

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE TRUJILLO
BENEDICTO XVI
**SEGUNDA ESPECIALIDAD EN TERAPIA
FAMILIAR E INTERVENCIÓN SISTÉMICA CON
MENCIÓN EN VIOLENCIA Y ADICCIONES**



ADICCIÓN A REDES SOCIALES EN JÓVENES UNIVERSITARIOS

**Trabajo académico para obtener el título de
SEGUNDA ESPECIALIDAD EN TERAPIA FAMILIAR E
INTERVENCIÓN SISTÉMICA CON MENCIÓN EN: VIOLENCIA Y
ADICCIONES**

AUTOR(ES):

Mg. Ramos Cadillo, Paulo

Mg. Villalobos Paredes, Karina

ASESORA:

Dra. Vera Calmet, Velia Graciela

<https://orcid.org/0000-0003-0170-6067>

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Violencia y transgresión

TRUJILLO – PERÚ

2023

DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD

Señora Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud:

Yo, Vera Calmet, Velia con DNI N° 18159571, como asesora del trabajo de investigación titulado “Adicción a redes sociales en jóvenes universitarios”, desarrollado por los egresados Ramos Cadillo, Paulo con DNI 44666098 y Villalobos Paredes, Karina con DNI 72193738 del Programa de Segunda especialidad en Terapia Familiar e Intervención Sistémica con mención en: Violencia y Adicciones; considero que dicho trabajo reúne las condiciones tanto técnicas como científicas, las cuales están alineadas a las normas establecidas en el reglamento de titulación de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI y en la normativa para la presentación de trabajos de graduación de la Facultad de Ciencias de la Salud. Por tanto, autorizo la presentación del mismo ante el organismo pertinente para que sea sometido a evaluación por los jurados designados por la mencionada facultad.



Dra. Vera Calmet, Velia Graciela

ASESORA

AUTORIDADES UNIVERSITARIAS

Excmo. Mons. Héctor Miguel Cabrejos Vidarte, O.F.M

Arzobispo Metropolitano de Trujillo

Fundador y Gran Canciller de la Universidad Católica de Trujillo

Benedicto XVI

Dra. Mariana Geraldine Silva Balarezo

Rectora de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI

Dra. Mariana Geraldine Silva Balarezo

Vicerrectora Académica

Dra. Anita Jeanette Campos Marquez

Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud

Dra. Ena Cecilia Obando Peralta

Vicerrectora de Investigación

Dra. Teresa Sofía Reategui Marín

Secretaria General

CONFORMIDAD DEL ASESOR

Yo, Velia Vera Calmeta con DNI N° 18159571, en mi calidad de asesora del trabajo académico o tesis nombrado: “Adicción a redes sociales en jóvenes universitarios” desarrollada por la(s), el (os) participantes (s) Ramos Cadillo, Paulo con DNI 44666098 y Villalobos Paredes, Karina con DNI 72193738 de la Segunda Especialidad en terapia familiar e intervención sistémica con mención en violencia y adicciones, considero que dicho trabajo reúne los requisitos tanto técnicos como científicos, corresponde a las normas establecidas en el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI, y en lo normativo para la presentación de trabajos de titulación de la Facultad de Ciencias de la Salud.

Por tanto, autorizo la presentación de la misma ante el organismo pertinente, para que sea sometido a evaluación por la comisión de jurados designados por la Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud.

A handwritten signature in blue ink, reading "Velia Vera Calmeta", is written over a horizontal line. The signature is stylized and includes a large circular flourish at the end.

Dra. Velia Vera Calmet
Asesor

DEDICATORIA

Dedico esta investigación a mi madre, pues con su ejemplo es siempre mi motivación. Su bendición diaria me protege y lleva por buenos senderos.

A mi hija, porque ella representa mi inspiración y el más grande aliciente para alcanzar mis objetivos.

A mi hermano, porque su amor y apoyo incondicional forman parte de mi fortaleza en este duro caminar que la vida representa.

Paulo.

Esta investigación se ha logrado en base al esfuerzo y sacrificio con el que constantemente afronto la vida, y esto lo aprendí de mi madre, pues su vida es ejemplo de coraje, valentía y fe. Por esto, dedico este trabajo a ella y mi padre, quienes en lo cotidiano alientan mi crecimiento y desarrollo personal y profesional.

A mi hermana, porque es mi mayor inspiración, pues con su ejemplo de determinación y perseverancia representa para mí, fortaleza, confianza y motivación.

A mi pareja, quién por su amor, me impulsa a vencer mis límites. Con su amor y confianza me acompaña en cada una de mis travesías. Reconocer su apoyo y su amor me lleva a seguir buscando potenciar mis competencias en este constante crecimiento profesional y personal.

Karina.

AGRADECIMIENTOS

Gracias a Dios por su bendición diaria, por permitirme tener a mi madre al lado, así como, el sentir la cercanía y el amor de mi hija, mi hermano y mi padre.

Gracias a Él porque cada día me permite reconocer lo maravillosa que es la vida, aún, con sus altas y bajas.

No ha sido sencillo el camino hasta ahora, pero, gracias también a mi pareja por su amor y apoyo incondicional en cada objetivo planteado. Gracias porque con su amor, su bondad y su compañía, ha logrado que todo aquello que pareciera complicado o difícil de alcanzar se haya notado menos.

Paulo.

Gracias a Dios por el maravilloso regalo de la vida y la salud de aquellos que amo y me aman.

Gracias porque todos los días puedo reconocer su amor en mi vida.

Gracias a mis padres por ser quienes me enseñaron a mirar la vida con esperanza, con fe, sin dejar de luchar por mis objetivos. Gracias a ellos por sentar las bases de la mujer que soy, confiando y creyendo en mí constantemente.

Gracias a mi hermana, quien con su ejemplo de resiliencia, con su amor y compañía me permite recordar siempre que lo último que podemos hacer en la vida es dejar de mirarnos, abrazarnos y amarnos con convicción, seguras del "mujerón" que somos.

Gracias a mi pareja, porque con su valentía, su capacidad para afrontar los golpes de la vida, su fe y amor me motiva, me fortalece y me acompaña en mi caminar diario.

Gracias por las vidas que llegan a la mía y que me desafían, pero, también me alientan a seguir procurando ser mejor cada día.

Karina.

INDICE

Informe de originalidad	ii
Página de autoridades universitarias.....	iii
Página de conformidad del asesor	iv
Dedicatoria.....	v
Agradecimientos	vi
Índice	vii
Índice de tablas y figuras	viii
RESUMEN	ix
ABSTRACT	x
I. INTRODUCCIÓN.....	11
II. METODOLOGÍA	20
2.1. Enfoque, tipo.....	20
2.2. Diseño de investigación.....	20
2.3. Población, muestra y muestreo	20
2.4. Técnicas de recojo de datos	20
2.5. Técnicas de procesamiento y análisis de la información.....	21
2.6. Aspectos éticos en investigación	21
III. RESULTADOS	23
IV. DISCUSIÓN	27
V. CONCLUSIONES	29
VI. RECOMENDACIONES	30
VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	31
ANEXOS	34

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. <i>Nivel de adicción a redes sociales en jóvenes universitarios</i>	24
Tabla 2. <i>Nivel de la dimensión obsesión por las redes sociales en jóvenes universitarios</i>	25
Tabla 3. <i>Nivel de la dimensión falta de control personal en jóvenes universitarios</i>	26
Tabla 4. <i>Nivel de la dimensión uso excesivo de las redes sociales en jóvenes universitarios</i>	27

RESUMEN

El objetivo de investigación fue describir el nivel de adicción a redes sociales en jóvenes universitarios. Para tal propósito se propuso como enfoque de investigación el cuantitativo, de tipo básico y de diseño no experimental, de corte transversal y de nivel descriptivo. Asimismo, la población constó de los estudiantes de una universidad privada de la ciudad de Trujillo, que actualmente cursan el cuarto ciclo, mientras que la muestra se conforma por 70 estudiantes de dicha población. Además, la técnica seleccionada fue la encuesta y el instrumento el Cuestionario ARS de Ecurra y Salas, el cual contaba con adecuadas evidencias de validez y confiabilidad. Como resultado se identificó que en la dimensión obsesión por las redes sociales en jóvenes universitarios, predomina el nivel moderado, de acuerdo con el 45.7% de evaluados, seguido del nivel alto, representado por el 30%; en la dimensión falta de control personal en jóvenes universitarios, predomina el nivel moderado, de acuerdo con el 35.7%; en la dimensión uso excesivo de redes sociales en jóvenes universitarios, predomina el nivel moderado, de acuerdo con el 41.4% de evaluados. Finalmente, se concluye que, en los niveles de adicción a redes sociales en jóvenes universitarios, predomina el nivel moderado, de acuerdo con el 45.7% de evaluados, seguido del nivel alto, representado por el 28.6%.

Palabras clave: Adicción a redes sociales, obsesión, control personal, uso excesivo.

ABSTRACT

The research objective was to describe the level of addiction to social networks in young university students. For this purpose, a quantitative, basic, non-experimental, cross-sectional and descriptive research approach was proposed. Likewise, the population consisted of students of a private university in the city of Trujillo, who are currently in the fourth cycle, while the sample consisted of 70 students from that population. In addition, the selected technique was the survey and the instrument were the ARS Questionnaire of Escurra and Salas, which had adequate evidence of validity and reliability. As a result, it was identified that in the dimension obsession with social networks in young university students, the moderate level predominates, according to 45.7% of those evaluated, followed by the high level, represented by 30%; in the dimension lack of personal control in young university students, the moderate level predominates, according to 35.7%; in the dimension excessive use of social networks in young university students, the moderate level predominates, according to 41.4% of those evaluated. Finally, it is concluded that in the levels of addiction to social networks in young university students, the moderate level predominates, according to 45.7% of those evaluated, followed by the high level, represented by 28.6%.

Key words: Social network addiction, obsession, personal control, excessive use.

I. INTRODUCCIÓN

Vivimos en una época en la que la tecnología domina todos los ámbitos y las personas la incorporan a su vida diaria como una necesidad, porque facilitan la comunicación e interacción en todo el mundo, pero han llevado a la separación de su familia. Las redes sociales son aplicaciones gratuitas y fáciles de usar que se utilizan en dispositivos que funcionan con Internet y se utilizan a menudo porque ayudan a que la comunicación sea fácil, sencilla, creativa y práctica (Malo et al. 2018).

Según lo referido por el banco mundial, en el año 2020, el confinamiento ocasionado a partir de la expansión del coronavirus, generó a un mayor efecto en la conectividad y en su frecuencia en jóvenes, ya que las relaciones interpersonales se tuvieron que instaurar a partir de las redes sociales, las cuales son utilizadas, principal canal comunicativo a la fecha (Banco Mundial, 2020). En relación con lo anterior, se puede argumentar que las personas tenderán a crear altos índices de adicción a los videojuegos, redes sociales e Internet, siendo más común entre los jóvenes mayores de 19 años. pensemos en el daño que nos ha hecho.

El uso excesivo de teléfonos móviles crea una tendencia a aislarse de la sociedad, lo que lleva a la adicción y otros trastornos de salud mental como irritabilidad, ansiedad, depresión y demencia, mientras que en el Reino Unido ocurre lo contrario. Una muestra de 251 residentes de 18 y 16 años informó que un ataque de Phubbing ocurriría al menos una vez al día (69,32%), mientras que casi el 9% mantendría este período por más tiempo. alrededor de una hora al día, más común en mujeres. Se puede concluir que existen diferentes condiciones patológicas, ya que existe la necesidad de aumentar la conciencia sobre las posibles consecuencias de los efectos tanto psicológicos como físicos del problema (Barrios y Cauchos, 2017).

Peña et al. (2017), mencionando que la red social más utilizada es Facebook, la cual ha sido la más utilizada en los últimos tiempos y ha sido criticada de todo tipo, indicando que los usuarios de esta red social se conocen más a sí mismos. A través de ella, los adolescentes y jóvenes se ven más afectados por el hecho de que su vida privada y su información están siendo utilizadas de manera ilegal. Según una investigación publicada por Padilla y Ortega (2017), indica que la prevalencia de adicción a internet en el Perú ronda el 7% entre jóvenes y universitarios. Además, los episodios depresivos son más comunes entre los universitarios

que estudian carreras relacionadas con la salud que entre los adultos. A la luz de lo anterior, se podría suponer que los jóvenes, y en particular los estudiantes de ciencias de la salud, que parecen mostrar un mayor autocontrol.

Según Instituto Nacional de Estadística e Informática [INEI] (2017), en el último trimestre del año pasado, el 57% de los niños de 6 a 12 años usaba Internet en sus teléfonos móviles, mientras que el 29,6% usaba Internet; Sin embargo, el 14% estará conectado a Internet en el trabajo y en el hogar, y eventualmente el 13% solo estará conectado a Internet desde su teléfono móvil y desde su hogar. Esto significa que las personas más responsables (adultos) utilizan más los servicios de internet inalámbrico en casa, en el trabajo y en el celular, lo que no les hace pensar que son inconscientemente dependientes.

Un estudio desarrollado en Perú, encontró que el 10 por ciento de los casos de abuso de sustancias eran adictivos, y entre ellos, señalaría que la adicción a las redes sociales, el 25 por ciento de los cuales era en adolescentes, es una enfermedad adictiva. chateaba, el 16% subía fotos, comentaba el artículo y finalmente jugaba en una red de pequeños grupos del 12% (Armao y Supachín, 2016). En relación con lo anterior, en el Perú las personas adictas a las redes sociales son llevadas a reformatorios, y el número de víctimas de este problema de adicción a las redes sociales va en aumento. Los estudios muestran que las redes sociales son mayoritariamente utilizadas por jóvenes, adultos y menores de edad, y estas cifras reflejan la realidad que se observa a nivel internacional, pero a nivel nacional y local también lo es la cantidad de casos en los que estos medios son utilizados constantemente y a menudo abusado los hechos muestran.

En el ámbito local de la institución universitaria, se ha podido observar que en la sede varios estudiantes se encuentran conectados a sus respectivos celulares conectados a redes sociales, esto debido a que cuando incide sus micrófonos, se puede escuchar conversaciones relacionadas a una comunicación entre amigos. Por otro lado, similares situaciones se presentan como otros docentes, a quienes a reuniones periódicas desarrolladas por ver si educativa refieren a una problemática similar. Estos indicadores harían pensar que los estudiantes universitarios se enfrentan ante una posible adicción a redes sociales que a través de este estudio se podrá determinar.

En base a lo manifestado, se formuló como problema ¿Cuál es el nivel de adicción a redes sociales en jóvenes universitarios? Además, se planteó como objetivo general describir el

nivel de adicción a redes sociales en jóvenes universitarios, cuyos objetivos específicos fueron describir el nivel de la dimensión obsesión por las redes sociales en jóvenes universitarios; describir el nivel de la dimensión falta de control personal en jóvenes universitarios y describir el nivel de la dimensión uso excesivo de las redes sociales en jóvenes universitarios.

Para efectos de la justificación del estudio se ha tomado como referencia los criterios expuestos por Hernández y Mendoza (2018), de tal modo esta investigación es conveniente, toda vez que permite evidenciar a través del análisis descriptivo de los hechos y sujetos, las características que poseen la adicción a las redes sociales y el nivel preponderante en una población de jóvenes universitarios en la ciudad de Trujillo.

A su vez, este relevante socialmente, ya que los principales beneficiarios con esta investigación son los propios jóvenes universitarios, ya que al conocerse los niveles de las dimensiones en cuanto a la adicción a redes sociales, se podrá fomentar una intervención psicológica pertinente.

De otro modo, según su valor teórico, puesto que, más allá de la generación de un conocimiento empírico producto de la aplicación de métodos científicos, se podrá aprobar la pertinencia que posee la teoría de Salas y Ecurra sobre la adicción a redes sociales, confirmando su efectividad para la explicación y entendimiento de los fenómenos que acontecen sobre la variable.

Por sus implicancias prácticas, ya que, a raíz de los hallazgos y conclusiones de este estudio, podrán fundamentarse recomendaciones viables para solucionar la problemática en cuestión, a través del diseño y ejecución de programas psicoterapia góticos orientados a disminuir los niveles de adicciones a las redes sociales en universitarios.

Ultimadamente, según su utilidad metodológica, se podrá contar con un instrumento válido y confiable y que sea de utilidad para futuros investigadores, además que este estudio sirve como un precedente importante para conocer el comportamiento de la variable adicción de redes sociales en poblaciones con similares características.

Por otro lado, en cuanto a los antecedentes de estudio en el plano internacional, Martínez y Moreno (2017) analizaron la relación entre la reducción de la Sociedad Virtual (RSV) en España y la intensidad de la violencia. Las muestras fueron mostradas por adolescentes de 1952. Las herramientas utilizadas provienen de la unidad RSV de la escala de socialización

en la Red Virtual. Los resultados obtenidos por los centros juveniles muestran que la presentación de la correlación del puntaje RSV es más que violencia y comunicación abierta; Hay similitudes en los comportamientos de hombres y mujeres que dependen en gran medida del RSV. Las investigaciones han demostrado que la dependencia del RSV tiene más probabilidades de conducir a la violencia entre compañeros.

Ruiz et al. (2018) buscaron analizar el uso adolescente de Internet y dispositivos móviles. El estudio abarca 874 estudios con 10 centros educativos desde la época española. La herramienta más popular es la prueba de dependencia del teléfono celular. Los estudios muestran que los adolescentes viajan mucho en teléfonos rojos y celulares, y que las mujeres son más dependientes sexualmente que los hombres. El estudio encontró que no hubo una diferencia significativa en las relaciones de tiempo y lugar relacionadas con el género, pero hubo un aumento en el tiempo relacionado con Internet en comparación con otros estudios.

Por otro lado, Malo et al. (2018) predicen el uso excesivo de las redes sociales a partir del estudio del perfil psicológico y social de los adolescentes que abusan de las RS. Utilizaron una muestra de 1.102 adolescentes españoles de entre 11 y 18 años. Ejemplos de herramientas: Para la personalización (NEO PI-R NEO FFI, y su concepto AF5), la escala de características personales de los usuarios de las TIC, la escala de reconocimiento del apoyo social, el alcance y métodos de las actividades médicas y tecnológicas. Los resultados muestran que la prevalencia de nuestras mejores personas es superior a la de los hombres, especialmente cuando las características personales están determinadas por la nueva crítica, la impulsividad, la autoaceptación, la pureza académica, afectiva y familiar. Por tanto, ser parte de un grupo de consumidores exagerado y pasar más tiempo en RS es un evento de alto riesgo que puede afectar la vida diaria de los adolescentes.

A nivel nacional, Clemente et al. (2019) estudiaron la relación entre la adicción a las redes sociales (ARS) y la impulsividad, en una muestra de 566 estudiantes universitarios en Cusco utilizando una medida de conducta impulsiva UPPS-P. El uso del coeficiente de correlación de Spearman demuestra que la adicción a las redes sociales y la impulsividad están altamente correlacionadas; en particular, la sobrecarga de la red social es impredecible (correlación positiva) y la urgencia negativa (correlación negativa). Los hombres y los más jóvenes obtienen las puntuaciones más altas tanto en adicción a las redes sociales como en impulsividad. Los estudios muestran que los factores de búsqueda sensorial se relacionan

positivamente con los comportamientos de uso de las redes sociales, lo que puede predecir los factores de riesgo.

Ávalos (2020) tuvo como objetivo explorar la relación entre la adicción a las redes sociales y los rasgos de personalidad de los estudiantes universitarios peruanos. Participaron 813 jóvenes y adultos de Lima Metropolitana de 18 a 36 años (Promedio = 20,69; DE = 3,94); El 18,33% son hombres y el 81,67% son mujeres. Ecurra y Salas realizaron una encuesta de adicciones en redes sociales (2014). Los resultados muestran que existe una excelente relación entre ARS y conciencia, Neuroticismo, Conveniencia, y la relación es moderada para extras. De manera similar, las comparaciones de género muestran que los rasgos de personalidad de las mujeres obtienen una puntuación más alta; los hombres tienen puntajes más altos en ARS.

Soriano (2019) tuvo como objetivo determinar la relación entre el impulso de los estudiantes de la Universidad Estatal de Ica en 2019 y la adicción a las redes sociales. El estudio tuvo un patrón transversal no experimental. Encontró una correlación directa entre $Rho = .778$ y significativa $p = .000$ (sig. <0.05) entre el impulso y la adicción a las redes sociales. Del mismo modo, la dependencia de las variables de impulso de los factores de adicción a las redes sociales revela la dependencia de los factores de sobreadicción ($Rho = .637$) y, por otro lado, la adicción a las redes sociales de los factores de adicción a las redes sociales. pulso para obtener una mayor correlación en las dimensiones del motor ($Rho = .738$). por otro lado, se determinó el nivel medio de impulso (39%) y el nivel medio de adicción a las redes sociales (95,7%).

Chira (2020) tuvo como objetivo analizar cómo se manifiesta la adicción a las redes sociales entre los estudiantes de una escuela nacional en Huancavelica. Además, busco analizar la naturaleza del uso de las redes sociales, el uso excesivo de las redes sociales, la falta de control personal sobre el uso de las redes sociales y el uso excesivo de las redes sociales. Para ello, se realizó un estudio de enfoque cualitativo, y se realizaron 12 entrevistas a estudiantes y alumnas de 12 a 17 años. Las investigaciones han demostrado que la adicción a las redes sociales está asociada con el uso de las redes sociales, la indulgencia excesiva. Los estudiantes concluyen que la depresión, falta de control personal, uso excesivo de las redes sociales están relacionadas con las diversas herramientas disponibles, como la información disponible en estos medios virtuales y la comunicación al mismo tiempo.

Araujo (2019) buscó evaluar la intensidad de tres dimensiones de la adicción a los RS: obsesión; sin control personal, uso excesivo de RS. Se utilizaron cuestionarios como herramienta en las redes sociales. Los resultados mostraron niveles bajos en todos los indicadores, siendo los hombres ligeramente diferentes en términos de sobreexposición a SR; Los estudiantes de administración obtuvieron las calificaciones más altas y los estudiantes de obstetricia obtuvieron las calificaciones más bajas. Se concluyó que las convulsiones fueron mayores en el grupo masculino, y no se encontraron diferencias entre hombres y mujeres en sobredosis.

Huamán et al. (2018) buscaron conocer y comprender los comportamientos asociados a la navegación en Internet, y buscaron determinar la frecuencia de conexiones, la RS más utilizada por los estudiantes y el tipo de contenido más utilizado. Involucró a 465 estudiantes de quinto año del Liceo Piura. Se desarrolló un cuestionario estructurado para la herramienta. Según la encuesta, la razón principal por la que los estudiantes se conectan a Facebook casi todos los días es que es la red social más utilizada. Los estudiantes pasan más tiempo navegando por Internet para divertirse y entretenerse, y los teléfonos inteligentes son los más utilizados para conectarse a Internet.

De otro modo, en cuanto al marco teórico referencial acerca de la variable, Kuss y Griffiths (2017) describen un trastorno llamado FOMO (miedo a perder algo), que en español significa miedo a perder o perderse algo. Por otro lado, FOMO está asociado con la adicción a los teléfonos celulares, y muchos investigadores recomiendan su inclusión en el DSM-V debido a los criterios para problemas como la nomofobia y la ansiedad en ausencia de este trastorno. objeto, alarma audible, tono fantasma, disponibilidad absoluta. De lo anterior, podemos concluir que existen trastornos mentales similares a los de SNS (sitio de redes sociales) que aún no han sido incluidos en el DSM-5.

Algo similar sucede con las adicciones en las redes sociales, pues son consideradas adicciones no tradicionales que no utilizan sustancias psicotrópicas, por lo que parten de dos mecanismos, como el refuerzo positivo, que es una conducta que brinda placer al individuo. parte de la fuerza negativa por la necesidad de aliviar la tensión emocional (Echeburúa, 1999).

Como resultado, las llamadas redes sociales originalmente estaban destinadas a comunicarse con usuarios de ideas afines, pero el uso de su contenido está aumentando y

pasando de la simpleza a la sociedad. Los observadores están expuestos a nuestra privacidad como parte del problema del acceso a todo tipo de información donde pueden compartir sus experiencias y opiniones (Ramos, 2008).

Además, los usuarios que utilizan las redes sociales como medio de interacción no solo son el único motivo para presentarse a través de herramientas como el lenguaje y la tecnología, sino también la necesidad de seguirlo. búsqueda de este mundo digital (Young, 2009).

En este sentido, el uso de la red es muy interesante para los usuarios jóvenes, porque es agradable comunicarse con ellos, así pueden recompensar directamente, comunicarse más, usar una variedad de actividades, varias actividades (chatear con amigos, ver películas, ver música, etc.) está disponible. Escuchar y saber lo que sucede en el campo de interés) genera aislamiento, ansiedad, baja autoestima e inestabilidad en el sujeto (Echeburua & Corral, 2010).

Como resultado, se ha convertido no solo en un problema psicológico sino también social, causando problemas neurológicos, psicológicos y sociales. sueño, depresión, etc. (Beard, 2005). La autoestima, la depresión y las habilidades sociales tienden a decaer debido a los frágiles factores que contribuyen a las redes sociales, como la distancia física, la comunicación no verbal y el anonimato (Herrera et al. 2010).

Además, Griffiths (2005) identificó un modelo de biopsiconimia que compara la adicción con comportamientos no tradicionales, como el uso excesivo de sustancias comunes como las sustancias psicotrópicas y el uso de nuevas tecnologías. Por lo tanto, la adicción a la tecnología, que es un conflicto interpersonal, se define por seis criterios que se definen funcionalmente (saben que son un problema pero son difíciles de resolver); claridad (cuando la actividad es muy intensa); reincidencia (recurrencia después de un cierto período de tiempo); cambios de humor (experiencias subjetivas que hacen que las personas se sientan inestables); tolerancia (aumento de ciertas actividades); Síndrome de disolución (sentirse incómodo, resentimiento por no poder hacer lo que quiere).

Así es como la tecnología se conecta al mundo para adaptarse a un mundo donde la información evoluciona como nunca antes y, lo más importante, no para saber, sino para guiarse y beneficiarse de nuestra contribución al desarrollo. Esto se debe a que ya existen

máquinas que controlan ese conocimiento (López, 2004).

Sobre las dimensiones, Ecurra y Salas (2014) consideran tres: primero es la obsesión por las RS, Estos incluyen la perseverancia mental, el pensamiento constante y la ansiedad y preocupación que provoca no poder imaginarlos, así como la incapacidad de usar estas herramientas; se manifiestan en pensamientos repetitivos, incluso cuando la persona no está conectada a la red, y, además, cuando la conexión a la red es interrumpida o lenta, se siente una excesiva irritabilidad (Requesens, 2012).

Segundo, falta de control personal en el uso de las RS, Los inconvenientes por no utilizar la red pueden llevar al descuido de las tareas escolares, diversas actividades de investigación (irresponsabilidad), así como otras actividades como la familia, las relaciones sociales, el descuido de los estudios y la conexión. La red dura muchas horas al día, dando como resultado compartir en familia y salir con amigos (sin independencia) (Echeburúa y Requesens, 2012).

Tercero, uso excesivo de las RS, Las dificultades para controlar el uso de la red incluyen el uso atrasado, la falta de autocontrol y la incapacidad para reducir la vida útil. (dependencia), algunos de los cuales son uno de los síntomas del individuo, el RS ya no controla el tiempo transcurrido y no limita el tiempo permitido para su uso (desorientación) (Echeburúa & Requesens, 2012).

Además, respecto al marco conceptual, la adicción a RS: Es el desarrollo de comportamientos repetitivos se vuelven placenteros, y lo que sucede en un entorno virtual se vuelve un hábito ya establecido y la necesidad de calmar la ausencia. (Ecurra y Salas, 2014).

Obsesión por las RS: incluye la incapacidad de usar estas herramientas; se manifiestan en pensamientos repetitivos, incluso cuando la persona no está conectada a la red, y además, cuando la conexión a la red es interrumpida o lenta, se siente una excesiva irritabilidad (Requesens, 2012).

Falta de control personal: Los inconvenientes por no utilizar la red pueden llevar al descuido de las tareas escolares, diversas actividades de investigación (irresponsabilidad), así como otras actividades como la familia, las relaciones sociales, el descuido de los

estudios y la conexión (Echeburúa y Requesens, 2012).

Uso excesivo de las RS: Las dificultades para controlar el uso de la red incluyen el uso atrasado, la falta de autocontrol y la incapacidad para reducir la vida útil. (dependencia), ya no controla el tiempo transcurrido y no limita el tiempo permitido para su uso (desorientación) (Echeburúa & Requesens, 2012).

II. METODOLOGÍA

2.1. Enfoque, tipo

Metodológicamente, el enfoque consta del cuantitativo, ya que la medición e interpretación y análisis de la variable se efectuó de forma objetiva y racional utilizando a la estadística (Hernández y Mendoza, 2018). Además, el tipo fue básico, toda vez que se orienta a incrementar los conocimientos respecto a la variable, sin fines prácticos (Bernal, 2010)

2.2. Diseño de investigación

En primera instancia, el diseño fue no experimental, de corte transversal y de nivel descriptivo, ya que no buscó modificar las características de la variable en la población, cuya aplicación de instrumentos fueron en un solo tiempo, con el objetivo de describir las propiedades y dimensiones concernientes a la variable en las características de la población, pudiendo generar una medición, análisis, e interpretación y predicción del comportamiento de la misma (Scharager, 2016)

2.3. Población, muestra y muestreo

La población constó de los estudiantes de una universidad privada de la ciudad de Trujillo, que actualmente cursan el cuarto ciclo, mientras que la muestra se conformada por 70 estudiantes de dicha población, seleccionados a través de un muestreo no probabilístico por conveniencia y considerando el criterio muestral mínimo recomendado por Hernández y Mendoza (2018) para una investigación descriptiva

2.4. Técnicas de recojo de datos

2.4.1. Técnica

En cuanto a la técnica le está nominada la encuesta, la cual es concebida como aquella forma que posibilita la recopilación de datos concernientes a rasgos de personalidad, percepciones, opiniones o conocimientos sobre los sujetos involucrados en una población (Hernández y Mendoza, 2018).

2.4.2. Instrumento

El cuestionario ARS de Ecurra y Salas (2014) está conformado por 24 ítems, que constan de 5 alternativas: Nunca, Raras veces, A veces, Casi siempre y Siempre (Ver Anexos 1 y 2).

Validez y confiabilidad:

Se tomó la adaptación desarrollada por Mendoza (2020) en la ciudad de Lima, con jóvenes universitarios, quien mediante la V de Aiken encontró valores > 0.80 , mientras que el AFC demostró resultados de $GFI = .98$, $RMSEA = .08$, el $SRMR = .07$, $CFI = .98$, $TLI = .98$ y el $\chi^2/gl = 2.94$, considerándose como adecuados, demostrando un ajuste pertinente entre el modelo teórico e hipotético.

La confiabilidad se garantizó mediante los coeficientes alfa de Cronbach $\alpha = .94$ y omega de McDonald $\omega = .94$, demostrando una fiabilidad muy alta del instrumento.

2.5. Técnicas de procesamiento y análisis de la información

Para el procesamiento de datos se utilizará el software Microsoft Excel, en donde será elaborada la base de datos, que a posteriori será exportada a IB SPSS v.26, en donde se aplicará la técnica derivada de la estadística descriptiva. Primeramente, se habrán de elaborar los baremos con el objetivo de obtener el nivel de la variable de acuerdo a la escala ordinal, mientras que, luego será aplicada las frecuencias simples y medidas porcentuales, para representar los valores obtenidos en la recolección de datos. Estos serán expresados en tablas de doble entrada.

2.6. Aspectos éticos en investigación

La política ética de la UCT obliga a respetar el Código Deontológico de la Universidad y la Ley de Propiedad Intelectual en lo que se refiere a la autoría de trabajos científicos, mientras que el Código Deontológico de la Asociación Americana de Psicología establece que los participantes en un estudio deben dar su consentimiento informado antes de que sus datos puedan ser utilizados. Por eso este estudio garantizó el completo anonimato de los encuestados y la seguridad de sus respuestas; también solicitó la participación de los implicados.

Además, el respeto de la autonomía de los participantes es uno de los principios básicos de la investigación bioética, que se cumple en el presente estudio. La publicación de datos basados en investigaciones anteriores debe estar libre de falsificaciones y plagios. Así, se mantiene la adhesión al principio de no maleficencia, que establece que los investigadores deben proteger a los participantes en el estudio de cualquier daño y garantizar su seguridad, bienestar y derechos durante el transcurso del estudio. Para lograr este objetivo, debemos dar la máxima prioridad a la salud y seguridad de los participantes en el estudio, minimizando al mismo tiempo cualquier riesgo potencial asociado a la investigación. Por último, pero no por ello menos importante, el principio de igualdad garantiza que los costes y beneficios de la investigación se repartan equitativamente entre todas las partes implicadas, sin ningún tipo de discriminación o explotación.

Este estudio se redactó de acuerdo con lo acordado y según los requisitos establecidos por la Escuela de Postgrado de la UCV, prestando especial atención al manual de estilo de la APA en su séptima edición. Todas las fuentes utilizadas en este trabajo han sido reconocidas, citadas adecuadamente de acuerdo con las normas establecidas, y tratadas con el máximo respeto de acuerdo con la ética profesional.

III. RESULTADOS

Tabla 1

Nivel de adicción a redes sociales en jóvenes universitarios.

Nivel	Adicción a redes sociales	
	n	%
Bajo	18	25.7
Moderado	32	45.7
Alto	20	28.6
Total	70	100.0

En la tabla 1 se observan los niveles de adicción a redes sociales en jóvenes universitarios, en donde predomina el nivel moderado, de acuerdo con el 45.7% de evaluados, seguido del nivel alto, representado por el 28.6%, y finalmente el nivel bajo, de acuerdo con el 25.7% de los jóvenes encuestados.

Tabla 2

Nivel de la dimensión obsesión por las redes sociales en jóvenes universitarios.

Nivel	Obsesión por las redes sociales	
	n	%
Bajo	17	24.3
Moderado	32	45.7
Alto	21	30.0
Total	70	100.0

En la tabla 2 se observan los niveles de la dimensión obsesión por las redes sociales en jóvenes universitarios, en donde predomina el nivel moderado, de acuerdo con el 45.7% de evaluados, seguido del nivel alto, representado por el 30%, y finalmente el nivel bajo, de acuerdo con el 24.3% de los jóvenes encuestados.

Tabla 3

Nivel de la dimensión falta de control personal en jóvenes universitarios.

Nivel	Falta de control personal	
	n	%
Bajo	23	32.9
Moderado	25	35.7
Alto	22	31.4
Total	70	100.0

En la tabla 3 se observan los niveles de la dimensión falta de control personal en jóvenes universitarios, en donde predomina el nivel moderado, de acuerdo con el 35.7% de evaluados, seguido del nivel alto, representado por el 31.4%, y finalmente el nivel bajo, de acuerdo con el 32.9% de los jóvenes encuestados.

Tabla 4

Nivel de la dimensión uso excesivo de las redes sociales en jóvenes universitarios.

Nivel	Uso excesivo de las redes sociales	
	n	%
Bajo	16	22.9
Moderado	29	41.4
Alto	25	35.7
Total	70	100.0

En la tabla 4 se observan los niveles de la dimensión uso excesivo de redes sociales en jóvenes universitarios, en donde predomina el nivel moderado, de acuerdo con el 41.4% de evaluados, seguido del nivel alto, representado por el 35.7%, y finalmente el nivel bajo, de acuerdo con el 22.9% de los jóvenes encuestados.

IV. DISCUSIÓN

A continuación, se desarrolla la discusión de resultados, con lo cual, en manifiesto al objetivo general, en la tabla 1 se observó que los niveles de adicción a redes sociales en jóvenes universitarios, predomina el nivel moderado, de acuerdo con el 45.7% de evaluados, seguido del nivel alto, representado por el 28.6%, y finalmente el nivel bajo, de acuerdo con el 25.7% de los jóvenes encuestados. Los resultados concuerdan con los de Soriano (2019), quien determinó que un nivel medio de adicción a las redes sociales (95,7%). Asimismo, con los de Hernán et al. (2018), quienes indicaron que la razón principal por la que los estudiantes se conectan a Facebook casi todos los días es que es la red social más utilizada. Los estudiantes pasan más tiempo navegando por Internet para divertirse y entretenerse, y los teléfonos inteligentes son los más utilizados para conectarse a Internet. Por tanto, se aduce que los niveles de adicción a las redes sociales pueden tener un impacto significativo en la vida de los estudiantes. Además, la adicción a las redes sociales se caracteriza por un uso excesivo y compulsivo de plataformas como Facebook, Instagram, Twitter, Snapchat y otras, que afecta negativamente la vida cotidiana y las relaciones personales.

En el marco del primer objetivo específico, en la tabla 2 se muestra que en los niveles de la dimensión obsesión por las redes sociales en jóvenes universitarios, predomina el nivel moderado, de acuerdo con el 45.7% de evaluados, seguido del nivel alto, representado por el 30%, y finalmente el nivel bajo, de acuerdo con el 24.3% de los jóvenes encuestados. Los hallazgos concuerdan con los de Araujo (2019), quien estudió la frecuencia de adicción a redes sociales de acuerdo a la obsesión con las mismas, evidenciando que los evaluados del género masculino tuvieron puntajes más altos, a diferencia de las mujeres. Por tanto, la obsesión por las redes sociales puede variar de persona a persona y que no todas las personas que usan las redes sociales tienen niveles problemáticos de obsesión, frente a ello, la clave es mantener un equilibrio saludable entre el uso de las redes sociales y las demás áreas de la vida, y ser consciente de cómo el uso excesivo puede afectar la calidad de vida y las relaciones personales de los estudiantes.

De acuerdo con el segundo objetivo específico, en la tabla 3 se observan que en los niveles de la dimensión falta de control personal en jóvenes universitarios, predomina el nivel moderado, de acuerdo con el 35.7% de evaluados, seguido del nivel alto, representado por el 31.4%, y finalmente el nivel bajo, de acuerdo con el 32.9% de los

jóvenes encuestados. Los resultados son similares a los de Chira (2020), quien determinó que los estudiantes concluyen que las características de la adicción a las redes sociales, enfocada en la falta de control personal está relacionada con las diversas herramientas disponibles, como la información disponible en estos medios virtuales y la comunicación al mismo tiempo. Por tanto, la falta de control personal en el uso de las redes sociales es un problema común que puede tener un impacto significativo en la vida del estudiante. Cuando una persona experimenta una tendencia al nivel alto de falta de control en relación con las redes sociales, puede ser un signo de una adicción o una obsesión problemática.

Finalmente, en cuanto al tercer objetivo específico, en la tabla 4 se observan que en los niveles de la dimensión uso excesivo de redes sociales en jóvenes universitarios, predomina el nivel moderado, de acuerdo con el 41.4% de evaluados, seguido del nivel alto, representado por el 35.7%, y finalmente el nivel bajo, de acuerdo con el 22.9% de los jóvenes encuestados. Los hallazgos se corroboran en lo manifestado por Ávalos (2020), quien determinó que las comparaciones de género en la dimensión uso excesivo de redes sociales muestran que los rasgos de personalidad de las mujeres obtienen una puntuación más alta; los hombres tienen puntajes más altos en ARS, de acuerdo al 42.5%. Por tanto, el uso excesivo de las redes sociales puede tener un impacto negativo en la vida de una persona, afectando sus relaciones, salud mental, productividad y calidad de vida. Una tendencia al nivel alto de uso excesivo de las redes sociales implica que alguien pasa una cantidad desproporcionada de tiempo en estas plataformas en comparación con otras actividades y responsabilidades.

V. CONCLUSIONES

1. Se identificó que, en los niveles de adicción a redes sociales en jóvenes universitarios, predomina el nivel moderado, de acuerdo con el 45.7% de evaluados, seguido del nivel alto, representado por el 28.6%.
2. Se identificó que, en los niveles de la dimensión obsesión por las redes sociales en jóvenes universitarios, predomina el nivel moderado, de acuerdo con el 45.7% de evaluados, seguido del nivel alto, representado por el 30%.
3. Se identificó que, en los niveles de la dimensión falta de control personal en jóvenes universitarios, predomina el nivel moderado, de acuerdo con el 35.7% de evaluados, seguido del nivel alto, representado por el 31.4%.
4. Se identificó que, en los niveles de la dimensión uso excesivo de redes sociales en jóvenes universitarios, predomina el nivel moderado, de acuerdo con el 41.4% de evaluados, seguido del nivel alto, representado por el 35.7%.

VI. RECOMENDACIONES

1. Desarrollar programas de concientización en el campus universitario para informar a los estudiantes sobre los riesgos de la adicción a las redes sociales.
2. Establecer canales de comunicación con los padres y tutores de los estudiantes para informarles sobre la adicción a las redes sociales y cómo pueden ayudar a sus hijos.
3. Desarrollar políticas institucionales que promuevan un equilibrio saludable entre el uso de las redes sociales y las responsabilidades académicas.
4. Apoyar la investigación continua sobre la adicción a las redes sociales en estudiantes universitarios para comprender mejor el alcance del problema y desarrollar intervenciones efectivas.

VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Araujo, E. D. (2019). Indicadores de adicción a las redes sociales en universitarios de Lima. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 10(2), 48-58. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2223-25162016000200005
- Arnao, J. y Surpachín N. (2016) Uso y abuso de las redes sociales digitales en adolescentes y jóvenes. CEDRO. <http://www.repositorio.cedro.org.pe/handle/CEDRO/310>
- Avalos, C. A. (2020). *Adicción a Redes Sociales y Rasgos de Personalidad en Universitarios Peruanos*. https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UUPC_fe0eed61e270ac64ec3a335529f71386
- Barrios, D., Bejar, V., Cauchos, V. (2017). Uso excesivo de Smartphones/teléfonos celulares: Phubbing y Nomofobia. *Revista Chilena de Neuropsiquiatría*, 55(3), 205-206. <http://dx.doi.org/10.4067/s0717-92272017000300205>
- Beard, K. (2005). Internet addiction: A review of current assessment techniques and potential assessment questions. *CyberPsychology & Behavior*, 7(8), 7-14. [https://www.scirp.org/\(S\(vtj3fa45qm1ean45vvffc255\)\)/reference/ReferencesPapers.aspx?ReferenceID=1813106](https://www.scirp.org/(S(vtj3fa45qm1ean45vvffc255))/reference/ReferencesPapers.aspx?ReferenceID=1813106)
- Chira, F. G. (2020). *Adicción a las redes sociales en estudiantes de un colegio nacional de Huancavelica*. https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/USIL_e2cd31178e6f03c36ff9a7bffa8350f/Description#tabnav
- Clemente, L. A., Guzmán, I., y Salas, E. (2019). *Adicción a redes sociales e impulsividad en universitarios de cusco*. https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/REVUCSP_19e7b4de32e8a2bc15441623d7abf4cc
- Echeburúa, E. & Requesens, A. (2012). *Adicción a las redes sociales y nuevas tecnologías en niños y adolescentes*. <http://omextad.salud.gob.mx/contenidos/investigaciones/Guiaparaeducadores.pdf>

- Echeburúa, E. (1999). *¿Adicciones sin drogas? Las nuevas adicciones: juego, sexo, comida, compras, trabajo, internet*. [https://www.aepcp.net/arc/05.1999\(2\). Sandin.pdf](https://www.aepcp.net/arc/05.1999(2).Sandin.pdf)
- Echeburúa, E., y Paz de Corral. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Revista Adicciones*, 22 (2), 91-96. <http://dx.doi.org/10.20882/adicciones.196>
- Escurrea, M. & Salas, E. (2014). Uso de las redes sociales entre estudiantes universitarios limeños. *Revista peruana de Psicología y trabajo social*, 3(1), 75-90. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68631260007>
- Griffiths, M. (2005). A 'components' model of addiction within a biopsychosocial. *Journal of Substance*, 10(4), 191–197. https://www.academia.edu/429550/Griffiths_M.D._2005_.A_components_model_of_addiction_within_a_biopsychosocial_framework._Journal_of_Substance_Use_10_191-197
- Herrera, M., Pacheco, M., Palomar, J., y Zavala, D. (2010). La Adicción a Facebook Relacionada con la Baja Autoestima, la Depresión y la Falta de Habilidades Sociales. *Psicología Iberoamericana*, 18(1), 6-18. <https://alejandrovasteguintz.wordpress.com/2015/11/17/la-adiccion-a-facebook-relacionada-con-la-baja-autoestima-la-depresion-y-la-falta-de-habilidades-sociales/>
- Huamán, F., Palomino, H., Atarama, T. & Castañeda, L. (2018). Los escolares en la era digital: el consumo de medios de los alumnos de 5to de secundaria de los colegios públicos de la región Piura en Perú. *Comunicación*, 8(1), 16-25
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2017). Tecnologías de la información y comunicación. <https://www.inei.gob.pe/estadisticas/indice-tematico/tecnologias-de-la-informacion-y-telecomunicaciones/>
- Kuss, D., & Griffiths, M. (2017). *Social Networking Sites and Addiction: Ten Lessons Learned. International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(3), 311. <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph14030311>
- López, L. (2004). Adicción a Internet: conceptualización y propuesta de intervención. *Profesional Española de Terapia Cognitivo – Conductual*, 2 (22), 52. <http://www.jogoremoto.pt/docs/extra/BL5L6u.pdf>

- Malo, S. C., Martín, M. M. & Viñas, F. (2018). Uso excesivo de redes sociales: Perfil psicosocial de adolescentes españoles, *Comunicar*, 56(26), 105-110. DOI: <https://doi.org/10.3916/C56-2018-10>
- Martínez, B, & 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. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349853220011>
- Padilla, C. y Ortega, J. (2017). Adicción a las redes sociales y sintomatología depresiva en universitarios. *CASUS*, 2(1),47-53
- Peña, R. et al. (2017). *Cómo enseñar utilizando las redes sociales*. México D.F., México: Alfaomega.
- Ramos, A. (2008). Redes Sociales y propiedad intelectual. Dos mundos obligados a entenderse. *Telos*, 76,110-113.
- Ruiz, J., Sánchez, J. & Trujillo, J. (2018). Utilización de Internet y dependencia a teléfonos móviles en adolescentes. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 14(2), 1357-1369
- Soriano, C. (2019). *Impulsividad y adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad nacional de Ica, 2019*. Universidad César Vallejo. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/36796/Soriano_CJA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Young, K. (2009, Diciembre). Internet Addiction: Diagnosis and Treatment Considerations. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 39 (4), 241-246. https://www.researchgate.net/publication/225469446_Internet_Addiction_

ANEXOS

ANEXO 1: INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

ESCALA DE ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES (ARS)

A continuación, se presentan 24 ítems referidos al uso de las Redes Sociales, por favor conteste a todos ellos con sinceridad, no existen respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o malas. Marque un aspa (X) en el espacio que corresponda a lo que Ud. siente, piensa o hace:

Siempre	S	Rara vez	RV
Casi siempre	CS	Nunca	N
Algunas veces	AV		

N IT	DESCRIPCIÓN	RESPUESTA				
		S	C	A	R	N
1.	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes					
2.	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.					
3.	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.					
4.	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.					
5.	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.					
6.	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.					
7.	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.					
8.	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.					
9.	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.					
10.	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.					
11.	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.					
12.	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.					
13.	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.					
14.	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.					

15.	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.					
16.	Invierto mucho tiempo del día conectándome y es conectándome de las redes sociales.					
17.	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.					
18.	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.					
19.	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.					
20.	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las					
21.	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes					
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 2: FICHA TÉCNICA DE INSTRUMENTO

Ficha técnica:

Nombre	: Cuestionario de adicción a redes sociales (ARS)
Autor(es)	: Miguel Ecurra y Edwin Salas
Procedencia	: Lima
Año	: 2014
Administración	: Individual o colectiva
Edad	: 16 a 42 años
Duración	: Libre
Dirigido a	: Universitarios
Ámbito	: Clínica y educativa
Finalidad	: Evaluar el nivel de ARS.

ANEXO 3: OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición
Adicción a las redes sociales	Es el desarrollo de comportamientos repetitivos	Será medida a través de la escala ARS, aplicada a universitarios.	Obsesión por las RS.	- Pensamiento automático - Impaciencia	1, 2, 3, 5, 6, 7, 13, 15, 23.	Likert Ordinal
	Se vuelven placenteros, y lo que sucede en un entorno virtual se vuelve un hábito ya establecido y la necesidad de calmar la ausencia. (Escurra y Salas, 2014)		Falta de control personal.	Uso excesivo de RS.	- Estado de ánimo - Ausencia de autocontrol - Descuido de actividades - Tiempo de conexión - Carencia de control de conexión - Periodicidad de conexión	

ANEXO 4 INFORME DE ORIGINALIDAD