Gálvez, N. & Salazar, D. (2020). Estrés académico en estudiantes de enfermería de universidad peruana. *Medicina naturista*, 14(2), 43-48.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7512760>

Thomas, C. (2021). El estado general del uso de móviles, Internet y redes sociales- Estadísticas de la situación digital de Perú en el 2020-2021. Obtenido de <https://branch.com.co/marketing-digital/estadisticas-de-la-situacion-digital-de-peru-en-el-2020-2021/>

Valdivieso- León, L., Lucas, S., Tous-Pallarés, J. & Espinoza-Díaz, I. (2020). Estrategias de afrontamiento del estrés académico universitario: educación infantil-primaria. *Educación XX1: revista de la Facultad de Educación*.
chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/<https://redined.educacion>.

gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/200528/Valdivieso.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Valencia-Ortiz, R., & Julio Cabero-Almenara. (2019). La adicción a las redes sociales: validación de un instrumento en el contexto mexicano. Obtenido de <https://ojs.haaj.org/?journal=haaj&page=article&op=view&path%5B%5D=460>

Varona-Fernández, M., Hermosa-Peña R. Percepción y uso de las redes sociales por adolescentes. RqR Enfermería Comunitaria 8 (1): 18-30. <https://ria.asturias.es/RIA/handle/123456789/13166>

West, R. (2013). Theory of addiction. Inglaterra: Chichester.

Wilcox, L., Liu, Z., Samset, B., Hawkins, E., Lund, M., Nordling, K. & Turner, A(2020). Aumentos acelerados en las precipitaciones monzónicas de verano globales y asiáticas debido a futuras reducciones de aerosoles. Química y Física Atmosférica , 20 (20), 11955-11977. <https://acp.copernicus.org/articles/20/11955/2020/>

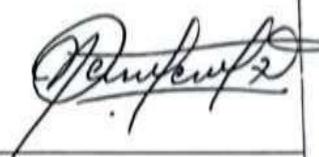
ANEXOS



ANEXO 01: ACTA DE APROBACIÓN DEL ASESOR

Yo **Dra. Torres Díaz María Malena**, quien suscribe como asesor designado mediante Resolución de Facultad N° **0627-2023/FADHU-USS**, del proyecto de investigación titulado **ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE PRIMER AÑO DE SECUNDARIA EN UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA, CHICLAYO**, desarrollado por las estudiantes: **Alejandria Vilchez, Estephany Sheiry Joany y Salazar Apaestegui, Maria Ursula de los Angeles**, del programa de estudios de **Psicología**, acredito haber revisado, realizado observaciones y recomendaciones pertinentes, encontrándose expedito para su revisión por parte del docente del curso.

En virtud de lo antes mencionado, firman:

| | | |
|---|---------------|---|
| Dra. Torres Díaz María Malena (Asesor) | DNI:44279460 |  |
| Alejandria Vilchez, Estephany Sheiry Joany (Autor 1) | DNI: 73634445 |  |
| Salazar Apaestegui, Maria Ursula de los Angeles (Autor 2) | DNI: 48150378 |  |

Pimentel, 01 de julio del 2024

ANEXO 02: AUTORIZACIÓN PARA EL RECOJO DE INFORMACIÓN



ANEXO 03: PRUEBA DE NORMALIDAD KOLMOGÓROV-SMIRNOV

| Variables | K-S | <i>p</i> |
|---------------------------------|-----|----------|
| Obsesión por las redes sociales | .06 | .80 |
| Falta de control personal | .06 | .86 |
| Uso excesivo de redes sociales | .07 | .68 |
| Adicción a redes sociales | .06 | .84 |
| Estresores | .05 | .89 |
| Síntomas | .07 | .59 |
| Estrategias | .08 | .49 |
| Estrés académico | .08 | .44 |

Se observa que las variables siguen una distribución normal ($p > .05$), por tanto, es pertinente aplicar un estadístico de correlación paramétrico, en este caso, Pearson.

ANEXO 04: MATRIZ DE CONSISTENCIA

| PROBLEMA | HIPÓTESIS | OBJETIVO GENERAL | TIPO DE INVESTIGACIÓN | Diseño de investigación |
|--|--|---|---------------------------------------|---|
| <p>¿Existe relación entre la adicción a las redes sociales y estrés académico en estudiantes de primer año de secundaria en una institución educativa, Chiclayo?</p> | <p>GENERAL</p> <p>Existe una relación significativa entre las variables adicción a las redes sociales y estrés académico en estudiantes de primero de secundaria de una institución educativa Chiclayo.</p> <p>ESPECIFICAS</p> <p>Existe relación significativa entre adicción a las redes sociales y la sobrecarga de actividades educativas en estudiantes de primero de secundaria de una</p> | <p>Determinar cuál es la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y estrés académico en estudiantes de primer año de secundaria en una institución educativa, Chiclayo.</p> | <p>descriptivo- correlacional</p> | <p>no experimental, transversal</p> |

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | <p>institución educativa Chiclayo.</p> <p>Existe una relación significativa entre adicción a las redes sociales y los síntomas que generan el estrés en estudiantes de primero de secundaria de una institución educativa Chiclayo.</p> <p>Existe una relación significativa entre adicción a las redes sociales y la falta de estrategias de afrontamiento en estudiantes de primero de secundaria de una institución educativa Chiclayo.</p> | | | |
|--|--|--|--|--|

ANEXO 05: INSTRUMENTOS

INVENTARIO SISTEMÁTICO PARA EL ESTUDIO DEL ESTRÉS ACADÉMICO (SISCO SV-21)

Esta es una encuesta en la que Ud. Participar voluntariamente, por lo que le agradecemos encarecidamente que sea absolutamente sincero(a) en sus respuestas. Antes de responder al cuestionario le pedimos que nos proporcione los siguientes datos:

Colegio en el que estudia: _____

Grado de instrucción: _____ Sección: _____

A continuación, se presentan el cuestionario para su respuesta, por favor constante a todos ellos con sinceridad, no existe repuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o malas.

1. Durante el transcurso de este semestre ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo (estrés)?

Si

No

En caso de seleccionar la alternativa “no”, el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa “si”, pasar a la pregunta número dos y continuar con el resto de las preguntas.

2. Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5 señala tu nivel de estrés, donde (1) es poco y (5) mucho.

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|
| | | | | |

3. Dimensión estresores

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de aspectos que, en mayor o menor medida, suelen estresar a algunos alumnos. Responde, señalando con una X, ¿con qué frecuencia cada uno de esos aspectos te estresa? tomando en consideración la siguiente escala de valores:

| Nunca | Casi Nunca | Rara Vez | Algunas Veces | Casi Siempre | Siempre |
|-------|---------------|---------------|---------------|--------------|---------|
| N | CN | RV | AV | CS | S |

¿Con qué frecuencia te estresa?:

| Estresores | N | CN | RV | AV | CS | S |
|---|---|---------------|---------------|---------------|----|---|
| La sobrecarga de tareas y trabajos escolares que tengo que realizar todos los días | | | | | | |
| La personalidad y el carácter de los/as profesores/as que me imparten clases | | | | | | |
| La forma de evaluación de mis profesores/as (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en Internet, etc.) | | | | | | |
| El nivel de exigencia de mis profesores/as | | | | | | |
| El tipo de trabajo que me piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.) | | | | | | |
| Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan los/as profesores/as | | | | | | |
| La poca claridad que tengo sobre lo que quieren los/as profesores/as | | | | | | |

4. Dimensión síntomas (reacciones)

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de reacciones que, en mayor o menor medida, suelen presentarse en algunos alumnos cuando están estresados. Responde, señalando con una X, ¿con qué frecuencia se te presentan cada una de estas reacciones cuando estás estresado? tomando en consideración la misma escala de valores del apartado anterior.

¿Con qué frecuencia se te presentan las siguientes reacciones cuando estás estresado?:

| Síntomas | N | CN | RV | AV | CS | S |
|---|---|---------------|---------------|---------------|----|---|
| Fatiga crónica (cansancio permanente) | | | | | | |
| Sentimientos de depresión y tristeza (decaído) | | | | | | |
| Ansiedad, angustia o desesperación | | | | | | |
| Problemas de concentración | | | | | | |
| Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad | | | | | | |
| Conflictos o tendencia a polemizar o discutir | | | | | | |
| Desgano para realizar las labores escolares | | | | | | |

5. Dimensión estrategias de afrontamiento

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de acciones que, en mayor o menor medida, suelen utilizar algunos alumnos para enfrentar su estrés. Responde, encerrando en un círculo, ¿con qué frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés? tomando en consideración la misma escala de valores del apartado anterior.

¿Con qué frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés?:

| Estrategias | N | CN | RV | AV | CS | S |
|---|----------|-----------|-----------|-----------|-----------|----------|
| Concentrarse en resolver la situación que me preocupa | | | | | | |
| Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa | | | | | | |
| Analizar lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que me preocupa | | | | | | |
| Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa | | | | | | |
| Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucione | | | | | | |
| Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas | | | | | | |
| Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa | | | | | | |

TEST "ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES (ARS)"

Esta es una encuesta en la que Ud. Participar voluntariamente, por lo que le agradecemos encarecidamente que sea absolutamente sincero(a) en sus respuestas. Antes de responder al cuestionario le pedimos que nos proporcione los siguientes datos:

Colegio en el que estudia:.....

Grado de instrucción: Sección: Edad: Sexo: F - M

¿Utiliza redes sociales?..... Si respondió SÍ, indique cual o cuales:

Si respondió NO, entregué el formato al encuestador

¿Dónde se conecta a las redes sociales? (puede marcar más de una respuesta)

En mi casa () Una o dos veces por día ()

En las cabinas de internet () En las computadoras ()

A través del celular ()

¿Con qué frecuencia se conecta a las redes sociales?

Todo el tiempo me encuentro conectado () Una o dos veces por día ()

Entre siete a 12 veces por día () Dos o tres veces por semana ()

Entre tres a seis veces por día ()

De todas las personas que conoce a través de la red, ¿cuántos conoces personalmente?

10% o Menos () Entre 11 y 30% () Entre el 31 y 50 % ()

Entre el 51% y 70% () Mas del 70% ()

¿Sus cuentas en la red contienen sus datos verdaderos? (nombre, edad, género, dirección, etc.)

SI () NO ()

¿Qué es lo que más le gusta de las redes sociales?

A continuación, se presentan 24 ítems referidos al uso de las redes sociales, por favor constante a todos ellos con sinceridad, no existe repuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o malas. Marque un aspa (X) en el espacio que corresponda a lo que Ud. Siente, piensa o hace:

| SIEMPRE S | CASI SIEMPRE CS | RARO VEZ RV | NUNCA N | ALGUNAS VECES AV |
|--------------|-----------------------|----------------|------------|------------------------|
|--------------|-----------------------|----------------|------------|------------------------|

| N ITEM | DESCRIPCION | RESPUESTAS | | | | |
|-----------|--|------------|----|----|----|---|
| | | S | CS | AV | RV | N |
| 1 | Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales | | | | | |
| 2 | Necesito cada vez mas 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 conectandome a las redes sociales. | | | | | |
| 5 | No se que 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 sentido del tiempo. | | | | | |
| 10 | Generalmente permanezco mas tiempo en las redes sociales del que inicialmente habia 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 dias. | | | | | |
| 14 | Me propongo sin exito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales. | | | | | |
| 15 | Aun cuando desarrollo otras actividades, no deajo de pensar en lo que sucede en las redes sociales. | | | | | |
| 16 | Invierto mucho tiempo del día conectandome y desconectandome 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) 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. | | | | | |

ANEXO 06: VALIDEZ POR JUECES

Validez por jueces de inventario SISCO

EVALUACIÓN POR JUICIO DE EXPERTOS "INVENTARIO SISTEMÁTICO PARA EL ESTUDIO DEL ESTRÉS ACADÉMICO (SISCO SV-E1)"

EVALUACIÓN POR JUICIO DE EXPERTOS "INVENTARIO SISTEMÁTICO PARA EL ESTUDIO DEL ESTRÉS ACADÉMICO (SISCO SV-E1)"

| ITEMS | CLARIDAD | | | | | X | V | COHERENCIA | | | | | X | V | RELEVANCIA | | | | | X | V | K | | |
|-------|----------|----|----|----|----|---|------|------------|------|----|----|----|---|---|------------|------|------|------|----|---|---|---|------|------|
| | K | | | | | | | K | | | | | | | K | | | | | | | | | |
| | J1 | J2 | J3 | J4 | J5 | | | Inf. | Sup. | J1 | J2 | J3 | | | J4 | J5 | Inf. | Sup. | J1 | | | | J2 | J3 |
| 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 6 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 7 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 8 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 9 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 10 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 11 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 12 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 13 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 14 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 15 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 16 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 17 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 18 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 19 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 20 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 21 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 22 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 23 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 24 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 25 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 26 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 27 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 28 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |

| SISCO SV-E1 | | | | |
|---------------|----------|------------|------------|-------|
| | CLARIDAD | COHERENCIA | RELEVANCIA | TOTAL |
| Dimension 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| Dimension 2 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| Dimension 3 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| VARIABLE GEN. | 1 | 1 | 1 | 1 |

V= >0.8 = Posee una adecuada validez

V= <0.7 = No tenga una adecuada validez

Formula:

$$V = \frac{\bar{X} - l}{k} \quad (I)$$

Validez por jueces de inventario ARS

| DE EXPERTOS TEST "ADICCIÓN A LA | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------------------------|----------|----|----|----|----|---|------|------------|------|----|----|----|---|---|------------|------|------|------|----|---|---|---|------|------|
| ITEMS | CLARIDAD | | | | | X | V | COHERENCIA | | | | | X | V | RELEVANCIA | | | | | X | V | K | | |
| | K | | | | | | | K | | | | | | | K | | | | | | | | | |
| | J1 | J2 | J3 | J4 | J5 | | | Inf. | Sup. | J1 | J2 | J3 | | | J4 | J5 | Inf. | Sup. | J1 | | | | J2 | J3 |
| 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 6 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 7 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 8 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 9 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 10 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 11 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 12 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 13 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 14 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 15 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 16 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 17 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 18 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 19 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 20 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 21 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 22 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 23 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 24 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 25 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 26 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 27 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 28 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 29 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |
| 30 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1.00 | 1.00 |

| "Adición a las redes sociales (ARS)" | | | | |
|--------------------------------------|----------|------------|------------|-------|
| | CLARIDAD | COHERENCIA | RELEVANCIA | TOTAL |
| Dimension 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| Dimension 2 | 0.96 | 0.96 | 0.96 | 0.96 |
| Dimension 3 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| VARIABLE GEN. | 1 | 1 | 1 | 1 |

V= >0.8 = Posee una adecuada validez

V= <0.7 = No tenga una adecuada validez

Formula:

$$V = \frac{\bar{X} - l}{k} \quad (I)$$

V = Coeficiente V de Allen

\bar{X} = promedio de las calificaciones de todos los jueces.

l = Calificación mínima

ANEXO 07: OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Operacionalización de la variable: Adicción a las redes sociales

| Variable | Dimensiones | Indicadores | Ítems | Técnicas e instrumentos de recolección de datos |
|-------------------------------|--|---|-------------------------------|---|
| Adicción a las redes sociales | | Compromiso con los medios sociales. | | Técnica: encuesta |
| | Obsesión por las redes sociales | Pensamientos continuos y fantasías con las RS. | 2,3,5,6,7, 13, 15,19, 22 y 23 | Instrumento: adicción a redes sociales (ARS) |
| | | Ansiedad y angustia por la incomunicación de RS. | | |
| | Falta de Control personal en el uso de las RS. | Inquietud ante la carencia de control o intermisión en el uso de las RS. | 4,11,12, 14,20 y 24 | |
| | Uso excesivo de las redes sociales. | Exceso en el periodo de utilización Ausencia de autocontrol y falta de capacidad de reducción del tiempo de uso de las RS. | 1,8,9,10, 16,17, 18 y 21 | |

Operacionalización de la variable: Estrés académico

| Variable | Dimensiones | Indicadores | Ítems | Técnicas instrumentos recolección de datos |
|------------------|------------------------------|---|-------------------------|--|
| Estrés académico | Estresores | Se presenta una serie de aspectos que pueden estresar a algunos alumnos. | 1,2,3,4,5,6 y 7 | Técnicas: Encuesta Instrumento: Inventario Sistemático Para El Estudio Del Estrés Académico (SISCO SV-21) |
| | Síntomas | Se presenta una serie de reacciones que suelen presentar algunos alumnos cuando están estresados. | 8,9,10,11, 12,13 y 14 | |
| | Estrategias de afrontamiento | Se presenta una serie de acciones que suelen utilizar algunos alumnos para enfrentar el estrés. | 15,16,17,18, 19,20 y 21 | |