

**UNIVERSIDAD CATÓLICA DE TRUJILLO  
BENEDICTO XVI**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**PROGRAMA DE ESTUDIOS DE PSICOLOGÍA**



**ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y ANSIEDAD ESTADO-  
RASGO EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCION EDUCATIVA  
PRIVADA DE VIRÚ, 2023**

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE  
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

**AUTORAS**

Br. Coyla Mestas, Angela del Rosario

Br. Perez Duran, Lenny Danixa

**ASESORA**

Mg. Borceyú Camacho, Nataly de Jesús

<http://orcid.org/0000-0001-55101-5630>

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN**

Salud y bienestar

**TRUJILLO - PERÚ**

**2024**

## DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD

Señora Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud:

Yo, **NATALY DE JESÚS BORCEYÚ CAMACHO** con DNI N° 70108416, como asesora del trabajo de investigación titulado “ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y ANSIEDAD ESTADO-RASGO EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCION EDUCATIVA PRIVADA DE VIRÚ, 2023”, desarrollado por las egresadas COYLA MESTAS, ANGELA DEL ROSARIO con DNI N° 44290107 y LENNY DANIXA PEREZ DURAN con DNI 72351857, del Programa de Psicología, considero que dicho trabajo reúne las condiciones tanto técnicas como científicos, 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.



---

Borceyú Camacho, Nataly de Jesús  
ASESORA

## **AUTORIDADES UNIVERSITARIAS**

Exemo Mons. Dr. 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 Marin

Secretaria general

## **DEDICATORIA**

*A nuestros padres, por su apoyo incondicional.*

## **AGRADECIMIENTOS**

*A Dios, por su infinito amor hacia nosotros siendo nuestro principal faro hacia la plenitud como seres humanos.*

*A nuestra Alma Mater, por acogernos y brindarnos la oportunidad de convertirnos en profesionales de esta apasionante carrera.*

*A nuestros docentes que durante toda la carrera pusieron en nosotras la semilla de la búsqueda del saber.*

*A nuestra asesora por su disposición y apoyo constante en la elaboración del presente trabajo.*

*A la red de compañeros y amigos por su acompañamiento durante toda nuestra vida universitaria.*

## **DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD**

Nosotras, Angela Del Rosario Coyla Mestas con DNI 44290107 y Lenny Danixa Perez Duran con DNI 72351857, egresadas del programa de estudios de pregrado de psicología de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI, damos fe que hemos seguido rigurosamente los procedimientos académicos y administrativos emanados por la Facultad de Ciencias de la Salud, para la elaboración y sustentación del informe de tesis titulado: “ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y ANSIEDAD ESTADO-RASGO EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCION EDUCATIVA PRIVADA DE VIRÚ, 2023”, el cual consta de un total de 53 páginas, en las que se incluye 06 tablas y 0 figuras, más un total de 11 páginas en anexos.

Dejamos constancia de la originalidad y autenticidad de la mencionada investigación y declaramos bajo juramento en razón a los requerimientos éticos, que el contenido de dicho documento corresponde a nuestra autoría respecto a redacción, organización, metodología y diagramación. Asimismo, garantizamos que los fundamentos teóricos están respaldados por el referencial bibliográfico, asumiendo un mínimo porcentaje de omisión involuntaria respecto al tratamiento de cita de autores, lo cual es de nuestra entera responsabilidad.

*Los autores*



---

**COYLA MESTAS, ANGELA  
ANGELA DEL ROSARIO**

**DNI 72351857**



---

**PEREZ DURAN, LENNY  
DANIXA**

**DNI 72351857**

## ÍNDICE

DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD .....	ii
AUTORIDADES UNIVERSITARIAS.....	iii
DEDICATORIA.....	iv
AGRADECIMIENTOS.....	v
DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD.....	vi
ÍNDICE.....	vii
ÍNDICE DE TABLAS .....	viii
RESUMEN .....	ix
ABSTRACT .....	x
I. INTRODUCCIÓN .....	11
II. METODOLOGIA .....	22
2.1. Enfoque y tipo de investigación.....	22
2.2. Diseño metodológico .....	22
2.3. Población, muestra y muestreo .....	23
2.4. Técnicas e instrumentos de datos.....	24
2.5. Técnicas de procesamiento de información.....	25
2.6. Aspectos éticos .....	25
III. RESULTADOS .....	26
IV. DISCUSIONES .....	32
V. CONCLUSIONES .....	35
VI. RECOMENDACIONES .....	36
VII. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS .....	37
VIII. ANEXOS.....	43
Anexo 1: Instrumentos de recolección de información .....	43
Anexo 2: Fichas Técnicas .....	45
Anexo 3: Operacionalización de variables .....	47
Anexo 4: Carta de Presentación.....	48
Anexo 5: Carta de Autorización .....	49
Anexo 6: Consentimiento Informado.....	50
Anexo 7: Asentimiento informado .....	51
Anexo 8: Matriz de consistencia.....	52
Anexo 9: Informe de originalidad.....	53

## INDICE DE TABLAS

Tabla 1. Niveles de Adicción a Redes Sociales .....	26
Tabla 2. Niveles de Ansiedad Estado-rasgo .....	27
Tabla 3. Relación entre la Adicción a Redes Sociales y la Ansiedad estado-rasgo .....	28
Tabla 4. Relación entre Obsesión por las Redes Sociales y Ansiedad estado-rasgo .....	29
Tabla 5. Relación entre Falta de Control personal en el uso de redes sociales y Ansiedad estado-rasgo .....	30
Tabla 6. Relación entre Uso excesivo de Redes Sociales y Ansiedad estado-rasgo .....	31

## RESUMEN

El presente estudio tuvo como finalidad investigar la asociación entre adicción de redes sociales y ansiedad estado-rasgo en estudiantes de una Institución Educativa Privada de Virú, 2023; empleando el enfoque descriptivo-correlacional; la muestra estuvo conformada por 149 estudiantes; siendo los instrumentos empleados el cuestionario de Adicción a redes Sociales (ARS) y el State-trait Anxiety Inventory (STAI). Los resultados hallados refieren que existe una correlación significativa, directa y baja (.239), evidenciando que, ante un incremento en el nivel de adicción a redes sociales, esto se reflejará en un mayor nivel de ansiedad y recíprocamente. Así mismo, otro de los hallazgos importantes es que el nivel predominante en cuanto a adicción a redes sociales (51.7%) es el nivel medio, del mismo modo con el nivel de ansiedad estado-rasgo (73.2%).

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

## ABSTRACT

The present study aimed to investigate the association between social network addiction and state-trait anxiety in students of a private educational institution in Virú, 2023; using the descriptive-correlational approach; the sample consisted of 149 students; the instruments used were the Social Network Addiction Questionnaire (ARS) and the State-trait Anxiety Inventory (STAI). The results found that there is a significant, direct and low correlation (.239), showing that, with an increase in the level of addiction to social networks, this will be reflected in a higher level of anxiety and reciprocally. Likewise, another important finding is that the predominant level of addiction to social networks (51.7%) is the medium level, as well as the level of state-trait anxiety (73.2%).

**Keywords:** Social network addiction, anxiety, students.

## I. INTRODUCCIÓN

Actualmente el uso de redes sociales tiene diversas motivaciones pues representa una ventana que permite publicar fotos, videos, reflexiones o vivencias propias, a la vez que se han convertido en el medio más eficaz para establecer nuevos contactos con fines amicales, laborales, etc.

Asimismo, Akkus (2021) sostiene que la tecnología de la mano con las redes sociales se encuentra en su máximo apogeo pues su uso forma parte de nuestra rutina, debido a que nos facilita la vida con sus múltiples beneficios, ya sea para mensajería, adquirir información, hacer nuevos amigos, compartir o publicar contenido, etc.

No obstante, esta creciente asistencia tecnológica en algunos casos se ha convertido en un generador de adicciones conductuales evidenciándose como un deseo incontrolable de participar repetidamente en una actividad, perdiendo de vista la distinción entre uso y abuso de esta herramienta digital, a pesar de ser consciente de los efectos negativos que repercutirían en la propia persona, el hogar o en la comunidad (Baltaci et al., 2021).

En la misma línea, el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2021) manifiesta que las herramientas digitales que ofrecen diversas oportunidades para que los niños y adolescentes sigan estudiando y se mantengan conectados, pueden resquebrajar su salud física y emocional, pues, al estar más tiempo frente a una pantalla, les resta tiempo para realizar actividades físicas al aire libre.

Según Forner (2023) en España se han registrado cifras estadísticas que revelan que un 92% de adolescentes cuyas edades fluctúan entre 14 y 16 años hacen uso de las redes sociales, asimismo, emplean un tiempo aproximado al día de hasta cinco horas de las cuales dos horas son para el uso exclusivo de redes sociales.

Asimismo, en nuestro país el reporte del Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2023) nos muestra que el 88.9% de adolescentes comprendidos entre los 12 a 17 años, usan internet; esta cifra representa un incremento del 3.6.% en relación a las cifras registradas el año anterior.

En referencia a ello, Ehmke (2023) manifiesta que con frecuencia los adolescentes utilizan las redes sociales para compararse con otros, tratando de proyectar una imagen ideal, en su búsqueda de aceptación y pertenencia a nuevos grupos, por lo cual, pueden pasar horas

tratando de seleccionar qué contenido publicar; pues perciben la valoración de sí mismos a través de reacciones virtuales como los “likes”; en ocasiones, al no obtener los esperados, pueden generarles sensaciones de desconcierto, angustia, presión y ansiedad; más aún, cuando perciben que otros se ven más geniales que ellos mismos.

Por otro lado, la ansiedad en situaciones y niveles adecuados es considerado como una respuesta de adaptación útil y favorable, porque nos impulsa a enfrentar situaciones difíciles e inesperadas; es decir, nos pone en alerta y nos brinda el impulso necesario para resolver determinados sucesos; sin embargo, si esta sensación es perenne puede situarnos en un escenario realmente agotador, provocando un deficiente desenvolvimiento en el desempeño personal y social (Yayman y Bilgin, 2020).

Al respecto, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021) manifiesta que, a nivel mundial, la ansiedad es una de las principales causas de enfermedad entre los adolescentes, pues en promedio el 3,6% de adolescentes en el rango de edad de 10 a 14 años y el 4,6% entre 15 y 19 años presenta al menos un trastorno de ansiedad, dichas cifras han evidenciado un incremento del 25% a nivel global debido a la pandemia.

En nuestro país, Ocampo (2022) afirma que una de las repercusiones que dejó la pandemia son los cuadros ansiosos, esto se refleja en que el 3% de adolescentes en Lima tienen una prevalencia del trastorno de ansiedad generalizada, así también, las cifras estadísticas reportan que el 25% de niños y adolescentes que han sido atendidos en el área de Salud Mental presentan episodios de ansiedad generalizada, y que junto a la depresión son los trastornos más comunes en lo que refiere a salud mental.

En la Institución Educativa Privada donde se realizó la investigación se ha observado que los estudiantes no están exentos de esta problemática debido a que la mayoría cuenta con teléfonos inteligentes, así también, se han presentado casos puntuales de episodios de ansiedad en algunos estudiantes, por lo cual, se considera importante el estudio de las variables en dichos estudiantes de la provincia de Virú.

Ante este escenario se formuló como problema general: ¿Cuál es la relación entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de una Institución Educativa de Virú, 2023?; a partir de ello, se plantearon los problemas específicos: ¿Cuál es el nivel predominante de adicción a redes sociales en estudiantes de una Institución Educativa de Virú, 2023?, ¿Cuál es el nivel predominante de ansiedad estado-rasgo en

estudiantes de una Institución Educativa de Virú, 2023?, ¿Cuál es la relación entre obsesión por las redes sociales y la ansiedad en estudiantes de una Institución Educativa en Virú, 2023?, ¿Cuál es la relación entre falta de control personal en el uso de las redes sociales y la ansiedad en estudiantes de una Institución Educativa de Virú, 2023?, y ¿Cuál es la relación entre uso excesivo de redes sociales y la ansiedad en estudiantes de una Institución Educativa de Virú, 2023?

Este estudio brinda un aporte teórico debido a que incrementará el conocimiento científico con información actualizada y concerniente a la relación de las variables investigadas, convirtiéndose en sustento teórico para futuras investigaciones dentro del campo de la psicología y afines.

Así también, presenta relevancia metodológica porque en este estudio se utilizarán instrumentos adaptados y validados para nuestro contexto, por ende, los resultados servirán para que futuros investigadores puedan contrastarla en sus estudios; así también, permitirá conocer en qué medida la adicción a las redes sociales está vinculada o asociada a la ansiedad estado-rasgo de los estudiantes de una Institución Educativa Privada en Virú, 2023.

Además, posee relevancia social, porque pretende medir los niveles tanto de adicción a redes sociales como de ansiedad estado-rasgo, el cual servirá como base estadística a nivel de provincia para futuros estudios. También, sería un aporte para que las entidades competentes que velan por la salud e integridad de los adolescentes realicen campañas de concientización sobre estrategias que favorezcan el uso adecuado de redes sociales, así como estrategias para el manejo favorable de la ansiedad.

En relación a la relevancia práctica, los resultados servirán como directrices para diseñar, proponer y ejecutar talleres psicoeducativos con la finalidad de abordar esta temática en la Institución Educativa Privada de Virú.

Con respecto a los objetivos, se planteó como el principal: Establecer la relación entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de una institución educativa privada de Virú, 2023. Asimismo, se plantearon como objetivos específicos: Determinar el nivel de adicción a redes sociales; determinar el nivel de ansiedad estado-rasgo; establecer la relación entre la obsesión por las redes sociales y la ansiedad; establecer la relación entre la falta de control en el uso de redes sociales y la ansiedad; y establecer la relación entre el uso excesivo de redes sociales y la ansiedad.

Basado en los objetivos, se han generado como hipótesis general: H<sub>1</sub>: Existe relación entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de una institución educativa privada de Virú, 2023; el mismo modo, se han planteado las siguientes hipótesis específicas: H<sub>1</sub>: Existe relación entre la obsesión por las redes sociales y la ansiedad. H<sub>2</sub>: Existe relación entre la falta de control en el uso de redes sociales y la ansiedad. H<sub>3</sub>: Existe relación entre el uso excesivo de redes sociales y la ansiedad.

Como antecedentes del presente estudio a nivel internacional se ha encontrado diversas investigaciones, a continuación, mencionaremos las más relevantes para el presente estudio:

Farid et al. (2022) abordan las tendencias del uso desmedido de las redes sociales, los rasgos de inteligencia emocional y la ansiedad general, utilizando el método cuantitativo-correlacional. Emplearon la Escala de Trastorno de Ansiedad Generalizada de Spitzer, el Cuestionario de Inteligencia de Coopersmith y la Escala de Adicción a las Redes Sociales de Young. La muestra fue de 456 estudiantes de Faisalabad y los hallazgos demostraron que la adicción a las redes sociales se encuentra fuertemente relacionada con el trastorno de ansiedad general; a su vez, hallaron una asociación débil entre el uso excesivo de aplicaciones de redes sociales y la inteligencia emocional.

Por otro lado, García y Puerta-Cortés (2020) en su artículo sobre el uso excesivo de Facebook y autoconcepto en adolescentes, se plantearon determinar la correlación entre dichas variables, empleando el método cualitativo con enfoque transversal. Emplearon el Cuestionario de Adicción a Facebook (BFAS) y la Escala de Autoconcepto Personal (APE), conformaron la muestra 570 sujetos que utilizan Facebook. El estudio concluyó que existe una relación significativa inversa, puesto que, ante menor uso de Facebook se evidencia un incremento en el autoconcepto y viceversa.

Además, Klimenko et al. (2020) realizaron un estudio con el propósito de relacionar el riesgo de adicción a redes sociales y las habilidades para la vida y socioemocionales, utilizando el enfoque cualitativo correlacional. La muestra fue de 221 estudiantes y se emplearon la Escala de Riesgo a las Redes Sociales e Internet, el Test de Habilidades para la Vida y para estimar las habilidades socioemocionales adaptaron una escala de su propia autoría. Los resultados evidenciaron que existe una correlación baja entre las variables estudiadas.

Mientras que, Rodríguez y Moreno (2019), realizaron un estudio con el propósito de determinar la influencia de las redes sociales en la ansiedad y autoestima, para lo cual, utilizaron el método no experimental y correlativo-cuantitativo. Para estimar los constructos de su investigación aplicaron el Cuestionario de Ansiedad de Beck (BAI) y diseñaron su propio cuestionario tanto para medir ansiedad; así como, autoestima, con una escala al estilo Likert. Trabajaron con 120 participantes. Concluyendo que las redes sociales pueden influir en la aparición y/o en el incremento de los niveles de ansiedad y dañar la autoestima.

Asimismo, a nivel nacional existen estudios previos que se mencionan a continuación:

Cabrera et al. (2023) realizaron un estudio cuyo objetivo fue examinar si la ansiedad estado-rasgo actúa como predictor en la adicción a redes sociales. El diseño fue correlacional, de corte transversal, utilizando el Cuestionario de Riesgo a Redes Sociales y el IDARE para estimar ansiedad. La muestra estuvo conformada por 494 estudiantes del nivel secundario. Finalmente, los resultados arrojaron que existe correlación significativa entre las variables.

De igual forma, Trinidad y Varillas (2021) lograron identificar la relación entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad estado-rasgo, desde un enfoque cuantitativo y correlacional. Los instrumentos que emplearon fueron el Cuestionario de ARS y el IDARE. La muestra estuvo conformada por 215 educandos del nivel secundario en Huacho. Los hallazgos señalaron que existe relación significativa y directa ( $r=.316$ ) entre dichas variables; además, determinaron que el 55.8% presenta adicción a redes sociales en nivel medio y el 16,7% en nivel bajo; así también, el 51,6% presentan ansiedad en nivel medio y el 33.0% de los educandos presentan niveles altos de ansiedad. Adicionalmente, las tres dimensiones de ARS presentan relación directa y significativa con la ansiedad estado-rasgo (.411; .459; y .478).

Además, Cuba (2021), investigó la relación de adicción a redes sociales y nivel de ansiedad en una muestra de 120 estudiantes del nivel secundario en Lima, siendo un estudio de tipo correlacional y diseño transversal, empleando el cuestionario de ARS y la escala de ansiedad de Zung. Con el cual, concluyó la existencia de una relación moderada y directa ( $r=.494$ ) entre dichos constructos. Así también, determinó que el nivel de ARS predominante es el nivel medio representado por 69.2% y cuanto a nivel de ansiedad el 63,3% presenta

bajo nivel de ansiedad. Adicionalmente, se determinó que las tres dimensiones de ARS presentan relación directa y significativa con el nivel de ansiedad (.424; .485; y .434).

Así también, Portal (2019) realizó un estudio con el objetivo de relacionar la adicción a redes sociales y el nivel de ansiedad, este trabajo tuvo un enfoque cuantitativo y de tipo descriptivo correlacional. Para lo cual, aplicó el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) y el inventario de ansiedad estado-rasgo. La muestra estuvo constituida por 100 educandos del nivel secundario en Carabayllo. Los hallazgos evidenciaron que existe una relación directa (.231) entre los constructos, adicionalmente, determinó que el 60% de educandos presentan un nivel alto en adicción a redes sociales; en cuanto a ansiedad el 91% presenta ansiedad moderada.

Además, en el ámbito regional, hay estudios como el de Saldaña y Ventura (2023), quienes realizaron una investigación sobre adicción a redes sociales y comunicación familiar, con el objetivo de relacionar ambas variables. Fue de tipo cuantitativa, correlacional y transversal. Aplicaron la encuesta de Adicción a Redes Sociales (ARS) y el Inventario de Comunicación Familiar en una muestra de 176 adolescentes. Determinaron la existencia de una relación significativa inversa entre adicción a las redes sociales y comunicación familiar. Además, determinaron que el 47.2% de los estudiantes presentan un nivel alto de ARS, el 28.4% nivel medio y el 24.4% presentan nivel bajo de adicción a redes sociales.

Mientras tanto, Rodríguez (2021) investigó sobre la relación de ansiedad estado-rasgo y la adicción a las redes sociales, mediante un diseño correlación de tipo cualitativa; para lo cual, aplicó el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) y el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAIC). Teniendo como muestra a 150 estudiantes de cuarto y quinto de secundaria en Trujillo. Los hallazgos evidencian la existencia de una asociación altamente significativa (.984), entre las variables en estudio. Además, se evidencia una relación moderada entre obsesión por las redes sociales y ansiedad (.736); de igual forma entre falta de control en el uso de redes sociales y ansiedad (.621), y una fuerte relación (.933) entre el uso excesivo de redes sociales y ansiedad en dichos educandos.

Asimismo, Encinas (2021) realizó una investigación de enfoque correlacional descriptivo, con la finalidad de relacionar adicción a redes sociales y habilidades sociales en una muestra de 208 estudiantes del nivel secundario de una IE estatal; para lo cual, empleó el cuestionario de ARS y la Escala de Habilidades Sociales. Los hallazgos señalan que existe

una relación indirecta y altamente significativa entre ambas variables. Además, el 61.5% de estudiantes presenta un nivel bajo de adicción a redes sociales.

Por su lado, Chávez (2021) realizó una investigación sobre adicción a las redes sociales y el cyberbullying, cuyo objetivo fue correlacionar ambas variables. La investigación fue de tipo cualitativa, con diseño correlacional. Se aplicó en test de Adicción a Redes Sociales (ARS) y el Cuestionario de Cyberbullying. Emplearon una muestra de 141 estudiantes de nivel secundario de un colegio en Trujillo. Concluyendo que existe una relación significativa fuerte entre dichas variables; además, que el 53.7% de los estudiantes presentan alto nivel de ARS el 26.3% en el nivel bajo y el 20% en el nivel medio.

Otro estudio relevante fue el de Saldaña (2021) quién investigó sobre la procrastinación y ansiedad estado-rasgo. La indagación fue de tipo descriptiva, correlacional y aplicó la Escala de Procrastinación en Adolescentes (EPA) y la Escala de Ansiedad Estado-Rasgo (IDARE) en una muestra de 220 estudiantes de un colegio en Guadalupe. Los hallazgos evidenciaron una relación significativa alta entre los constructos estudiados. Adicionalmente, el 62.9% presenta bajo nivel de ansiedad.

Al respecto de la primera variable de estudio; Torres (2008), menciona que las redes sociales, anteriormente llamada comunidad virtual, son las herramientas que nos permiten conectar con personas que están físicamente distantes mediante el uso de las tecnologías de comunicación, donde es posible compartir y adquirir información de todo tipo en tiempo real.

Además, según manifiesta Serri (2018) las redes sociales son el conjunto de aplicaciones que requieren conexión a internet y permiten la creación y difusión de contenidos creados por el consumidor, además, tienen la opción de configurar su perfil para que sea visible para libremente o para determinada lista de sus contactos.

Por otro lado, la OMS (2015) menciona que una adicción es una dependencia a determinada sustancia, actividad o vínculo ocasionado por la satisfacción y alivio que esto produce en el individuo, donde la persona adicta no se siente capaz de prescindir de la influencia de determina sustancia, por lo cual consume constante y compulsivamente.

Asimismo, Miña et al. (2018), mencionan que las adicciones psicológicas se manifiestan mediante conductas repetitivas, al principio gratificantes; pero, luego de establecerse el hábito provocan estados de estrés que escapan de su control y, para mitigarlo, se recurre a la

conducta adictiva, donde la búsqueda del placer pasa a un segundo plano y lo que se anhela es reducir los niveles de estrés producidos por no ejecutar la conducta, cayendo en un círculo vicioso inacabable

Por lo cual, Ramazanoglu (2020), define la adicción a las redes sociales como un trastorno del comportamiento similar al de una ludopatía, se manifiesta mediante una preocupación por revisar las redes sociales con frecuencia y el uso excesivo de los teléfonos móviles, manifestándose mediante una perturbación de la tranquilidad y cambios en el estado de ánimo.

Una definición de adicción a redes sociales podría considerar una excesiva preocupación e impulsos incontrolados por acceder y permanecer en las redes sociales, un aislamiento de su entorno habitual y ciertos trastornos de tipo mental y emocional (Escrura y Salas, 2014).

Los adolescentes conforman un grupo de riesgo importante, pues, debido a los cambios físicos y psicológicos que atraviesan tienden a buscar sensaciones nuevas que desarrollen su identidad, y son los que más hacen uso del internet, en donde encuentran una comunidad virtual que satisface en algo su necesidad de pertenecer a un grupo social (Steiner-Adair et al., 2013).

Se evidencian casos en que las características de la personalidad (impulsividad, intolerancia, búsqueda de emociones fuertes, etc.); problemas de personalidad (baja autoestima, estilos de afrontamiento ante situaciones difíciles, etc.); o problemas psiquiátricos anteriores (fobia social, TDAH, entre otros) pueden incrementar la vulnerabilidad hacia las adicciones. Por otro lado, la percepción de insatisfacción de la vida puede llevar a intentar llenar esos vacíos con alguna adicción ya sea con sustancias o sin sustancias (Echeburúa, 2012).

Existen casos donde la funcionalidad familiar no es propicia para fortalecer hábitos de conducta saludables. En un entorno familiar con límites rígidos es difícil propiciar la autonomía responsable de los hijos, generando conductas de dependencia, rebeldía y oposición a las normas. Por el contrario, un entorno familiar con estilo permisivo, tampoco favorece el establecimiento de conductas saludables ni fortalece el autocontrol que necesita un adolescente, esto puede generar actitudes de egocentrismo e impulsividad (Echeburúa, 2012).

Un entorno social donde los miembros del grupo hacen uso desmedido de las tecnologías de comunicación puede coaccionar al adolescente a ser un asiduo usuario de internet y con ello, de las redes sociales o, por el contrario, el aislamiento social o el descontento con su entorno familiar disfuncional y social puede ser suplido por el mundo virtual (Echeburúa, 2012).

Según Armanza (2023), el uso adictivo de redes sociales, favorece el surgimiento o fortalecimiento de los problemas de salud mental, especialmente aspectos como la depresión, ansiedad, estrés, baja autoestima, alteraciones del sueño y cansancio físico y/o emocional.

Lacunza et al. (2019) menciona que el uso excesivo de redes sociales enfrasca al adolescente en un mundo ideal, que, en ocasiones, discrepa mucho con el mundo real; esta diferencia de percepciones ocasiona tristeza, desesperanza e incluso depresión. Además, la depresión está asociada al ciberbullying, pues los adolescentes que tienden a sufrir ciberbullying manifiestan conductas asociadas a este trastorno, pudiendo llegar hasta el suicidio.

Además, Klimenko et al (2021) sostiene que la baja autoestima se relaciona con el aislamiento y escasa interacción física que realiza un adolescente que presenta comportamientos adictivos a las redes sociales.

Mientras que, Baltaci et al. (2021) refiere que el uso excesivo de redes sociales genera que el adolescente tenga ansiedad y desesperación implícita por estar pendiente de las redes sociales o participando en ellas, al estar sumergido en esta situación, pierde la noción del tiempo y descuida sus actividades cotidianas, siendo consciente de los efectos negativos que repercutirían en su persona, hogar o comunidad.

Con respecto a la segunda variable, diversos estudios afirman que los esfuerzos por la búsqueda de identidad y los rápidos cambios experimentados durante la adolescencia provocan ansiedad, pudiendo afectar negativamente la vida de un adolescente en aspectos como: su autoestima, autoconfianza, identidad, los problemas escolares y los cambios en los hábitos de vida saludable; a su vez, se incrementa a medida de la importancia que se le da a la sociedad. En esta transición los adolescentes prueban diferentes formas de eliminar la ansiedad incluso podrían recurrir a conductas de riesgo que su bienestar físico y socioemocional (McDonald, 2001). Beck y Steer (1993) afirman que la ansiedad se define

como una percepción errónea de la persona, pues no existe un objeto real que la provoque, es decir se basa en una premisa equivocada.

Al respecto, Lazarus (1969) menciona que la ansiedad es un evento que ocurre en momentos de la vida de todas las personas, que en niveles controlados puede ser provechoso, mejorando el desempeño y adaptación dentro de contextos laborales, sociales y/o académicos. Además, cumple la función importante de activarnos frente a situaciones amenazantes o donde nuestra existencia corre riesgo, de modo que, reaccionemos para evitar el peligro, detenerlo, o afrontarlo de manera adecuada.

La ansiedad se caracteriza por preocupación excesiva, y síntomas físicos que se originan debido a una mayor activación del sistema nervioso simpático. De hecho, la ansiedad puede afectar en gran medida las capacidades cognitivas de una persona y provocar un sesgo cognitivo negativo. De ahí que, esté suponiendo una amenaza para la calidad de vida, el bienestar e incluso podría provocar tendencias suicidas (Andras et al., 2020).

Según Spielberger (1980), la ansiedad se describe como un estado de ánimo que incluye emociones como la tristeza, la angustia, el miedo, la sensación de fracaso, de falta de ayuda, de desconocer el resultado y de ser juzgado, y como un estado de ánimo adaptativo frente a los peligros. Además, tiene dimensiones cognitivas y afectivas. La dimensión cognitiva incluye una especie de diálogo interno y pensamientos negativos como delirios por el fracaso o el derrotismo; mientras que la dimensión afectiva se evidencia como una dimensión sensorial donde se estimula el sistema nervioso autónomo y que también incluye partes fisiológicas.

Así también, de acuerdo con Spielberger (1980), estableció los fundamentos de la teoría de la ansiedad de dos factores como resultado de los estudios que llevó a cabo y propuso los conceptos de ansiedad "estado" y "rasgo".

Siendo que un estado de ansiedad refleja los sentimientos subjetivos de un individuo relacionados con la situación en la que se encuentra y cómo se siente en ciertos momentos y bajo ciertas condiciones; es decir, es algo del momento y cambiará en el transcurso del tiempo. Mientras que un rasgo de ansiedad, refiere a que existe una predisposición o tendencia a percibir en mayor grado las situaciones como amenazantes; por lo cual, padecen con mayor frecuencia y/o intensidad de episodios de ansiedad (Ries et al., 2012).

Sin embargo, la ansiedad es común en nuestras vidas ya que todo evento que ocurre en nuestro alrededor requiere una respuesta, ya sea de cambio o de adaptación, sin embargo, no todos experimentan el mismo patrón en cuanto a intensidad o frecuencia dentro de un periodo de tiempo (Jadue, 2001).

En los estudiantes, altos niveles de ansiedad afectan negativamente la eficiencia del aprendizaje, puesto que disminuyen la concentración, atención, y por ende la retención de nuevos conocimientos; así también, tienen escasas estrategias para procesar la información de manera organizada y ante ello tienden a ser poco flexibles. Sin embargo, los que poseen una inteligencia superior al promedio son capaces de resistir estos efectos, no siendo así con los de inteligencia promedio o menor (Spielberger, 1980).

De acuerdo con Jadue (2001), cuando la ansiedad es intensa, se manifiesta mediante sensaciones de inseguridad, temor, vergüenza y timidez; lo cual genera excesiva preocupación en cuanto a su desempeño cognitivo evidenciándose en intranquilidad, alteraciones del sueño, síntomas somáticos como dolores de estómago, etc. Además, afecta en su performance social pues sienten temor de no agradales a los demás, imagina que serán la burla de sus compañeros, a la vez que realizan de forma aprensiva las actividades que otros realizarían de manera entusiasta.

Ambas variables tanto la ansiedad estado- rasgo como la adicción a redes sociales estudiadas en esta investigación son de suma importancia ya que al encontrarse relacionadas podrían interferir en la salud mental y el desarrollo de habilidades sociales en los estudiantes esperamos que al realizar este estudio podamos brindar una noción que aporte y ayude al centro educativo para desarrollar estrategias o planes de intervención así como también pueda servir de base para futuros estudios realizados en la provincia de Virú.

## **II. METODOLOGIA**

### **2.1. Enfoque y tipo de investigación**

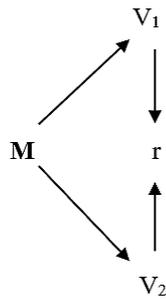
De acuerdo con los argumentos de Hernández et al. (2014), el presente trabajo tuvo un enfoque cuantitativo pues luego de recopilar los datos se hizo uso de herramientas de análisis estadístico y matemático para describir los resultados. Además, en este estudio se aplicó el método hipotético-deductivo puesto que los resultados obtenidos se contrastarán con las hipótesis planteadas para resolver el problema expuesto.

Asimismo, Hernández-Sampieri y Mendozagonzales (2018) sostienen que una investigación básica sirve como fundamento teórico para futuras investigaciones similares; para lo cual, este estudio analizó el tipo de relación que existe entre las variables, de esta manera aporta con nuevos conocimientos científicos a la comunidad.

### **2.2. Diseño metodológico**

Este trabajo tiene diseño no experimental pues los sujetos estudiados fueron evaluados en su contexto habitual, sin modificar ni manipular las variables, y de tipo transversal, debido a que los datos han sido recogidos una sola vez y en un solo momento, sin necesidad de hacerle un seguimiento exhaustivo. Por lo expuesto, la presente investigación encaja bajo el diseño de investigación no experimental de tipo transversal, puesto que los instrumentos se aplicaron dentro de la Institución Educativa Privada y en una sola ocasión, sin alterar nada (Hernández et al., 2014).

Por otro lado, el fin primordial de este estudio es conocer cómo se comporta una variable de acuerdo con la otra variable, es decir se encarga de medir la correlación entre ambas, sin determinar causas; lo cual concuerda con lo que Hernández-Sampieri y Mendoza (2018) denomina correlacional, así pues, en el presente estudio busca determinar qué relación existe entre las variables presentadas. El siguiente diagrama representa el enfoque correlacional:



Donde:

M= Estudiantes de secundaria de la I.E.P.

$V_1$  = Adicción a redes sociales.

$V_2$  = Ansiedad estado-rasgo.

### 2.3. Población, muestra y muestreo

Según López (2004) la población es el conjunto de individuos, animales, muestras biológicas o casos limitados de quienes se pretende conocer alguna característica mediante un estudio. En el presente trabajo de investigación se consideró como población a los 150 educandos del nivel secundario de una Institución Educativa Privada en la provincia de Virú.

La muestra es un subconjunto representativo de la población de quienes se investigará, por otro lado, el muestreo es la técnica utilizada para clasificar a quienes conformaran la muestra total de la población (Ramírez, 1999).

Se consideró utilizar el muestreo no probabilístico por conveniencia, debido a que, la colaboración de los educandos en este estudio fue de manera voluntaria y considerando la disposición de los participantes que se ajusten a los criterios de inclusión para ser considerados dentro del presente estudio (Otzen y Manterola, 2017).

Por ende, los criterios de inclusión fueron: estar formalmente matriculado en la IEP durante el año escolar 2023, tener entre 11 y 17 años de edad, tener la disposición de participar en la investigación, tener el consentimiento del padre, madre y/o apoderado, contar con el asentimiento del estudiante, haber respondido a cabalidad ambos cuestionarios. Entre los criterios de exclusión, se consideró a estudiantes que durante el desarrollo del cuestionario desistan de su participación y/o que respondan de forma incompleta los cuestionarios. Por lo tanto, la muestra estuvo constituida por 149 estudiantes del nivel secundario en una Institución Educativa Privada en la provincia de Virú.

## **2.4. Técnicas e instrumentos de datos**

En este estudio se aplicará la evaluación psicométrica, que de acuerdo con Mesía y Otzen (2013) es una técnica de medición estandarizada, válida, confiable y objetiva para medir una característica personal de cada integrante del conjunto de la población.

Con respecto a los instrumentos, Hernández et al. (2014) refieren que son herramientas que permiten registrar información de lo que se pretende investigar. Por lo cual, en el presente trabajo de investigación se ha considerado utilizar dos instrumentos que se detallan a continuación:

### **Cuestionario de Adicción a Redes Sociales:**

El instrumento para medir adicción a redes sociales es un cuestionario que fue diseñado en Lima – Perú por Ecurra y Salas en 2014, presenta una validez de constructo de .92 y un coeficiente de confiabilidad de .88 obtenido mediante el alfa de Cronbach. Tiene como finalidad de evaluar el nivel de adicción a las redes sociales, contiene 24 ítems comprendidos en tres dimensiones, el cuestionario brinda las opciones de respuesta en escala tipo Likert. El tiempo de aplicación estimado es de 8 minutos, pudiendo ser aplicado de forma individual o colectiva (Ecurra et al., 2014).

Este instrumento fue validado en el contexto regional por Gonzales y Ventura en el 2020 empleando una muestra de 604 estudiantes de secundaria de ambos sexos en Trujillo, obteniendo un coeficiente validez de .89 y obtuvo .90 de confiabilidad mediante el Omega de McDonald; convirtiéndolo así en un instrumento válido y confiable para nuestro estudio (Gonzales y Ventura, 2020).

### **State-trait Anxiety Inventory (STAI)**

Para medir ansiedad emplearemos el State-trait Anxiety Inventory (STAI), propuesto en 1970 por Spielberger, Gorsuch, y Lushene en EE. UU., fue adaptada al castellano por Rogelio Diaz y Charles Spielberger en 1975, denominándose Inventario de Ansiedad: Rasgo-Estado (IDARE), determinaron la confiabilidad mediante alfa de Cronbach obteniendo .83 y un .92 de validez de constructo demostrando su validez y confiabilidad. Este instrumento tiene como objetivo medir los niveles de ansiedad, comprende de 40 ítems, distribuidos en dos dimensiones, con formas de respuestas de tipo Likert, teniendo un tiempo de aplicación de 15 minutos aproximadamente, pudiendo ser administrado de forma individual o grupal (Bazán, 2021).

En el 2022, este inventario fue evaluado por Oriana Alegría y Leily Valderrama para determinar su validez en el contexto regional, para lo cual lo aplicó en 200 en estudiantes de secundaria de Trujillo, obteniendo un nivel alto de confiabilidad (.95) mediante el Omega de McDonald y un .94 en evidencia de validez (Alegría y Valderrama., 2022), dichos resultados demuestran que el inventario es válido y confiable para nuestro estudio.

## **2.5. Técnicas de procesamiento de información**

Para iniciar con el análisis de datos, se trasladó las respuestas de los instrumentos aplicados a una base de datos empleando el software de Microsoft Office Excel 2021; luego de organizar los datos fueron exportados al programa de SPSS versión 27 con el cual se realizó la estadística descriptiva para determinar los niveles tanto de Adicción a Redes Sociales como los de Ansiedad estado-rasgo.

Posterior a ello, y teniendo en cuenta el tamaño de la muestra, se realizó la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov, arrojando un valor  $p < .05$ , mediante el cual se evidencia que las variables tienen una distribución no paramétrica, por lo cual se empleó el coeficiente de correlación de Spearman con el fin de hallar la correlación entre ambas variables y dimensiones.

## **2.6. Aspectos éticos**

Este estudio se realizó teniendo en cuenta la ética profesional de las investigadoras, conforme lo dicta el Colegio de Psicólogos del Perú (CPSP, 2017) se brindó una breve explicación verbal, acerca del propósito de la investigación, la forma de evaluación, los aspectos de confidencialidad; así también, sobre la voluntariedad del participante, para lo cual, se le otorgó una carta de asentimiento informado sobre el título del estudio, el objetivo general y quienes la están ejecutando. Asimismo, se respetó la autenticidad de los datos y hallazgos para dar a conocer los resultados con veracidad.

### III. RESULTADOS

**Tabla 1**

*Niveles de Adicción a Redes Sociales en estudiantes de una Institución Educativa Privada de Virú, 2023.*

<b>Nivel</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje %</b>
Alto	5	3,4
Medio	77	51,7
Bajo	67	45,0
Total	149	100,0

De acuerdo a la tabla presentada, se evidencia que el 51,7% de los estudiantes presentan un nivel medio de Adicción a Redes Sociales, mientras que el 45% se encuentra en el nivel bajo y finalmente el nivel Alto registra al 3,4% de los estudiantes evaluados.

**Tabla 2**

*Niveles de Ansiedad Estado-rasgo en estudiantes de una Institución Educativa Privada de Virú, 2023.*

<b>Nivel</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje %</b>
Alto	5	3,4
Medio	109	73,2
Bajo	35	23,5
Total	149	100,0

De acuerdo a la tabla presentada, se visualiza que el 73,2% de estudiantes presenta el nivel medio de Ansiedad estado-rasgo, mientras que el 23,5% se encuentra en el nivel bajo y finalmente el nivel Alto registra el 3,4% de los estudiantes evaluados.

**Tabla 3**

*Relación entre la Adicción a Redes Sociales y la Ansiedad estado-rasgo en estudiantes de una Institución Educativa Privada de Virú, 2023.*

Rho de Spearman	Ansiedad estado-rasgo		
	N	Sig. (p)	Coefficiente de correlación
Adicción a las Redes Sociales	149	.003	.239

Con respecto a la tabla presentada, el nivel de significancia es inferior al del criterio, es decir  $p < 0.05$ ; por lo tanto, existe relación significativa y esta relación es directa; es decir, ante un incremento del nivel de adicción a redes sociales también se incrementará el nivel de ansiedad, al mismo tiempo, la relación es baja ( $r = .239$ ).

#### Tabla 4

*Relación entre Obsesión por las Redes Sociales y Ansiedad estado-rasgo en estudiantes de una Institución Educativa Privada de Virú, 2023.*

Rho de Spearman	Ansiedad estado-rasgo		
	N	Sig. (p)	Coefficiente de correlación
Obsesión por las Redes Sociales	149	.038	.170

Con respecto a la tabla presentada, se evidencia que el nivel de significancia en la correlación es inferior al del criterio, es decir  $p < 0.05$ ; por lo tanto, existe relación significativa; esta relación es directa, es decir ante un incremento del nivel de obsesión por las redes sociales también se incrementará el nivel de ansiedad; asimismo, la relación es baja ( $r = .170$ ).

**Tabla 5**

*Relación entre Falta de Control personal en el uso de redes sociales y Ansiedad estado-rasgo en estudiantes de una Institución Educativa Privada de Virú, 2023.*

Rho de Spearman	Ansiedad estado-rasgo		
	N	Sig. (p)	Coefficiente de correlación
Falta de control personal en el uso de Redes Sociales	149	.002	.257

La tabla presentada denota que el nivel de significancia es inferior al del criterio, es decir  $p < 0.05$ ; por lo tanto, existe relación significativa y esta relación es directa; es decir, ante un incremento del nivel de falta de control personal en el uso de redes sociales también se incrementará el nivel de ansiedad, al mismo tiempo, la relación es baja ( $r = .257$ ).

## Tabla 6

*Relación entre Uso excesivo de Redes Sociales y Ansiedad estado-rasgo en estudiantes de una Institución Educativa Privada de Virú, 2023.*

Rho de Spearman	Ansiedad estado-rasgo		
	N	Sig. (p)	Coefficiente de correlación
Uso excesivo de Redes Sociales	149	.002	.247

La tabla presentada muestra que el nivel de significancia es inferior al del criterio, es decir  $p < 0.05$ ; por lo tanto, existe relación significativa y esta relación es directa, es decir ante un incremento del nivel de uso excesivo de redes sociales también se incrementará el nivel de ansiedad, al mismo tiempo, la relación es baja ( $r = .247$ ).

#### IV. DISCUSIONES

Con respecto al objetivo general de esta investigación, se planteó establecer la relación entre adicción a Redes Sociales y Ansiedad estado-rasgo en estudiantes de una institución educativa privada de Virú, 2023. Por ende, según los resultados presentados en la tabla 1 se observa una correlación positiva baja entre los constructos ( $p = .245$ ), y un nivel de significancia de .03 que es inferior al criterio ( $p < .05$ ); entonces, se acepta la  $H_1$ : existe relación entre adicción a Redes Sociales y Ansiedad estado-rasgo en estudiantes de una institución educativa privada de Virú, 2023. En tal sentido, los hallazgos tienen similitud con los de Rodríguez y Moreno (2019), quienes determinaron que las Redes Sociales pueden influir en la aparición o incremento de ansiedad. De igual forma, Cabrera et al. (2023) determinaron que la ansiedad estado-rasgo actúa como predictor en la adicción a redes sociales, puesto que, existe correlación significativa entre las variables mencionadas. Así también, Trinidad y Varillas (2021), determinaron que existe relación directa significativa (.316) entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad estado rasgo en los estudiantes. Además, Cuba (2021), identificó una relación moderada y directa (.494) entre dichas variables. Mientras que, Portal (2019) determinó una asociación débil (.231) entre ambas variables. Por otro lado, Rodríguez (2021) determinó que existe una relación altamente significativa (.984) entre las variables la ansiedad estado-rasgo y la adicción a las redes sociales. Estos hallazgos se sustentan teóricamente con lo mencionado por Ramazanoglu (2020), donde sostiene que la adicción a las redes sociales es considerada como un trastorno del comportamiento similar al de una ludopatía, se manifiesta mediante una preocupación por revisar las redes sociales con frecuencia y el uso excesivo de los teléfonos móviles, manifestándose en cambios en el estado de ánimo. Asimismo, Armanza (2023), menciona que el uso adictivo de redes sociales, se asocia al surgimiento de problemas de salud mental, especialmente aspectos como la depresión, ansiedad, estrés, alteraciones del sueño y agotamiento físico y/o emocional.

Con respecto al primer objetivo específico, se evidencia que el 51.7% de estudiantes tiene un nivel medio en cuanto a Adicción a Redes Sociales, estos resultados coinciden con los hallazgos de Trinidad y Varillas (2021), quienes obtuvieron que el 55.8% de los estudiantes evaluados se encuentran en el nivel medio en cuanto a dicha variable. Así también, coinciden con los resultados de Portal (2019) quien determinó que el 60% de los estudiantes evaluados se encuentran en dicho nivel. Del mismo modo con Rodríguez (2022), quien determinó que

el 49% de sus encuestados se encuentran en el nivel medio. Por el contrario, Saldaña y Ventura (2023) estimaron que el 47.2% de los estudiantes evaluados presentan un alto nivel de adicción a redes sociales; del mismo modo, Chávez (2021) en los hallazgos de su investigación determinó que el 53.7% de estudiantes en su investigación, presentan un alto nivel de adicción. No obstante, Encinas (2021) estimó que el 61.5% de estudiantes presenta un nivel bajo de adicción a redes sociales. Estos hallazgos diversos se sustentan por lo referido por Echeburúa (2012) quien sostiene que ciertos rasgos de la personalidad o estilos de afrontamiento a situaciones puede incrementar la vulnerabilidad hacia la conducta adictiva; además, refiere que el entorno familiar influye en el fortalecimiento de hábitos ya sean beneficiosos o nocivos para el adolescente. Así como lo mencionado por Ehmke (2023) quien sostiene que los adolescentes utilizan las redes sociales en su búsqueda de aceptación y pertenencia a nuevos grupos, por lo cual, pueden pasar mucho tiempo tratando de seleccionar qué contenido publicar; generando a veces adicciones conductuales, cruzando esa delgada línea que diferencia entre uso y abuso de esta herramienta digital.

El segundo objetivo específico nos permite evidenciar que el 73,2 % de estudiantes poseen un nivel medio en cuanto a ansiedad estado-rasgo; estos hallazgos coinciden con los de Trinidad y Varillas (2021) quienes determinaron que el 51.6% presentan ansiedad en nivel medio; igualmente, Portal (2019) observó que el 91% de los estudiantes presentan ansiedad en el nivel medio. Por otro lado, existen estudios como el de Cuba (2021) y Saldaña (2021) quienes identificaron que sus estudiantes presentan un bajo nivel de ansiedad representando por 63.3% y 62.9% respectivamente. Estos resultados reflejan lo mencionado por Jadue (2001) quien manifiesta que la ansiedad es común en nuestras vidas ya que todo evento que ocurre en nuestro alrededor requiere una respuesta, ya sea de cambio o de adaptación, sin embargo, no todos experimentan el mismo patrón en cuanto a intensidad o frecuencia dentro de un periodo de tiempo. Así también Lazarus (1969) menciona que la ansiedad es un evento que ocurre en momentos de la vida de todas las personas, que en niveles controlados puede ser provechoso, mejorando el desempeño y adaptación dentro de contextos laborales, sociales y/o académicos.

Con referencia al tercer objetivo específico cuyo propósito es establecer la relación entre obsesión por las redes sociales y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes, se determinó que existe una correlación significativa directa baja (.170) entre estas variables; estudios como los de Trinidad y Varillas (2021) y Cuba (2021) determinaron que esta asociación es media

habiendo obtenido un coeficiente de .411 y .424 entre ambos constructos, y respectivamente. Mientras que, Rodríguez (2021) determinó un coeficiente de correlación de .736 lo cual indica un nivel moderado de asociación entre los constructos mencionados. Estos hallazgos concuerdan con los enunciados de Miña et al. (2018), quienes manifiestan que las adicciones psicológicas se exteriorizan mediante conductas repetitivas, al principio gratificantes; pero, luego de establecerse el hábito, provocan estados de estrés que escapan de su control y, para mitigarlo, se recurre a la conducta adictiva, donde la búsqueda del placer pasa a un segundo plano y lo que se anhela es reducir los niveles de estrés producidos por no ejecutar la conducta, cayendo en un círculo vicioso inacabable.

El cuarto objetivo específico nos permite determinar que la relación directa y media (.257) entre falta de control en el uso de redes sociales y ansiedad; estudios como los de Trinidad y Varillas (2021) y Cuba (2021) determinaron que esta asociación es media habiendo obtenido un coeficiente de .459 y .485 entre ambos constructos. Mientras que Rodríguez (2021), determinó una relación moderada (.621) al correlacionar las variables. Ante lo cual, Ramazanoglu (2020), sostiene que la adicción a las redes sociales como un trastorno del comportamiento similar al de una ludopatía, se manifiesta mediante una preocupación por revisar las redes sociales con frecuencia y el uso excesivo de los teléfonos móviles, manifestándose mediante una perturbación de la tranquilidad y cambios en el estado de ánimo.

Así mismo, se evidencia una relación baja entre uso excesivo de redes sociales y ansiedad (.247); los hallazgos de Trinidad y Varillas (2021) y Cuba (2021) determinaron que esta asociación es media habiendo obtenido un coeficiente de .478 y .434 entre ambos constructos. Mientras que Rodríguez (2021) determinó una fuerte relación (.933) entre dichas variables. Estos hallazgos se respaldan por Baltaci et al. (2021) quienes refieren que el uso excesivo de redes sociales genera que el adolescente tenga ansiedad y desesperación implícita por estar pendiente de las redes sociales o participando en ellas, al estar sumergido en esta situación, pierde la noción del tiempo y descuida sus actividades cotidianas, siendo consciente de los efectos negativos que repercutirían en su persona, hogar o comunidad.

## V. CONCLUSIONES

Luego realizar el análisis correspondiente, es posible concluir que:

- El nivel predominante en cuanto a Adicción a Redes Sociales en estudiantes de una Institución Educativa Privada de Virú, 2023, es el nivel Medio (51.7%)
- El nivel predominante en cuanto a Ansiedad Estado-Rasgo en estudiantes de una Institución Educativa Privada de Virú, 2023, es el nivel Medio (73.2%)
- Existe relación significativa directa y débil (.245) entre la Adicción a Redes Sociales y la Ansiedad Estado-Rasgo en estudiantes de una Institución Educativa Privada de Virú, 2023.
- Existe relación directa y débil (.170) entre la Obsesión por las Redes Sociales y la Ansiedad Estado-Rasgo en estudiantes de una Institución Educativa Privada de Virú, 2023.
- Existe relación directa y media (.257) entre Falta de Control Personal en el Uso de Redes Sociales y la Ansiedad Estado-Rasgo en estudiantes de una Institución Educativa Privada de Virú, 2023.
- Existe relación directa y débil (.247) entre la Uso Excesivo de Redes Sociales y la Ansiedad Estado-Rasgo en estudiantes de una Institución Educativa Privada de Virú, 2023.

## **VI. RECOMENDACIONES**

- Se sugiere implementar talleres educativos para los estudiantes de la muestra empleada, con el propósito de brindar información sobre el uso de adecuado y beneficioso de las redes sociales en pro de su desarrollo y educación; así también, brindarles las pautas para administrar el tiempo que destinan a la navegación en redes sociales.
- Además, realizar Escuela para los padres y/o apoderados de los estudiantes de la muestra empleada en este estudio, con el propósito de brindar herramientas que les faciliten identificar los factores de riesgos y factores de protección en sus hijos, con respecto a la adicción a redes sociales.
- Así también, se sugiere implementar talleres psicológicos bajo el enfoque cognitivo basado en Mindfulness de Kabat-Zinn para los estudiantes de la muestra empleada con el fin de brindarles estrategias y herramientas que les permitan identificar y observar sus pensamientos y emociones e ir desarrollando consciencia plena para regular sus emociones.
- Se recomienda capacitaciones para los docentes y tutores de aula, con el propósito de poder agenciarse de habilidades y dinámicas grupales para brindar el soporte adecuado a los estudiantes cuando necesiten gestionar sus emociones.

## VII. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Akkus Cutuk, Z. (2021). Investigating the Relationship among Social Media Addiction, Cognitive Absorption, and Self-Esteem. *Malaysian Online Journal of Educational Technology*, 9(2), 42-51. <https://eric.ed.gov/?q=social+media+addiction+relationship+anxiety&id=EJ1294849>
- Alegría M., O.; & Valderrama A., L. (2022). *Evidencias psicométricas del Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (IDARE) en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Trujillo (Perú) 2022*. [https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCVV\\_b8daa0a878874e9b02de74fec5dec4f6/Details](https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCVV_b8daa0a878874e9b02de74fec5dec4f6/Details)
- Andras N. Z.; Szidalisz A. T.; Krisztina C.; Sandor R.; & Szabolcs A. B. (2020). Development of the short version of the spielberger state—trait anxiety inventory, *Psychiatry Research* 291. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0165178120300834>
- Armaza D., J. (2023), El riesgo del uso excesivo de las redes sociales en los estudiantes de Latinoamérica. *Scielo Preprints*. <https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.5241>
- Baltaci, U. B., Yilmaz M.; & Tras, Z. (2021). The Relationships between Internet Addiction, Social Appearance Anxiety and Coping with Stress. *International Education Studies*, 14(5) <https://eric.ed.gov/?q=social+media+addiction+relationship+anxiety&id=EJ1297629>
- Bazán I., L. C. (2021). Adaptación, validez y fiabilidad del inventario ansiedad rasgo-estado para adultos de la ciudad de Trujillo. 24(1). <https://dx.doi.org/10.15381/rinvp.v24i1.20614>
- Beck, A. T.; & Steer, R. (1993). *Beck Anxiety Inventory manual*. San Antonio, TX: Psychological Corporation.
- Cabrera H., E.; Galvez R., K.; & Ancajima I., J. (2023). *Ansiedad estado-rasgo como predictores de la adicción a redes sociales en estudiantes de secundaria que retornan a clases presenciales*. [https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UEPU\\_62fbb2d8c9f07dc8a79d22da397dbe82/Description#tabnav](https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UEPU_62fbb2d8c9f07dc8a79d22da397dbe82/Description#tabnav)
- Chambilla C., A. M. (2021). *Ansiedad e indicadores de adicción a redes sociales en*

- estudiantes de secundaria de la I.E. Enrique Paillardelle Tacna, durante el confinamiento del año 2021.*  
[https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UPTI\\_b7e4362e8669df380e161edda7b1fa1f](https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UPTI_b7e4362e8669df380e161edda7b1fa1f)
- Chávez P., J. J. (2021). *Adicción a las redes sociales y cyberbullying en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Trujillo.*  
[https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UPAO\\_4f3218ea3ccb8dcfd2fbf9f79bf795be](https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UPAO_4f3218ea3ccb8dcfd2fbf9f79bf795be)
- Colegio de Psicólogos del Perú (2017). *Código de ética y Deontología.*  
[https://www.cpsp.pe/documentos/marco\\_legal/codigo\\_de\\_etica\\_y\\_deontologia.pdf](https://www.cpsp.pe/documentos/marco_legal/codigo_de_etica_y_deontologia.pdf)
- Cuba H., C. G. (2022). *Adicción a redes sociales y nivel de ansiedad en los estudiantes de secundaria en una Institución Educativa de Lima, 2021.*  
[https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UPLA\\_9bbbca8cfdcbe41ae1a44c8766e732ee](https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UPLA_9bbbca8cfdcbe41ae1a44c8766e732ee)
- Echeburúa, E. (2012). Factores de riesgo y factores de protección en la adicción a las nuevas tecnologías y redes sociales en jóvenes y adolescentes. *Revista Española de Drogodependencia*, 37(4), 435-447. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4113810>
- Ehmke, R. (10 de Agosto del 2023). How Using Social Media Affects Teenagers. *Child Mind Insititute.* <https://childmind.org/article/how-using-social-media-affects-teenagers/>
- Escurra, M., & Salas, E. (2014). Construcción y validación del cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS). *Libera-bit. Revista de Psicología*, 20(1), 73-91.  
<https://biblat.unam.mx/hevila/Liberabit/2014/vol20/no1/5.pdf>
- Encinas T., S. (2021). *Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa estatal, Trujillo.*  
[https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UPAO\\_4f89fe6b098acbfade1510bb7c348cfa](https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UPAO_4f89fe6b098acbfade1510bb7c348cfa)
- Farid, M. F., Jalal, H. & Iqbal, S. (2022) Relationship between social media, General Anxiety Disorder, and Traits of Emotional Intelligence. *Bulletin of Education and Research*, 44(1), 39-53.  
<https://eric.ed.gov/?q=social+media+addiction+relationship+anxiety&id=EJ1368920>

- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF]. (2021, 9 de febrero). Aumenta la preocupación por el bienestar de los niños, niñas y adolescentes ante el incremento del tiempo que pasan frente a las pantallas. <https://www.unicef.org/peru/comunicados-prensa/preocupaci%C3%B3n-bienestar-ninos-ninas-adolescentes-tiemp-frente-pantalla-internet-seguro>
- Forner, P. (26 de junio de 2023). Estadísticas uso de redes sociales en 2023, informe España y mundo. *Una vida Online*. <https://unavidaonline.com/estadisticas-redes-sociales/>
- García M., A. C.; & Puerta-Cortés, D. X. (2020). Relación entre el uso adictivo de Facebook y el autoconcepto en estudiantes colombianos. *Revista Virtual Católica del Norte*, 59, 27-44. <https://doi.org/10.35575/rvucn.n59a3>
- Gonzales G., G.; & Ventura A., S. (2020). *Evidencias de validez y confiabilidad del cuestionario de adicción a redes sociales en adolescentes del distrito de El Porvenir*. [https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCVV\\_7dfc16b10188fbcf748bcadfaf6f159e](https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCVV_7dfc16b10188fbcf748bcadfaf6f159e)
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Editorial Mc Graw Hill Education.
- Hernández S., R.; Fernández C., C., & Baptista L., P. (2014). *Metodología de la investigación* (6a. ed). McGraw-Hill.
- Instituto Nacional de Estadística e Informática [INEI]. (8 de setiembre del 2023). *Uso del servicio de Internet alcanzó al 75,4% de la población de 6 a 17 años de edad*. <https://www.gob.pe/institucion/inei/noticias/831167-uso-del-servicio-de-internet-alcanzo-al-75-4-de-la-poblacion-de-6-a-17-anos-de-edad>
- Klimenko, O.; Cataño R., Y.; Otálvaro, I.; & Úsuga E., S. (2021). Riesgo de adicción a redes sociales e Internet y su relación con habilidades para la vida y socioemocionales en una muestra de estudiantes de bachillerato del municipio de Envigado. *Psicogente*, 24(46), 123-155. <https://doi.org/10.17081/psico.24.46.4382>
- Lacunza, A.; Contini, N.; Caballero, S.; & Mejail, S. (2019). Agresión en las redes y adolescencia: estado actual en América Latina desde una perspectiva bibliométrica. *Investigación & desarrollo*, 27(2), 6-32. de <http://www.scielo.org.co/pdf/indes/v27n2/2011-7574- indes-27-02-6.pdf>
- Lazarus, R.S. (1969). *Patterns of adjustment and human effectiveness*. McGraw-Hill.
- López, P. L. (2004). Población muestra y muestreo. *Punto Cero*, 09(08), 69-74.

- [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1815-02762004000100012&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1815-02762004000100012&lng=es&tlng=es).
- Mesía, R & Frisancho, A. (2013). Evaluación psicométrica y evaluación edumétrica. *Investigación Educativa* 17(31), 93 – 108. <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/educa/article/view/8027/7004>
- Miña O., L.; O'Reilly N., D.; Pérez D., Z.; & García H., C. (2018). Consideraciones sobre las adicciones en la formación del profesional de Ciencias Médicas. *Revista Médica Electrónica*, 40(2), 513-520. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1684-18242018000200027&lng=es&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1684-18242018000200027&lng=es&tlng=es).
- Ocampo, J. C. (12 de marzo de 2022). *EsSalud alerta aumento de ansiedad en niños por el retorno a clases presenciales*. EsSalud. <http://noticias.essalud.gob.pe/?inno-noticia=essalud-alerta-aumento-de-ansiedad-en-ninos-por-el-retorno-a-clases-presenciales>.
- Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2015). *Neurociencia del consumo y dependencia de sustancias psicoactivas*. Washington. [https://bancos.salud.gob.ar/sites/default/files/2018-10/0000000897cnt-2016-10\\_neurociencia-consumo-dependencia-sustancias-psicoactivas\\_resumen.pdf](https://bancos.salud.gob.ar/sites/default/files/2018-10/0000000897cnt-2016-10_neurociencia-consumo-dependencia-sustancias-psicoactivas_resumen.pdf)
- Organización Mundial de la Salud. (17 de noviembre de 2021). *Salud mental del adolescente*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Otzen, T. & Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *International Journal of Morphology*, 35(1), 227-232. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>
- Portal R., M. Z. (2019). *Adicción a redes sociales y nivel de ansiedad en estudiantes de 4to y 5to de secundaria la institución educativa Pedro Ruiz Gallo 3074 Carabayllo, 2019*. [https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCVV\\_278156320e784614772248b79c4038d9](https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCVV_278156320e784614772248b79c4038d9)
- Ramazanoglu, M. (2020). The Relationship between High School Students' Internet Addiction, Social Media Disorder, and Smartphone Addiction. *World Journal of Education* 10(4).

<https://eric.ed.gov/?q=social+media+addiction+relationship+anxiety&pg=2&id=EJ1266945>

Ramírez, T. (1999). *Como hacer un proyecto de investigación*. Panapo.

Ries, F.; Castañeda V., C.; Campos M., M., & Castillo A., O. (2012). Relaciones entre ansiedad-rasgo y ansiedad-estado en competiciones deportivas. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 12(2), 9-16. +  
[http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1578-84232012000200002&lng=es&tlng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1578-84232012000200002&lng=es&tlng=es).

Rodríguez G., C. Y. (2021). *Adicción a las redes sociales y ansiedad estado-rasgo en estudiantes de 4° y 5° de secundaria de una institución educativa de Trujillo*.  
[https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UPAO\\_1fa7467bdb818153d59fa5f6b6b155aa](https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UPAO_1fa7467bdb818153d59fa5f6b6b155aa)

Rodríguez P., G. J.; & Moreno A., O. (2019). Ansiedad y autoestima: su relación con el uso de redes sociales en adolescentes mexicanos. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 22(1).  
<https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol22num1/Vol22No1Art20.pdf>

Saldaña B., D.C.; & Ventura A., R. (2023). *Adicción a redes sociales y comunicación familiar en adolescentes de un sector del distrito La Esperanza* [Tesis para optar el Título de licenciada en enfermería, Universidad Nacional de Trujillo].  
<https://dspace.unitru.edu.pe/items/ae6c29eb-2e12-4297-b967-bdaa70188696>

Saldaña C., D. R. (2021). *Procrastinación y ansiedad estado-rasgo en los estudiantes de una institución educativa pública de Guadalupe*.  
[https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UPAO\\_d55811611beac0ee3f40dc83afaaa4be](https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UPAO_d55811611beac0ee3f40dc83afaaa4be)

Serri, M. (2018). Redes sociales y Salud. *Revista chilena de infectología*, 35(6), 629-630. <https://dx.doi.org/10.4067/S0716-10182018000600629>

Spielberger, C. D. (1980). *Test anxiety inventory: Preliminary professional manual*. Consulting Psychologists Press.

Torres V., G. (2008). El uso del término "redes sociales" y algunas confusiones. *Investigación bibliotecológica*, 22(45), 07-09.

[http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0187-358X2008000200001&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0187-358X2008000200001&lng=es&tlng=es).

- Trinidad G., L.; & Varillas E., G. (2021). *Adicción a redes sociales y ansiedad estado – rasgo en estudiantes de secundaria del colegio privado Nikola Tesla, Huacho 2021*  
[https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCVV\\_00b68e5ab8bf97743ab8b10e9453cd88](https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCVV_00b68e5ab8bf97743ab8b10e9453cd88)
- Jadue J, G. (2001). Algunos efectos de la ansiedad en el rendimiento escolar. *Estudios pedagógicos (Valdivia)*. (27). 111-118. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-07052001000100008>
- Yayman, E.; & Bilgin, O. (2020). Relationship between social media addiction, game addiction and family functions. *International Journal of Evaluation and Research in Education (IJERE)* 9(4).  
<https://eric.ed.gov/?q=social+media+addiction+relationship+anxiety>

## VIII. ANEXOS

### Anexo 1: Instrumentos de recolección de información

#### a. Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS)

##### ARS

**Instrucciones:** Lea cada frase y responda **con sinceridad**

No hay respuestas buenas o malas

Marca con un aspa (X) en donde corresponda.

	SIEMP	CASI	A	RARA	NUNC
1. Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales.	5	4	3	2	1
2. Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.	5	4	3	2	1
3. El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface necesito más.	5	4	3	2	1
4. Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.	5	4	3	2	1
5. No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) a las redes sociales.	5	4	3	2	1
6. Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.	5	4	3	2	1
7. Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.	5	4	3	2	1
8. Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.	5	4	3	2	1
9. Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.	5	4	3	2	1
10. Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.	5	4	3	2	1
11. Pienso en lo que debe estar pasando en las redes sociales.	5	4	3	2	1
12. Pienso en que debo controlar mi actividad de conectar a las redes sociales.	5	4	3	2	1
13. Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.	5	4	3	2	1
14. Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.	5	4	3	2	1
15. Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales	5	4	3	2	1
16. Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.	5	4	3	2	1
17. Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.	5	4	3	2	1
18. Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.	5	4	3	2	1
19. Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.	5	4	3	2	1
20. Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.	5	4	3	2	1
21. Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.	5	4	3	2	1
22. Mi pareja, o mis amigos, o mis familiares me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.	5	4	3	2	1
23. Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).	5	4	3	2	1
24. Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.	5	4	3	2	1

## b. Inventario Ansiedad Estado Rasgo (IDARE)

### IDARE

**Instrucciones:** Lea cada frase y responda según

**cómo se siente ahora mismo**

No hay respuestas buenas o malas

No emplee mucho tiempo en cada frase

	NO	UN POCO	BASTANTE	MUCHO
1. Me siento cansado(a) .....	1	2	3	4
2. Me siento seguro(a).....	1	2	3	4
3. Estoy tenso(a).....	1	2	3	4
4. Estoy contrariado(a).....	1	2	3	4
5. Estoy a gusto(a).....	1	2	3	4
6. Me siento alterado(a).....	1	2	3	4
7. Estoy preocupado(a) actualmente por algún posible contratiempo.....	1	2	3	4
8. Me siento descansado(a).....	1	2	3	4
9. Me siento ansioso(a).....	1	2	3	4
10. Me siento cómodo(a).....	1	2	3	4
11. Me siento con confianza en mí mismo(a).....	1	2	3	4
12. Me siento nervioso(a).....	1	2	3	4
13. Me siento agitado(a).....	1	2	3	4
14. Me siento "a punto de explotar" .....	1	2	3	4
15. Me siento reposado(a).....	1	2	3	4
16. Me siento satisfecho(a).....	1	2	3	4
17. Estoy preocupado(a).....	1	2	3	4
18. Me siento muy agitado y aturdido(a).....	1	2	3	4
19. Me siento alegre.....	1	2	3	4
20. Me siento bien.....	1	2	3	4
21. Me siento bien.....	1	2	3	4
22. Me canso rápidamente.....	1	2	3	4
23. Siento ganas de llorar.....	1	2	3	4
24. Quisiera ser tan feliz como otros parecen serlo.....	1	2	3	4
25. Pierdo oportunidades por no poder decidirme rápidamente.....	1	2	3	4
26. Me siento descansado(a).....	1	2	3	4
27. Soy una persona "tranquila, serena y sosegada" .....	1	2	3	4
28. Siento que las dificultades se me amontonan al punto de no poder superarlas.....	1	2	3	4
29. Me preocupo demasiado por cosas sin importancia.....	1	2	3	4
30. Soy feliz.....	1	2	3	4
31. Tomo las cosas muy a pecho.....	1	2	3	4
32. Me falta confianza en mí mismo(a).....	1	2	3	4
33. Me siento seguro(a).....	1	2	3	4
34. Procuero evitar enfrentarme a las crisis y dificultades.....	1	2	3	4
35. Me siento melancólico(a).....	1	2	3	4
36. Me siento satisfecho(a).....	1	2	3	4
37. Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente y me molestan.	1	2	3	4
38. Me afectan tanto los engaños que no me los puedo quitar de la cabeza.....	1	2	3	4
39. Soy una persona estable.....	1	2	3	4
40. Cuando pienso en mis preocupaciones actuales me pongo tenso(a) y alterado(a).....	1	2	3	4

## Anexo 2: Fichas Técnicas

### a. Variable 1

Nombre original	Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales
Año	2014
País de origen	Perú
Autores	Escurra y Salas
Adaptación	Gonzales G. y Ventura A. (2020)
Administración	Personal o colectivo
Duración	Aprox. 15 min,
Población	Adolescentes de 11 a 17 años
Baremación	Tabla de baremos para la prueba Tabla de baremos para cada dimensión
Dimensiones	Obsesión por las redes sociales, falta de control personal y uso excesivo de las redes sociales
Nº ítems	24

**b. Variable 2:  
individual**

Nombre de origen	State-Trait Anxiety Inventory.
Año	1970
País de origen	Estados Unidos
Autores	Spielberger, Gorsuch y Lushene.
Adaptación	Oriana Alegría y Leily Valderrama (2022)
Administración	Personal o colectivo
Duración	Aprox. 15 min
Población	Adolescentes de 11 años a 17 años
Baremación	Tabla de baremos para la prueba Tabla de baremos para cada dimensión
Dimensiones	Ansiedad estado, y ansiedad rasgo
Nº reactivos	40
Materiales	Manual, cuadernillo y hojas de calificación

### Anexo 3: Operacionalización de variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítem	Tipo de escala
Adicción a redes sociales	Acciones y pensamientos repetitivos y compulsivos asociados al uso de redes sociales que repercuten negativamente en diversos aspectos de la vida del individuo (Escurra et al., 2014).	Puntuación resultante al aplicar el cuestionario de Adicción a Redes Sociales que comprende 24 ítems, bajo la escala de Likert de 5 puntos donde 1 es nunca y el 5 es siempre; los altos puntajes revelarán mayor adicción a las redes sociales (Escurra y Salas, 2014).	Obsesión por redes sociales	Planear e imaginar continuamente en acceder a redes sociales, preocupación al no poder conectarse.	2- 3- 5- 6- 7- 13- 15- 19- 22- 23	Ordinal
			Falta de control personal en el uso de redes sociales	Inquietud por la falta de control, o la interrupción en el acceso a las redes sociales. Desatención de las tareas y funciones.	4- 11- 12- 14- 20- 24	
			Uso excesivo de las redes sociales	Dificultad para reducir el uso de redes sociales. Descontrol en el tiempo de su uso	1- 8- 9- 10- 16- 17- 18- 21	
Ansiedad	Una fase emocional transitoria y activadora, que varía en intensidad a través del tiempo, donde el individuo manifiesta sensaciones de preocupación y tensión (Spielberger, 1980).	Puntaje alcanzado al aplicar el Inventario de Ansiedad Estado-rasgo que comprende 40 ítems, presentados mediante la escala de Likert de 4 puntos, donde 1 es no y el 4 es mucho; asimismo, los altos puntajes indicarán mayor ansiedad ya sea como estado o como rasgo (Spielberger, 1980).	Ansiedad estado	Presencia de ansiedad	3- 4- 6- 7-9- 12- 13- 14- 17- 18	Ordinal
				Ausencia de ansiedad	1- 2- 5- 8-10- 11- 15- 16- 19- 20	
			Ansiedad rasgo	Presencia de ansiedad	22-23- 24- 25-28- 29- 31-32- 34-35- 37-38- 40	
				Ausencia de ansiedad	21-26-27-30-33- 36-39	

## Anexo 4: Carta de Presentación



"AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO"

Trujillo, 29 de noviembre del 2023

### CARTA N°2088-2023/UCT-FCS

Mg. JORGE APAZA AGUILAR  
Director I.E. "Augusto Salazar Bondy"

De mi especial consideración:

Expreso a usted un cordial saludo a nombre de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Católica de Trujillo "Benedicto XVI", además de agradecer su apoyo y confianza con nuestra casa Superior de Estudios.

Es oportuno presentar a las estudiantes de la carrera Profesional de Psicología, a fin de que apliquen sus instrumentos de evaluación de la investigación denominada: "Adicción a las redes sociales y ansiedad estado rasgo en estudiantes de una Institución Educativa Privada de Virú, 2023"; donde Ud. tan dignamente dirige

- ANGELA DEL ROSARIO COYLA MESTAS
- LENNY DANIXA PEREZ DURAN

Sin otro particular y agradeciendo por su atención a la presente, me despido expresándole las muestras de consideración y estima.

Atentamente;



**Dra. Anita Jeanette Campos Márquez**  
Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud



*Recibido 14/11/23*

## Anexo 5: Carta de Autorización



REGION DE EDUCACIÓN LA LIBERTAD  
UNIDAD DE GESTIÓN EDUCATIVA LOCAL VIRÚ  
INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIVADA

**“AUGUSTO SALAZAR BONDY”**

INICIAL – PRIMARIA – SECUNDARIA  
ESTUDIO – DISCIPLINA – HONOR  
VIRÚ

"Año de la unidad, la paz y el desarrollo"

VIRU, 12 de diciembre del 2023

### CARTA DE ACEPTACION DE LA INSTITUCION EDUCATIVA PRIVADA “AUGUSTO SALAZAR BONDY”

Dra. Anita Jeanette Campos Márquez  
Decana de la facultad de ciencias de la salud de la UCT “BENEDICTO XVI”  
PRESENTE

Tengo el agrado de dirigirme a ud y hacer de su conocimiento que las bachilleres en psicología, COYLA MESTAS ANGELA DEL ROSARIO y LENNY DANIXA PEREZ DURAN, egresadas de la Universidad Católica De Trujillo “Benedicto XVI”, han sido aceptadas para realizar la investigación, ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y ANSIEDAD ESTADO RASGO EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCION EDUCATIVA EN VIRU, 2023 En La Institución Educativa privada “Augusto Salazar Bondy” con los estudiantes del nivel secundario , con la finalidad de proceder con su proyecto de tesis para la obtención de su licenciatura. Los resultados obtenidos de esta investigación serán de beneficio para nuestra institución, además formara un precedente en futuras investigaciones.

Aprovecho la ocasión para presentarle mi consideración y estima.

Atentamente.

L.E.P. AUGUSTO SALAZAR BONDY  
DIRECCION  
Virú  
DIRECTOR  
Dra. Anita Jeanette Campos Márquez

## Anexo 6: Consentimiento Informado

Estimado padre de familia y/o apoderado, con mucho respeto nos presentamos ante usted: Angela Coyla Mestas y Lenny Pérez Duran, como bachilleres en psicología de la prestigiosa Universidad Católica de Trujillo, como tal, estamos realizando una investigación denominada “ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y ANSIEDAD ESTADO-RASGO EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIVADA DE VIRU, 2023”, para ello estamos solicitando su autorización para que su menor hijo participe en la aplicación de dos cuestionarios cuyos resultados serán confidenciales puesto que poseen fines netamente académicos-profesionales. Agradecemos por anticipado su participación.

Br. Angela Coyla Mestas y Br. Lenny Pérez Duran.

-----

Fecha:     /     /

Yo, ..... padre, madre o  
apoderado del menor .....  
acepto que mi hijo participe en la investigación, para lo cual firmo la presente.

\_\_\_\_\_  
Nombre:

DNI:

### Anexo 7: Asentimiento informado

Estimado estudiante, con mucho respeto nos presentamos ante usted: Angela Coyla Mestas y Lenny Pérez Duran, como bachilleres en psicología de la prestigiosa Universidad Católica de Trujillo, como tal, estamos realizando una investigación denominada “ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y ANSIEDAD ESTADO-RASGO EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIVADA DE VIRU, 2023”, para ello estamos solicitando su participación en la aplicación de dos cuestionarios cuyos resultados serán confidenciales puesto que poseen fines netamente académicos-profesionales. Agradecemos por anticipado su participación.

Br. Angela Coyla Mestas y Br. Lenny Pérez Duran.

-----

Fecha de hoy: \_\_\_\_\_

Luego de haber escuchado y leído la presentación de la investigación; yo, .....  
acepto participar en esta investigación, entendiendo que mi participación en este estudio consiste en responder con sinceridad y a cabalidad las preguntas de ambos cuestionarios, mi participación es voluntaria, y mis datos serán anónimos, así también los resultados serán usados con fines considerables.  
Como muestra de mi asentimiento dejaré ´mi huella digital o firma de ser el caso.

\_\_\_\_\_  
Firma o huella

### Anexo 8: Matriz de consistencia

TÍTULO	FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	HIPÓTESIS	OBJETIVOS	VARIABLE	DIMENSIONES	METODOLOGÍA
ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y ANSIEDAD ESTADO-RASGO EN LOS ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCION EDUCATIVA PRIVADA EN VIRÚ, 2023.	<p><b>General:</b> ¿Cuál es la relación entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de una Institución Educativa de Virú, 2023?</p> <p><b>Específicos:</b> ¿Cuál es el nivel predominante de adicción a redes sociales? ¿Cuál es el nivel predominante de ansiedad estado-rasgo? ¿Cuál es la relación existente entre obsesión por las redes sociales y la ansiedad? ¿Cuál es la relación existente entre falta de control personal en el uso de las redes sociales y la ansiedad? ¿Cuál es la relación que existe entre el uso excesivo de redes sociales y la ansiedad?</p>	<p><b>General:</b> La adicción a las redes sociales se asocia a la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de una Institución Educativa de Virú, 2023.</p> <p><b>Específicas:</b> H1: Existe relación entre la obsesión por las redes sociales y la ansiedad. H2: Existe relación entre falta de control personal en el uso de redes sociales y la ansiedad. H3: Existe relación entre uso excesivo de redes sociales y la ansiedad.</p>	<p><b>General:</b> Establecer la relación existente entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de una Institución Educativa de Virú, 2023.</p> <p><b>Específicos:</b> Estimar los niveles de adicción a redes sociales. Estimar los niveles de ansiedad estado-rasgo. Establecer la relación existente entre obsesión por las redes sociales y la ansiedad. Establecer la relación existente entre falta de control personal en el uso de redes sociales y la ansiedad. Establecer la relación existente entre uso excesivo de redes sociales y la ansiedad.</p>	<p><b>Variable 1:</b> Adicción a las redes sociales</p> <p><b>Variable 2:</b> Ansiedad</p>	<p>Obsesión por redes sociales.</p> <p>Falta de control personal en el uso de redes sociales</p> <p>Uso excesivo de las redes sociales</p> <p>Ansiedad estado</p> <p>Ansiedad rasgo</p>	<p><b>Tipo:</b> Básica.</p> <p><b>Métodos:</b> Hipotético-deductivo.</p> <p><b>Diseño:</b> Correlacional – No experimental.</p> <p><b>Población y muestra:</b> La población estará constituida por los estudiantes del nivel secundario de una Institución Educativa Privada en Virú, 2023.</p> <p><b>Técnicas e instrumentos de recolección de datos:</b> Se aplicarán dos instrumentos: el cuestionario de adicción a redes sociales elaborado por Escurra et al (2014), adaptado por Gonzales &amp; Ventura (2020); y el State Anxiety Inventory elaborado por Spielberger (1980), adaptada por Alegría et al (2022).</p> <p><b>Métodos de análisis de investigación:</b> Se empleará la prueba no paramétrica de Rho Spearman con el fin de estimar la relación entre las variables.</p>

## Anexo 9: Informe de originalidad

### COYLA Y PEREZ INFORME FINAL

#### INFORME DE ORIGINALIDAD

<b>20%</b> INDICE DE SIMILITUD	<b>22%</b> FUENTES DE INTERNET	<b>11%</b> PUBLICACIONES	<b>13%</b> TRABAJOS DEL ESTUDIANTE
-----------------------------------	-----------------------------------	-----------------------------	---------------------------------------

#### FUENTES PRIMARIAS

<b>1</b>	<b>repositorio.uct.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>7%</b>
<b>2</b>	<b>hdl.handle.net</b> Fuente de Internet	<b>3%</b>
<b>3</b>	<b>repositorio.upt.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>2%</b>
<b>4</b>	<b>Submitted to Universidad Cesar Vallejo</b> Trabajo del estudiante	<b>1%</b>
<b>5</b>	<b>Submitted to Universidad Alas Peruanas</b> Trabajo del estudiante	<b>1%</b>
<b>6</b>	<b>Marlon Elías Lobos-Rivera, José Modesto Ventura-Romero, Angélica Nohemy Flores-Monterrosa, Víctor Manuel Umanzor-Gómez. "Adaptación psicométrica del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales en una muestra de adultos salvadoreños", Entorno, 2022</b> Publicación	<b>1%</b>
<b>7</b>	<b>repositorio.ucv.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>