

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN, TURISMO Y PSICOLOGÍA
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

**ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y ANSIEDAD
SOCIAL EN ADOLESCENTES DEL NIVEL SECUNDARIO
DE UNA I.E.N DE LAMBAYEQUE, 2024**



PRESENTADA POR
POOL MOISES REQUENA MONTORO

ASESORA
YOLANDA ROSA CASTRO YOSHIDA

TESIS

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

CHICLAYO – PERÚ

2024



**Reconocimiento - No comercial - Sin obra derivada
CC BY-NC-ND**

El autor sólo permite que se pueda descargar esta obra y compartirla con otras personas, siempre que se reconozca su autoría, pero no se puede cambiar de ninguna manera ni se puede utilizar comercialmente.

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN, TURISMO Y PSICOLOGÍA
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

**ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y ANSIEDAD SOCIAL EN
ADOLESCENTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE UNA I.E.N DE
LAMBAYEQUE, 2024**

TESIS

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

PRESENTADA POR:

POOL MOISES REQUENA MONTORO

ASESORA:

Mg. YOLANDA ROSA CASTRO YOSHIDA

<https://orcid.org/0000-0002-0770-951X>

CHICLAYO, PERÚ

2024

DEDICATORIA

Esta investigación se la dedico a mis forjadores de vida a mis padres que me brindan su apoyo y ayuda, a si también a una personita especial la cual me ayudo en este proceso de estudio.

A los docentes, por su guía y enseñanzas diaria y los de investigación por sus asesorías.

Y a todos los que ayudaron y guiaron en la realización del trabajo.

AGRADECIMIENTO

La presente investigación le agradezco a Dios por darme la inteligencia y sabiduría para así poder culminar esta investigación y a María que siempre me cuida y protege. A mis padres, por su el esfuerzo constante e incondicional y a mi apoyo y motor por sus guías y ánimos para culminar la tesis. Así también mis asesores por sus orientaciones. A mis profesores me han brindado sus conocimientos y experiencia A todos gracias infinitas.

RESUMEN

El presente trabajo tiene como finalidad investigar la relación entre Adicción a las redes sociales y Ansiedad Social en Adolescentes de un Colegio del distrito de Lambayeque, 2024, en una población de 300 estudiantes de un colegio nacional de dicha ciudad. Se aplicaron dos instrumentos, el primero es test ARS (Adicción a las redes sociales) para medir el nivel de adicción, el cual se encuentra dividido en tres dimensiones que son obsesión por las redes sociales, falta de control personal en el uso de las redes sociales y el uso excesivo de las redes sociales, el segundo, el test SAS-A para medir nivel de la Ansiedad social conformado por tres factores que son miedo a la evaluación negativa, ansiedad y evitación social ante extraños o situaciones sociales nuevas y ansiedad y evitación social ante situaciones sociales en general. En los resultados puede afirmar que existe correlación negativa entre las variables de estudio, quiere decir que, si se encuentran relacionadas, pero de manera inversa es decir que la adicción no necesariamente genera ansiedad social o que todos los casos de ansiedad sean por una acción a las redes sociales, sino que son varios los factores influyentes en la ansiedad más si es social. En Conclusión, existe relación inversa entre la Adicción a las redes sociales y la Ansiedad social.

Palabras clave: Adicción a las redes sociales y Ansiedad Social, Adolescentes.

ABSTRACT

The objective of this research work is to analyze the relationship between Addiction to social networks and Social Anxiety in Adolescents from a School in Lambayeque, 2023, the sample was made up of 300 students from a national school in Lambayeque, two instruments were applied, the first instrument is the ARS test (Addiction to Social Networks) to measure the level of addiction, divided into three dimensions that are obsession with social networks, lack of personal control in the use of social networks and excessive use of social networks. The second instrument is the SAS-S test to measure the level of social anxiety and three factors that are fear of negative evaluation, anxiety and social avoidance in the face of strangers or new social situations, and anxiety and social avoidance in the face of social situations in general. According to the results, it can be stated that there is a negative correlation between the study variables, that is, that they are related, but inversely, that is to say that addiction does not necessarily generate social anxiety or that all cases of anxiety are due to an action. to social networks, but there are several factors that influence anxiety, especially if it is social. Finding the same type of correlation between the factors. In Conclusion, there is a relationship between Addiction to social networks and Social Anxiety.

Keywords: Addiction to social networks and Social Anxiety, Adolescent

ÍNDICE DE CONTENIDOS

DEDICATORIA.....	ii
AGRADECIMIENTO.....	iii
RESUMEN	iv
ABSTRACT	v
INDICE DE TABLAS	vii
INDICE DE FIGURAS	viii
REPORTE TURNITIN.....	x
INTRODUCCIÓN	ix
CAPITULO I: MARCO TEÓRICO.....	13
1.1. Bases Teóricas	13
1.2. Definición de términos básicos.....	23
1.3. Evidencias Empíricas.....	24
1.4. Planteamiento del Problema	32
1.4.1. Descripción de la realidad Problemática	32
1.4.2. Formulación del Problema	37
1.4.3. Problemas Específicos.....	37
1.5. Objetivos de la investigación.....	37
1.5.1. Objetivo General	37
1.5.2. Objetivo Específico.....	38
1.6. Hipótesis	38
1.6.1. Formulación de hipótesis	38
CAPITULO II: MÉTODO	412
2.1. Tipo y diseño de investigación	42
2.2. Participantes	43

2.3. Medición.....	44
2.4. Procedimiento	46
2.5. Aspectos éticos	46
2.6. Análisis de Datos	47
3.1. Análisis Correlacional	49
Contraste de Hipótesis	54
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN	567
CONCLUSIONES.....	601
RECOMENDACIONES	612
FUENTES DE INFORMACIÓN	623
ANEXOS	712

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Operacionalización de Variables.....	40
Tabla 2 Confiabilidad por consistencia interna ARS en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N de Lambayeque - 2024	44
Tabla 3 Confiabilidad por consistencia interna SAS-A en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N de Lambayeque - 2024	45
Tabla 4 Relación entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad social en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N de Lambayeque - 2024.	49
Tabla 5 Niveles de adicción a las redes sociales en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N de Lambayeque - 2024	50
Tabla 6 Niveles de ansiedad social en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N de Lambayeque - 2024.....	51
Tabla 7 Relación entre adicción a las redes sociales con la dimensión miedo a la evaluación negativa ansiedad en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N, Lambayeque - 2024	52
Tabla 8 Relación entre adicción a las redes sociales con la dimensión a la ansiedad y evitación social ante extraños ansiedad en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N, Lambayeque - 2024.....	52
Tabla 9 Relación entre adicción a las redes sociales con la dimensión a la ansiedad y evitación social ante situaciones sociales en general en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N, Lambayeque - 2024.	53

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 : Dispersión de Puntos entre Adicción a Redes sociales y Ansiedad Social	49
Figura 2 : Niveles de adicción a las redes sociales en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N, Lambayeque - 2024.	50
Figura 3: Relación del nivel de ansiedad social en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N, Lambayeque - 2024.	51

POOL MOISES REQUENA MONTORO

ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y ANSIEDAD SOCIAL EN ADOLESCENTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE UNA I.E.N DE

My Files

My Files

Universidad de San Martín de Porres

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid:::29427:418853914

Fecha de entrega

26 dic 2024, 5:02 p.m. GMT-5

Fecha de descarga

26 dic 2024, 5:06 p.m. GMT-5

Nombre de archivo

TESIS - REQUENA MONTORO POOL MOISÉS.docx

Tamaño de archivo

2.1 MB

82 Páginas

16,176 Palabras

88,606 Caracteres


17% Similitud general


El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...


Filtrado desde el informe

- ▶ Bibliografía
- ▶ Texto citado
- ▶ Coincidencias menores (menos de 10 palabras)

Fuentes principales

15%  Fuentes de Internet

8%  Publicaciones

14%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.



Mg. YOLANDA ROSA CASTRO YOSHIDA

INTRODUCCIÓN

El presente estudio se da, a partir del crecimiento continuo y desmedido del manejo de las nuevas tecnologías este avance, tal como ha indicado el Instituto Nacional de Estadística Informática (INEI, 2017) se muestra un aumento del 57% del acceso a internet y a su vez establece que un 45% manejan las redes sociales, en la actualidad según el periodo estadístico del 2020 se ha dado un aumento del 9,6% es por ello que es importante generar conciencia social que el empleo continuo de los aparatos electrónicos y el exceso uso de las redes puede generar adicción y un aislamiento social de la persona. Por otra parte, según el autor Vázquez (2002) expresa que la sujeción a las redes sociales es pasible de afectar a los adolescentes de nivel secundario. Así mismo, Escurra y Salas (2014) hace mención, a cerca de la falta de autocontrol en el manejo de las redes sociales, la cual se encuentra asociada con las conductas que muestran los adolescentes al usar los diferentes accesos a las redes sociales. Ante la interrupción demuestran signo de irritabilidad hasta la ira, con diferentes pensamientos negativos, actos impulsivos, sentimientos de angustia, melancolía y cambios de comportamiento.

Estos cambios comportamentales hacen que los adolescentes tienden aislarse de su círculo social y familiar para estar inmersos a una plataforma virtual tal como lo ha sido señalado por Báez (2002) hace mención que la ansiedad social es un estado emocional que hace que la persona se mantenga en alerta y caiga en exceso dañinos para su desarrollo y salud mental. A raíz de esta base se plantea como objetivo de precisar el nexo que existe entre la adicción a las redes sociales y ansiedad social en los adolescentes. La hipótesis planteada se basa en analizar si existe vínculo entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad social en adolescentes. De la misma manera se analizará la diferencia según edad y nivel

académico. El presente trabajo es importante porque a nivel teórico, esta investigación permitirá obtener un análisis con relación a la realidad del manejo de las redes sociales en los adolescentes, debido que muchos estudios encuentran relación en la adicción de las redes sociales y la ansiedad social. Asu vez, en relación a la problemática se buscará tener una amplia población para la comparación de las variables de estudio, así también, un mayor control en el manejo de la variable nominal edad con la igualdad de números de participantes en hombres, el tiempo de conexión y el tipo de página social que accede normalmente, para poder ver el control en el empleo de las redes social que trae como consecuencias la adicción.

Por otra parte, a nivel práctico, el resultado que se obtengan en esta investigación permitirá hacer un evaluación en los jóvenes con respecto a la práctica excesiva de las redes sociales con la ansiedad y a su vez llegarían ser utilizados como antecedentes o formas de prevención en escolares, padres de familia para su intervención inmediata y no llegar a la adicción así también servirá para nuevas formulaciones de hipótesis de futuros estudios. Así mismo, se dará a conocer los niveles de ansiedad que presentan los jóvenes ante el uso manejo de las redes sociales y se podrá contrastar con estudios realizados a nivel nacional e internacional.

Esta investigación es de tipo cuantitativo, con un diseño empírico correlacional simple en una población de 300 adolescentes escolares. El trabajo se encuentra dividido por cuatro capítulos. Primer capítulo se encuentra el marco teórico, en el capítulo dos el método de investigación, posteriormente el capítulo tercero se encuentran los resultados estadísticos, enseguida el capítulo cuatro se ubica la discusión y por último los anexos.

CAPITULO I: MARCO TEÓRICO

1.1. Bases Teóricas

1.1.1. Adicción a las redes sociales

Las redes sociales son medios de difusión e información del cual la mayoría de personas se inter-relacionan, existe una diversidad de redes sociales por la cual es posible comunicarse, publicar estados, gustos e intercambiar cualquier tipo de foto o de información con relación a la persona. Según Kuss y Griffiths (2011) define que los medios sociales son como espacios virtuales donde la gente puede generar un perfil, interaccionar con amigos hasta conocer personas de diferentes sitios del mundo con quienes puede compartir distintos intereses.

Así mismo, existe a nivel global una adicción o también llamado apego a estos medios de conexión o redes, según Vázquez (2002) manifiesta que el empleo desmedido de los medios sociales puede perjudicar a las personas de cualquier edad, pero, donde existe un mayor índice es en la adolescencia, teniendo en cuenta que la mayoría de veces son los progenitores que permiten el uso frecuente de los medios sociales.

El estar conectado frecuentemente al internet podría presentar el mismo efecto estimulante de la droga que genera diversas alteraciones a nivel fisiológicos y neurocognitivos en el cerebro. El uso excesivo de internet podría causar indicios de abstinencia, privación social, así también como mal humor, irritabilidad, depresión, pérdida de la concentración e insomnio (Echeburúa y Requesens, 2012). Así mismo los autores, Kuss, Pontes y Griffiths (2017) manifiestan que posee características semejantes que la adicción a las sustancias y el término se le dio basándose en el diagnóstico de adicción. Los primordiales componentes que parecen promover los

comportamientos adictivos al Internet son la facilidad de ingreso, la disponibilidad, la carencia de parámetros, la vivencia de la distorsión del tiempo a medida que se está conectado. (Echeburúa y Requesens, 2012).

Existe un apego en los comportamientos adictivos que se van formando de manera automática y permanecen emocionalmente activados con el poco control de los impulsos. La persona adicta no valora los resultados positivos y menos analiza las consecuencias negativas. Es por ello, que el exceso de los medios sociales facilita, el bajo rendimiento académico, la inatención por otros temas y son propensos a la alteración de hábitos y al resquebrajamiento económico, así también como al sobre peso y sedentarismo (Echeburúa y Requesens, 2012).

Uso de redes sociales en Adolescentes

Las redes sociales son un servicio parte de la web, el cual facilita a los usuarios compartir información personal y a su vez relacionarse. Según el Instituto Nacional de estadística (INEI,2020) mencionan que, en el 2018, un 69,8% de jóvenes menores de 10 y 15 años poseen conocimiento acerca el manejo de los aparatos tecnológicos. Así mismo, la Asociación para la Investigación de Medios de Comunicación (AIMC), comprobaron que 7 de cada 10 niños de 12 a 13 años utilizaban las redes sociales y un 89% de ellos descargaban videos en internet.

También, el empleo inadecuado de los medios sociales en los más jóvenes genera un riesgo a nivel social y psicológico, que se llega a caracterizar por inmensas transformaciones biológicas, psicológicas, sociales, generando conflictos y crisis en su desarrollo. El adolescente se caracteriza por perseguir la gratificación inmediata y el aumento de su percepción al nivel de vulnerabilidad ante los diferentes peligros y curiosidad por nuevas vivencias. Además, tienen dificultad en controlar sus impulsos, el exceso de información adquirida por los medios y el bajo nivel de

comunicación con los padres, la publicidad en las redes lleva a que el adolescente desee experimentar (INEI, 2020).

Los nuevos avances tecnológicos se han instalado en la vida de los jóvenes de tal forma y a tal velocidad que se han vuelto indispensables para una comunicación fluida, de libre acceso como el WhatsApp, correo electrónico, Facebook, Instagram y entre otras redes sociales. Se está en una era digital, en la que se permite la educación a distancia con la finalidad de obtener una alta competencia, con el pasar del tiempo se tendrá que vivir y luchar en un mundo info-tecnológico. La adolescencia es un periodo crucial en la persona. En ella se logra alcanzar madurez física, comportamental y cognitiva debido al pensamiento formal y se va definiendo la personalidad de cada joven (Del Barrio y Ruiz, 2014).

Según Del Barrio y Ruiz (2014) dice que la juventud o adolescencia, tiene un significado individual, donde se ve una trascendencia de manera social, se logra ver que los adolescentes de hoy son los ciudadanos del mañana, por ese motivo, dependemos de ellos en una futura sociedad. Así mismo se puede llegar a ver que es muy importante para toda la colectividad en la educación de nuestros jóvenes y adolescentes.

Modelo teórico explicativo de las adicciones a redes sociales

Basado en el modelo cognitivo conductual, debido a, que actualmente es el método más empleado para explicar las causas de la adicción a las redes sociales y el reaprendizaje de conductas.

Según Davis (2001), incentiva el uso del modelo cognitivo conductual donde ha sido utilizado como referencia para muchas herramientas de validación. Según esta teoría, el uso impulsivo de Internet es causado por un pensamiento problemático, lo que conduce a un comportamiento anormal.

Asimismo, afirma que los síntomas cognitivos del uso patológico de las redes tecnológicas anteceden a los síntomas afectivos y conductuales, con manifestaciones cognitivas que incluyen inseguridad, ansiedad, baja autoestima, carácter reflexivo, bajos niveles de autoestima y carácter depresivo.

Dimensiones de la adicción a las redes sociales

En el test de Adicción a las Redes Sociales (ARS), los autores Ecurra y Salas (2014), se desdobra en dimensiones, los cuales son:

- **Obsesión a las redes sociales:** Según Ecurra y Salas (2014) indica que este factor corresponde a una reacción neurocognitiva con el uso de las redes sociales, que ocasiona pensamientos imaginativos, preocupaciones y ansiedad por ingresar a las redes sociales. Así mismo, señala que es parte de la psicología de la persona, el pensar, soñar e imaginar de manera constantemente el querer estar en las redes sociales o el hecho de proyectarse lo que debe estar pasando en ellas, además, la ansiedad, nerviosismo y preocupación por no estar en conectado a la red. Así mismo es una actividad importante, donde se menciona una característica común de la adicción. (Greenfiel, 2004, citado por Flores, 2016).
- **Uso excesivo de las redes sociales:** Ecurra y Sala (2014) indica, lo más probable es que los jóvenes y las personas adultas estén expuestos a los medios sociales durante mucho tiempo sin un horario fijo, lo que afecta su interacción con su entorno familiar, social y amigos, negándose la libertad por la excesiva inclinación a las redes sociales. (Greenfiel, 2004, citado por Flores, 2016)
- **Falta de control personal en el uso de las redes sociales:** Ecurra y Salas (2014) menciona, que la pérdida de dominio intimo en el manejo de las plataformas sociales está relacionada con las reacciones emocionales que genera su uso, las cuales van desde la irritabilidad hasta la ira, pensamientos e ideas negativas,

acciones impulsivas, sentimientos de angustia o melancolía y cambios de comportamiento. Por su parte, Gossop (1989 citado por Flores, 2016) refiere, la dependencia es la carencia de autocontrol de los impulsos en su modelo de comportamiento que conduce a la adicción, síndrome de abstinencia, intolerancia, se fundamenta en el comportamiento y habita centrado en el comportamiento" (p. 67). Por su parte, Flores (2016) sostiene que cuando el comportamiento se ve obstaculizado o interrumpido, la capacidad de control disminuye y suelen producirse molestias, aunque trate de controlar los problemas, los seguirá teniendo, debido a que la capacidad de control esta disminuida.

Caro (2017), describe y puntualiza los indicios que puede presentar una adicción, los cuales se especifican a continuación:

- Cambio de humor: son vivencias personal que obtienen las personas como resultado de las experiencias en una realidad concreta.
- Salencia: refiere al comportamiento adictivo que se vuelve en un evento significativo en la vida de las personas donde afecta el comportamiento, pensamientos y sentimientos.
- Conflicto: Son cuestiones que se plantean entre la persona adicta y el entorno social. También sufren abuso de sustancias, conflictos interpersonales con familiares y conflictos relacionados con el trabajo, pasatiempos y vida social.
- Tolerancia: Es parte del desarrollo personal que permite aumentar la cantidad de ciertos para lograr resultados previamente positivos.
- Recaída: Es regresar a lo mismo de antes que se da de una manera repetitiva después de años de control y abstinencia y tiende a volver a su patrón original.
- Síndrome de abstinencia: Estas son consecuencias desagradables que ocurre cuando un comportamiento adictivo es fuertemente reducido.

1.1.2. Ansiedad Social

La ansiedad es un estado emocional conocido, pero no es fácil de definir. Por ello, se puede decir que la ansiedad es un reflejo de defensa de los seres humanos para hacer frente a los peligros de su entorno. Las reacciones de miedo y temor son estados fisiológicos de alerta de los seres humanos para enfrentar el peligro en diferentes situaciones de la vida. (Báez, k. 2002).

El Instituto Nacional de Salud Mental de los Estados Unidos (INSM, 2017) afirma que el trastorno de ansiedad social (conocido como fobia social) es un problema de salud mental. Es decir, se considera como un miedo intenso y constante a ser notado y juzgado por los demás. Este miedo afecta el trabajo, la educación en los adolescentes y otras actividades diarias.

Según Navas y Vargas (2012) señalan que la ansiedad surge ante situaciones ambiguas en la que se pronuncia una amenaza y prepara a la persona para actuar mediante reacciones fisiológicas, conductuales y cognitivas. También, hace referencia al estado mental de miedo, el cual genera diversos cambios fisiológicos para una defensa o huida en la que se da un incremento de la tensión muscular, frecuencia cardíaca, presión arterial y respiración. Por ello, todos estos cambios que se generan son respuestas ante situaciones de estrés.

Luzía (2015) señala que la ansiedad social se determina por la evitación y el temor excesivo a muchas situaciones sociales. Por lo cual, los adolescentes y adultos reconocen que el miedo a situaciones sociales manifestados en fobia social es irracional, que lleva a evitar situaciones aterradoras; pero cuando no es posible evitarlas, las personas con este trastorno experimentan miedo constante de sentirse avergonzado y miedo de que los demás piensen que están débiles y

ansiosos.

Modelos teóricos de la ansiedad social

Enfoque Cognitivo

Barrera y Reyes (2020) se basan en su investigación en procesos mentales como la memoria, las ideas, los pensamientos, los sentimientos, el conocimiento y las reacciones que influyen en el comportamiento humano. Por ello, se han implementado métodos y estrategias para disminuir el nivel de ansiedad en los adolescentes. El proceso cognitivo ocurre entre el reconocimiento de una señal desagradable y la respuesta de miedo emitida por el objeto. También, con este enfoque, una persona percibe la situación y evalúa sus consecuencias; si el resultado de esta evaluación resulta peligroso, se inicia una respuesta de alarma, regulada por otros procesos cognitivos; situaciones semejantes que provocan reacciones de ansiedad de similar intensidad.

Modelo Conductual

Frente a la teoría dinámica, ha surgido un nuevo paradigma que pretende hacer el término más empírico y flexible. El conductismo comienza con el concepto de ambientalismo, en el que la ansiedad se entiende como el impulso que conduce al comportamiento del cuerpo. Desde esta perspectiva, Hull conceptualizó la ansiedad como una fuerza motivadora que impulsa a la habilidad de la persona para responder a un estímulo particular (citado por Pérez, 2019), por ello, la ansiedad es un comportamiento que se puede aprender mediante procesos de condicionamiento clásicos. Una vez, que se establece esta conducta, adquiere características impulsivas secundarias cuyas propiedades median y promueven el inicio de una respuesta instrumental de escape o evitación. Aquí es donde entra en juego el condicionamiento operante,

mediante el cual la costumbre de evitación se refuerza negativamente.

Dimensiones de la ansiedad social

- **Miedo a la Evaluación Negativa:** Se define como el miedo a una posible evaluación adversa de uno mismo y se diferencia de los demás (Watson y Friend, 1969). Por su parte, la definición más común del perfeccionismo, lo describe como una tendencia a establecer altos estándares de desempeño en combinación con una evaluación excesivamente crítica de los mismos y una creciente preocupación por no cometer errores. Además, es “la medida más comúnmente utilizada para estipular el grado en el que una persona experimenta aprehensión ante la probabilidad de ser evaluado negativamente”
- **Ansiedad y Evitación Social en Situaciones Nuevas:** Es el malestar subjetivo, evitación activa o deseo de escapar de situaciones sociales. En general, las personas tienden a una vida rutinaria, evitan hacer cosas nuevas y sobre todo socializar o hacer nuevos amigos por miedo al rechazo; es por ello que el miedo a situaciones nuevas es tan importante que prefieren estar solos antes que correr el riesgo de ser criticados (Friend & Watson, citado por Chaves y Castaño 2008).
- **Ansiedad y Evitación Social en General:** Se caracteriza por ansiedad en la mayoría de situaciones sociales; suelen ser cambios significativos en las áreas de interacción porque limitan sus relaciones basándose en un miedo generalizado a una evaluación negativa, expectativas ansiosas en las que los demás notan los síntomas de su sistema nervioso autónomo (sudoración, temblores, taquicardia, sofocos, etc.), miedo o hacer el ridículo (Chávez y Castaño, 2008).

Componentes

Amodeo y Perales (2012) indican que la ansiedad se llega a manifestar

en tres componente o niveles que son cognitivo, fisiológico y motor conductual:

- **Componente cognitivo:** dado por las imágenes y pensamientos de contenido amenazante. Como por ejemplo el pánico como suele aparecer pensamientos de muerte o perder el control.
- **Componente Fisiológico:** son las diferentes sensaciones internas de nuestro cuerpo como son las taquicardias, tensión muscular, presión precordial, sequedad en la boca, etc.
- **Componente motor conductual:** es la acción de evitar las cosas, huir o escapar o hacer cualquier tipo de cosa que mantengan a las personas fuera de peligro.

Por otro lado, Baldos (2005). Hace mención de tres sistemas de respuestas, que son:

- **Subjetiva - objetiva:** la persona muestra dificultades para centrarse en sus ideas, se subestima en sus propias capacidades, posee pensamientos y emociones negativas.
- **Fisiológica - somática:** Son las reacciones corporales, como es la sudoración, malestar estomacal, dolor de cabeza, opresión, entre otros.
- **Motor - conductual:** Evitar ser el centro de atención, tartamudeo, volumen bajo de voz, pobre expresión facial, silencio prolongado.

Factores influyentes en la ansiedad social.

La Ansiedad social, se da por múltiples factores, como son los siguientes:

- Factores Genéticos: que se deriva de la historia familiar de los padres hacia los hijos (SOM, 2023)
- Factor Neurológico: debido a que existen una disfunción neurotransmisora (Bousoño et al,1999 citado por Alccalaico), así como la variación en el nivel de

serotonina y alta sensibilidad en la región de la amígdala con el hipocampo (Furmark, 2004 citado por Alccalaico)

- Factores Sociodemográficos: es la relación del individuo con personas del sexo opuesto, edades distintas, de diferentes realidades, con objetivos y sueños que debe afrontar en cada etapa del desarrollo (Mayoclinic, 2023)
- Factores Ambientales: acontecimientos estresantes que vive el adolescente, por parte de su círculo más cercano, como es el divorcio de los padres, maltrato escolar (SOM, 2023)
- Factores Psicológicos: Los adolescentes suelen tener pensamientos negativos en el entorno social, además sienten temor por el bienestar de sus padres y temor en la toma de decisiones para cumplir sus metas y sueños (Sierra, et al, 2006).

Consecuencias de ansiedad social

Báez, k. (2002) manifiesta que la ansiedad no produce lesiones o causas en el sentimiento, aunque puede ser muy desagradable no causa problemas físicos, lo que si trae consigo son sentimientos de irritabilidad, alteraciones de sueño, depresión, consumos de sustancias tóxicas en las personas. Por ello, es muy importante aprender a manejar la ansiedad en los jóvenes.

También encontramos que las personas tienen problemas con la ansiedad es porque tienden a reaccionar exageradamente en las dificultades que se les presenta. Por lo tanto, las personas se vuelven ansiosas ante consecuencia de un problema desagradable. En otros casos, la aparición de una dificultad o pequeños problemas causa ansiedad. En ocasiones, la ansiedad aparece cuando se ha desatado una serie de problemas y hace que la persona no obtenga mejoría. Por último, para desarrollar un trastorno de ansiedad existen muchas variables que la genera. (Báez, 2002).

1.2. Definición de términos básicos

1.2.1. Adicción a las Redes sociales

Andreassen (2015) hace referencia que la sujeción a las redes sociales, es considerado una actitud habitual en la vida de las personas, pero a su vez la presenta como un peligro para las personas. Las redes sociales poseen el estímulo de complacencia de todas las necesidades del ser humano, pero a su vez atienden el carácter social y de inter relación de las personas. Así mismo, es una necesidad de acompañamiento en el mundo que hoy en día, que se vive de manera moderna, esto conlleva a separar a las cibernautas que en el transcurso de día solo lo pasan metidos en las redes sociales. Es de esta manera que suelen satisfacer diferentes necesidades importantes como la confianza y el esmero de sí mismo. También existen ventajas que ayudan mucho en la comunicación integra de la persona con diferentes personas, a su vez esto causa que no exista una buena comunicación de forma verbal y menos una relación interpersonal generando una adicción en las personas. Echerrúa y Moll (2012) lo describe como una aflicción patológica, que produce la limitación de la libertad de la persona, generando dependencia en su uso, generando un deterioro en sus vidas, tanto a nivel personal, como social

1.2.2. Dependencia

La dependencia es un estado permanente en el que las personas se encuentran necesitando la atención de los demás o ayuda en las distintas actividades que se presenta en el transcurso de la vida por distintas razones.

Por ello, también es una condición de una persona que necesita ayuda o asistencia significativa en las distintas labores diarias, debido a la escasez o pérdida de recursos físicos, mentales o intelectuales. Brindar asistencia en las labores cotidianas, con las relacionadas con el cuidado personal.

1.2.3. Ansiedad

Sigüenza y Vílchez (2021). La ansiedad logra percibir con los cambios de estado anímico y la comportamiento corporal, en estos casos se relacionan con diferentes enfermedades infecciosa. En la actualidad toda persona llega experimentar diferentes grados de ansiedad en la salud en lo casos que de la actualidad se expresan por temor al contagio de alguna enfermedad o regresar a clases y encontrarse con una persona infectada.

Así también Beck et al. (2005), hacen mención que en la adolescencia se experimentan diversos cambios que afectan a nivel emocional y nace el principal miedo de ser el centro de atención, miedo a ser juzgados y burlados por terceros. Beck et al. (2005), señala que la ansiedad social es el temor irracional de no ser aceptados y ser rechazados socialmente.

Es por ello importante para el estudio de la ansiedad, este tipo de investigaciones que ayuda a tener un porcentaje de las personas con ansiedad por diferentes motivos o circunstancia.

Por otra parte, las principales consecuencias en la ansiedad en los estudiantes se encuentra el impacto psicológico crítico, de vivir cerca a un familiar enfermo y en grave riesgo a la integridad física o mental de algunos de sus familiares.

1.3. Evidencias Empíricas

1.3.1. A nivel Internacional

Urban et al. (2023) realizaron una investigación titulada características de los riesgos de ansiedad social en las relaciones Inter sociales, el cual tuvo como objetivo identificar la ansiedad social y si estas difieren en las relaciones

interpersonales. Basada en 1685 estudiantes Españoles de 15 a 18 años, Bajo un método cuantitativo se les aplico el test ansiedad SAS-A y el cuestionario de dificultades interpersonales (QIDA). El resultado del estudio fue que mostraron dificultad para la interacción y el alto grado de ansiedad social con una media de 16.28 (DT = 0.97) y un valor p estadísticamente significativo ($p < .05$). En conclusión, en la muestra estudiada se identificó dificultades para relacionarse y elevados niveles de ansiedad social.

Valdés et al. (2022). Comportamiento Adictivo a las plataformas Sociales y al celular Ansiedad Social y Regulación Emocional, cuya finalidad es establecer la relación entre empleo problemático del teléfono móvil y las redes sociales con la ansiedad social y la regulación emocional, para la realización de esta investigación se tomó en 248 estudiantes de ambos sexos con un nivel de edad de 18 a 24 años en una universidad privada de México, bajo un método cuantitativo no experimental, para lo cual se utilizó el cuestionario de adicción a redes sociales (ARS), el uso problemático del teléfono móvil (Mobie Phone Problem Use Scale [MPPUS]), la escala de ansiedad social (SIAS-20) y la escala de regulación emocional ERQ-10. El resultado de estudio fue mostraron una alta relación entre la actuación adictiva a las redes sociales, el uso problemático del teléfono móvil y una relación moderada con la ansiedad social. En conclusión, este estudio proporciona evidencias empíricas en cuanto al tema abordado y la relación entre conductas adictivas en las redes sociales y el empleo problemático del celular y la ansiedad social.

Becerra (2021) En su investigación en relación al habito adictivo en las redes sociales y la ansiedad social, bajo un método empírico de tipo transversal, en una muestra de 251 jóvenes mexicanos universitarios, cuyo resultado fue que

existe relación entre adicción a las redes con la ansiedad social, así como también con lo que corresponde a la falta de perseverancia y de premeditación. la escala de Adicción a Redes (ARS) tiene alfa de $\alpha=.92$, en el test Mobile Iphone Problem Use (MPPUS-10) un $\alpha= .86$ y en la Escala de Ansiedad en la Interacción Social (SIAS-20) $\alpha=.87$. En conclusión, existe una prevalencia entre el uso de las redes con la ansiedad social y la supresión expresiva de emociones.

Varchetta et al. (2020). El apego a las redes sociales, el miedo de perderse experiencias y el nivel de vulnerabilidad. El objetivo fue analizar las diversas posturas y acciones relacionados con el manejo de las redes sociales. En 306 alumnos de 18 a 30 años de la Universidad “La Sapienza” de Roma, Italia. Cuestionario del uso de las redes sociales, Fear of Missing Out (FOMO) y el de las necesidades psicológicas básicas, Autoestima y vulnerabilidad en línea. Dio como resultado que existe una relación positiva las variables de estudio, así también se mostró que las mujeres poseen mayor nivel de adicción a las redes sociales. En conclusión, se encontró conexión en las variables de estudio y los hombres son más propensas que las mujeres a caer en la adicción a las redes.

Gómez et al. (2020) En su estudio con respecto a la ansiedad y el ajuste social en adolescentes, tuvo como objetivo analizar la relación entre metas sociales y el ajuste social, la muestra estuvo conformada por 848 adolescentes Españoles de 12 a 17 años. Se les aplico el test de ansiedad social (SAS-A) y escala de ajuste social en ambas con una consistencia interna ($\alpha = .91$) y en la escala de metas sociales se obtuvo una consistencia de ($\alpha = .77$). Bajo un diseño transversal, se mostró una relación directa y significativa en la ansiedad social con un ($\beta = -.33$, $p < .05$) y en ajuste social ($\beta = .63$, $p < .05$). En conclusión si existe relación entre las variables de estudio.

Rojas et al. (2018), en su revisión cualitativa a cerca de la adicción al internet y al uso de las redes en los adolescentes, se logra evidenciar que los se presenta en los jóvenes alteración del sueño y a la reducción de la satisfacción escolar (Vernon, Barber, & Modecki, 2015), así como también impulsividad y baja (Turel y Bechara, 2017). Por otro lado, la adicción al internet genera riesgo psicosocial, así como también se encuentra asociado a la depresión, baja autoestima y consumo de sustancias (Chang et al., 2014), en cuanto al a su uso existe un apego negativo de tipo ansioso y evitativo (Monacis, de Palo, Griffiths, & Sinatra, 2017). En conclusión, existen ciertos rasgos de personalidad narcisista y neuroticismo, así también como la falta de control de impulsos, búsqueda de satisfacción propia, apego y así como la personalidad ansiosa y evitativo, los cuales están involucrados en la adicción a las redes.

1.3.2. A nivel Nacional

Goya (2024). Funcionalidad familiar y adicción a las redes sociales en alumnos de una Institución educativa de Huánuco, cuya finalidad fue precisar la relación entre las variables de estudio, compuesta por 124 alumnos de ambos sexos de una Institución educativa de Huánuco para lo cual se utilizó la Escala de Funcionalidad Familiar (FACES III) y el cuestionario de Adicción a las redes sociales. El método de estudio fue cuantitativo no experimental, se obtuvo un nivel alto de adicción a las redes sociales y con respecto a la variable de funcionalidad de su familia presenta un nivel extremo. Así mismo, se obtuvo un coeficiente de correlación de 0.873, con un nivel de significancia de 0.000, debido a que el p valor fue menor a 0.05 se aceptó la hipótesis alterna, En conclusión, existe relación significativa entre las variables de estudio.

Valladolid, et al. (2023). Adicción a redes sociales en alumnos de una universidad

nacional de Junín (Perú), cuya finalidad fue limitar el nivel de adicción a redes sociales de los Universitarios de Junín, conformada por 254 alumnos, repartidos por los ciclos de la escuela profesional de Administración de Negocios Internacionales para lo cual se utilizó los cuestionarios Adicción a las Redes Sociales (ARS). Bajo el método cuantitativo, obtuvieron altos niveles de adicción y de obsesión a redes sociales, falta de control personal y un nivel medio de en el uso excesivo. En conclusión existe una relación positiva entre obsesión y adicción, así como entre la falta de control personal percibido y la adicción.

Bautista et al. (2023). Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en adolescentes de educación básica regular, cuya finalidad fue precisar si existe relación significativa entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes del quinto grado de secundaria de 4 instituciones educativas públicas peruanas, en 233 jóvenes de 15 a 18 de años, para la cual se utilizó el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales y la Escala de Procrastinación Académica, instrumentos con adecuadas propiedades psicométricas. El método de estudio fue cuantitativo, por ello, se obtuvo que, los evaluados se caracterizaban por tener bajos niveles de adicción a las redes sociales y niveles moderados de procrastinación académica. También, se halló que relación con el coeficiente Rho de Spearman de 0,429 en ambas variables y el p-valor fue inferior al nivel de significancia ($p < 0,05$). En conclusión, existe una relación significativa entre la adicción a redes sociales y la procrastinación académica en alumnos del quinto grado de secundaria de 4 instituciones educativas públicas peruanas.

La Rosa (2022). Jóvenes en riesgo: un informe cuantitativo con respecto a, cómo la adicción a redes sociales puede relacionarse con la ansiedad estado rasgo en alumnos de educación superior de la Universidad Nacional Agraria La Molina,

cuya finalidad fue encontrar la conexión entre las variables adicción a las redes sociales y la ansiedad estado, y, la ansiedad rasgo, se realizó en 112 jóvenes de ambos sexos del ciclo académico 2021- II para la cual se utilizó los cuestionarios Adicción a las Redes Sociales (ARS) y el Inventario de Autoevaluación de Ansiedad Estado Rasgo (IDARE). El método de estudio fue cuantitativo de tipo no experimental, se obtuvo una asociación positiva altamente significativa entre la ARS y los niveles de ansiedad estado y ansiedad rasgo. En conclusión, se encuentra una relación positiva significativa entre el tamaño de la dependencia a las redes sociales y las dimensiones de ansiedad.

Estrada et al. (2021) la dependencia al internet y las relaciones sociales. Cuyo objetivo es analizar si existe conexión entre las variables de estudio, el método de estudio empleado fue bajo un enfoque cuantitativo, el diseño fue no experimental de tipo correlacional, transeccional. En 102 estudiantes de quinto de secundaria de una institución perteneciente al distrito de Las Piedras, Perú, se utilizaron la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales y el test de la Adicción a Internet de Lima. Se estableció que existe una relación inversa entre las variables ($r_s = -0,787$; $p = 0,000 < 0,05$). La adicción al internet genera bajos niveles de interacción social.

Estrada y Gallegos (2020). La función familiar y a la adicción en redes, cuya finalidad fue establecer si existe conexión entre las variables de estudio de los últimos grados en alumnos de secundaria de una institución educativa pública de la ciudad de Puerto Maldonado, bajo un enfoque cuantitativo, no experimental. Por lo cual, se tomó una muestra de 195 alumnos, donde se aplicó el test de Cohesión y Adaptabilidad Familiar, así como el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales. Se obtuvo como resultado que existe una relación inversa entre la variable de estudio ($r_s = -0,843$; $p = 0,000 < 0,05$). En conclusión, las malas relaciones familiares

producen altos niveles de adicción a las redes sociales.

Rodríguez y Pérez (2020). Niveles de Ansiedad Social en adolescentes de una institución educativa de tembladera en Perú, cuya finalidad fue conocer los altos niveles de ansiedad social en adolescentes de una Institución Educativa de Tembladera, un estudio conformado por 49 jóvenes de ambos sexos de educación secundaria para lo cual se utilizó la Escala de ansiedad social para adolescentes (SAS-A). El método de estudio fue descriptivo, se obtuvo un nivel alto de ansiedad social y un nivel significativo elevado de ansiedad general y por las distintas dimensiones que los hombres, por lo cual, se puede decir que a nivel de priorización se debería aplicar estrategias preventivas y de intervención principalmente en las mujeres. En conclusión, existe diferencia entre los sexos, las mujeres presentan mayor ansiedad social.

Bulnes et al. (2018). Intranquilidad social y regulación emocional, Cuya finalidad fue analizar la correspondencia las variables, conformado por 376 alumnos de 14 a 17 años de tercero a quinto grado de secundaria de una institución de Lima Metropolitana, para lo cual se utilizó la Evaluación de Síntomas Físicos (PHQ-15), el de Regulación Emocional (ERQ-CA) y el test de Ansiedad Social para Adolescentes (SAS-A). El método de estudio fue comparativo correlacional, se obtuvo que un nivel débil entre las variables de estudio y una relación significativa ansiedad social con y sin síntomas físicos, así mismo existe discrepancias significativas entre hombres y mujeres. En conclusión, existe diferencia entre los sexos, las mujeres presentan mayor temor a la crítica negativa.

1.3.3. A nivel Local

Arias (2024). Estrategias de prevención para la adicción de videojuegos en adolescentes de una institución educativa de Chiclayo, cuya finalidad es establecer

estrategias de prevención para contrarrestar la adicción a los videojuegos en adolescentes de una Institución Educativa en Chiclayo, para ello se tomó una población de 36 jóvenes de educación secundaria de los grados de 1 a 5, para lo cual se utilizó el cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS). El método de estudio fue cuantitativo, por ello se obtuvo un resultado que el 79.4% de presenta un alto nivel de adicción, reflejado en comportamientos como el juego excesivo y dificultades para controlar el tiempo dedicado a los videojuegos. Así mismo, el 94.1% manifiesta dificultades emocionales, evidenciando síntomas de abstinencia y dependencia emocional del juego. También, en el factor social, el 85.3% muestra un alto nivel, reflejando la pérdida de conexiones sociales y el aislamiento debido a la preferencia por los videojuegos en lugar de las actividades sociales tradicionales. Por ello, el 82.4% experimenta un alto impacto funcional, descuidando responsabilidades y viendo afectado su rendimiento académico. En conclusión, se debe abordar estrategias en relación a la adicción a los videojuegos entre los adolescentes, considerando su impacto significativo en diversas áreas de sus vidas, a través de estrategias de prevención.

Paredes (2023). Adicción a las redes sociales y la agresividad en jóvenes de secundaria de una Institución Educativa, Chiclayo. Cuya finalidad fue establecer la asociación entre las variables de adicción a las redes sociales y la agresividad en jóvenes de secundaria de una institución educativa, Chiclayo, conformado por 100 alumnos de secundaria de 12 a 17 años, para lo cual se utilizó el cuestionario Adicción a Redes Sociales (ARS) y Cuestionario de agresividad – AQ. El método de estudio fue cuantitativo, donde se obtuvo como resultado que la adicción a la red social y la agresividad se asocian significativamente, indicando los siguientes resultados $r_s=.998$ con una significancia de .001, al igual que las dimensiones de

agresividad con la adicción a la red social, quienes también muestran asociación, todas con relación directa. En conclusión, se determinó que sí existe asociación entre adicción a la red social y agresividad.

Grados (2021). Clima social familiar y ansiedad social en adolescentes de la ciudad de Chiclayo, cuya finalidad fue establecer la conexión significativa entre clima social familiar y ansiedad social en adolescentes de la ciudad de Chiclayo, con 331 adolescentes que pertenecen al Club de Conquistadores de la Misión Peruana del Norte de sexo masculino y femenino cuyas edades varían entre 11 y 17 años, para ello se utilizó la Escala del Clima Social en la familia (FES) de Moos y Trickett (2001) y la Escala de Ansiedad Social para Adolescentes (SASA) de la Greca y López (1998). El método de estudio es de enfoque cuantitativo, donde se obtuvo como resultado que existe una relación altamente significativa y negativa entre el grado de relaciones familiares y el nivel de ansiedad social ($\rho = -.41$, $p.05$). En conclusión, existe una vinculación altamente significativa y negativa entre el grado de relaciones familiares y el nivel de ansiedad social ($\rho = -.41$, $p < .01$).

1.4. Planteamiento del Problema

1.4.1. Descripción de la realidad Problemática

Los avances tecnológicos han hecho posible que sea más accesible el servicio del internet en la población por lo que ha existido un aumento significativo en manejo en los últimos años. Según el Instituto Nacional de Estadística Informática (INEI, 2017) indican que la frecuencia de acceso en las personas supera la mitad de población mundial, dándose un incremento en el empleo del internet de un 9.1% en el periodo del año 2018 al 2019. Por otro lado, hace mención que un 57% de usuarios a nivel global tienen acceso a los medios sociales y un

45% utilizan las plataformas sociales y en la actualidad, se alcanzó el 55% de acceso a internet, dando un crecimiento del 9,6% en comparación al trimestre del 2020, el cual obtuvieron un 40,1% de conexión a internet, dando un incremento significativo a diferencia de años anteriores teniendo en cuenta que este aumento se debe a los nuevos métodos de enseñanza a raíz de la pandemia, donde varios centros de estudios se vieron forzados a dar clases por medio de las diversas plataformas digitales, así también los jóvenes vieron una forma de generar interacción social por medio de la red.

Un estudio realizado por La Mutualidad de la Agrupación de Propietarios de Fincas Rústicas de España (MAPFRE, 2019), indica que cerca de 3 mil millones 484 cibernautas tienen acceso a medios sociales como una forma de interactuar, conocer y mantener comunicación con distintas personas a nivel mundial, permitiéndole interrelacionarse con personas de diferentes culturas e inquietudes, este estudio señala que el 65% de los jóvenes de entre 13 y 17 años, deja de realizar sus actividades como estudiar, leer o dormir, por estar en la red social, así mismo mencionan que el empleo del celular e internet absorbe mucho de su tiempo. El 65,1% de los adolescentes tiene Facebook y 59,5% Instagram, a pesar que existan restricciones de edad en las políticas de estos medios sociales, cabe resaltar que existen jóvenes con más de dos cuentas, algunos con datos falsos.

Bernete (2010) señala que, el manejo de la tecnología da lugar a una nueva tendencia de interacción social por medio de las diversas plataformas sociales. Es por las plataformas crean un nuevo instrumento de comunicación virtual, más usado por los jóvenes. Por lo que, se puede decir que la tendencia en los jóvenes es la comunicación virtual, por lo que la práctica continua y consumo está cada vez más en aumento, tal como se ha podido observar en las estadísticas

de la INEI (2020). Así mismo, Torrente y col. (2014), señalaron que los adolescentes tienden a sentir mayor incomodidad en contextos sociales no virtuales, por lo que procuran no salir y mantener una comunicación virtual les da esta comunidad.

Esta tendencia de estar conectado a los medios sociales puede actuar como droga y surtir un efecto estimulante, ocasionando un cambio en el organismo, especialmente en los neurotransmisores, generando instinto de placer ante la privación o restricción de su manejo, se presenta el síndrome de abstinencia (Echeburúa & Requesens, 2012). La adicción es una patología que genera necesidad en el ser humano, estrecha la conciencia e interfiere en actividades cotidianas (Echeburúa & Coral, 2010). Por su parte Rial et al. (2015) hace mención que la juventud es una etapa trascendental en la vida de todo individuo, por lo que es importante el monitoreo de continuo de los padres y el control estricto en cuanto al uso de los medios, debido a que traen problemas en el rendimiento, cambio de comportamiento y disminución de las relaciones personales. Es así que el empleo desmedido de las plataformas puede generar el trastorno de adicción y de ansiedad ante la restricción, por lo que es importante analizar la frecuencia, tiempo y duración de la conducta. Por su parte, Young (1998) establece algunas señales de alarma que son un reflejo de la necesidad y aflicción desencadenándose en una dependencia; como es la pérdida del sueño de estar perenne conectado a los servicios de los medios sociales, así como el descuido de sus actividades importantes y pensamiento continuo lo que pasa en los medios sociales, irritación por la carencia de conectividad, aislamiento social y la alegría extrema por estar frente al ordenador. Estas señales de sujeción están asociadas a la pérdida de control, apareciendo signos de ansiedad ante la imposibilidad de tener acceso a la

red (Greenfield, 2009).

La ansiedad es causada por conductas adictivas generando una necesidad que no puede ser controlada, este tipo de actuación adictiva se puede percibir en la adicción a los medios sociales que se manifiesta por diversos trastornos psiquiátricos, emocionales y afectivos (Mohanna & Romero, 2019).

Por otro lado, la ansiedad según Asociación Estadounidense de Psicología (APA, 2020), es un estado mental caracterizado por la preocupación y cambios de ánimo. Así también el Manual Diagnóstico y Estadístico de los trastornos mentales (DSM V, 2018), señala que la ansiedad social es el temor, intenso al estar en reuniones o ámbitos sociales, evitación persistente y deterioro social.

Por su parte, Belçaguy et al. (2015) señala que los trastornos psicológicos y psicosomáticos están principalmente ligados al manejo de los medios sociales, como la Nomofobia, que es el miedo a estar sin celular, la depresión de Facebook, es causado por ver felices a los demás y el efecto google , que es nada más y nada menos que el olvido de información y el apego al ordenador y Síndrome de “doble check”, el cual está relacionado al manejo de los aplicativos de mensajería, como facebook, whatsApp, instagram, telegram, entre otros, generando en la persona con este apego desmedido de la red, genera síntomas como angustia, irritación desesperación verse o encontrarse excluido de los demás, otro de los síndromes es el de la “llamada imaginaria”, que se da cuando la persona cree haber escuchado algún sonido, vibración de notificación en su dispositivo sugiriendo con este elementos una dependencia equipo móvil (Barrón & Mejía, 2021).

Un estudio realizado por Harfuch et al. (2010) indica que las personas tienen mayor adicción al Facebook como red social y poseen ansiedad y baja autoestima. Por su parte Vera y López (2021), el empleo frecuente de las plataformas sociales es una respuesta a la exclusión social y afecta a la persona la ansiedad.

Padilla y ortega (2017) han señalado que la práctica excesiva del ingreso a los medios sociales no solo se relaciona con la ansiedad, sino también con el déficit de atención, bajo rendimiento y deserción escolar. Otros de los problemas asociados con esta problemática de adicción a los medios sociales y a la ansiedad es que las personas poseen timidez excesiva, baja autoestima, poco afrontamiento a las dificultades, cotidianas, aislamiento social y déficit de habilidades sociales (Moral y Suarez, 2016). Así como también el de restringir o privarse de pasar el tiempo con los familiares y amigos para sustituirlo por una red social, generando dificultad para relacionarse y otros trastornos (Navarro y Rueda, 2007).

Es por ello el interés de realizar esta investigación, debido a que este enemigo silencioso está cada vez más en aumento en los jóvenes, dando paso a diversos trastornos como es la adicción a los medios sociales, la ansiedad y otros daños a la salud mental. Se puede hacer ver que esta nueva adicción generado por los avances tecnológicos, es más que un simple pasatiempo, es la nueva droga del momento y los padres deben estar prevenidos para que no den paso al empleo del celular desde pequeños y la creación de perfiles sociales a temprana edad, debido a que estas acciones repercuten cuando están jóvenes. Es fundamental en la investigación definir un amplio número de participantes desde el inicio, así poder hacer comparaciones según grado de instrucción, tiempo de conexión, tipo de

página social que usa, relacionándolo con las variables de estudio (adicción a las plataformas sociales y ansiedad).

1.4.2. Formulación del Problema

¿Qué relación presenta la adicción a las redes sociales y la ansiedad social en adolescentes de nivel secundario de una I.E.N de Lambayeque, 2024?

1.4.3. Problemas Específicos

¿Cuál es la relación de la adicción a las redes sociales en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N de Lambayeque, 2024.

¿Cuál es la relación de la ansiedad social en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N de Lambayeque, 2024.

¿Qué relación existe entre adicción a las redes sociales con miedo a la evaluación negativa en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N de Lambayeque, 2024?

¿Cuál es la relación entre adicción a las redes sociales con la ansiedad y evitación social ante extraños en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N de Lambayeque, 2024?

¿Qué relación existe entre adicción a las redes sociales con ansiedad y evitación social ante situaciones sociales en general en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N de Lambayeque, 2024?

1.5. Objetivos de la investigación

1.5.1. Objetivo General

Determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y ansiedad social en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N de Lambayeque, 2024?

1.5.2. Objetivo Especifico

Identificar el nivel de adicción a las redes sociales en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N de Lambayeque, 2024.

Establecer el nivel de ansiedad social en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N de Lambayeque, 2024.

Establecer la relación entre la dimensión miedo a la evaluación negativa de la variable ansiedad social y la adicción a las redes sociales en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N de Lambayeque, 2024.

Describir la relación entre evitación social ante extraños de la variable ansiedad con la adicción a las redes sociales en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N de Lambayeque, 2024.

Describir la relación entre ansiedad y evitación social ante situaciones sociales en general con la adicción a las redes sociales en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N de Lambayeque, 2024.

1.6. Hipótesis

1.6.1. Formulación de hipótesis

Hipótesis General

Ha: La adicción a las redes sociales y la ansiedad social presenta una relación significativa y positiva en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N de Lambayeque - 2024.

Ho: La adicción a las redes sociales y la ansiedad social no presenta una relación significativa y positiva en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N de Lambayeque - 2024.

Hipótesis Especifica

La adicción a las redes sociales presenta una relación significativa y positiva en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N de Lambayeque – 2024

La ansiedad social presenta una relación significativa y negativa en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N de Lambayeque – 2024

La adicción a las redes sociales y la dimensión miedo a la evaluación negativa presenta una relación significativa y positiva en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N de Lambayeque – 2024

La adicción a las redes sociales y la dimensión evitación social ante extraños presenta una relación significativa y positiva en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N de Lambayeque – 2024

La adicción a las redes sociales y la dimensión evitación social ante situaciones sociales en general presenta una relación significativa y positiva en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N de Lambayeque – 2024.

Tabla 1

Operacionalización de Variables

VARIABLE	DEFINICION CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	TIPO DE VARIABLE
Adicción a las Redes Sociales	Echerrúa y Moll (2012) lo describe como una aflicción patológica, que produce la limitación de la libertad del individuo, suscitando dependencia en su uso, generando un deterioro en sus vidas, tanto a nivel personal, como social.	El formulario de adicción a las redes sociales, que consta de 24 preguntas, se evalúa utilizando una escala de Likert de 4 puntos, donde 0 significa nunca y 4 significa siempre. Los puntajes más altos indican una mayor adicción a las redes sociales. Escurra y Salas (2014).	Obsesión por las redes sociales	Constituido por los ítems: 2, 3, 5, 6, 7, 13, 15, 19, 22, 23, cuyo puntaje va de 0 a 40,	INDEPENDIENTE (CUALITATIVA)
			Falta de control personal en el uso de las redes sociales.	Conformado por los ítems: 4, 11, 12, 14, 20, 24, cuyo puntaje va de 0 a 24	
			Uso excesivo de las redes sociales	Conformado por los ítems 1, 8, 9, 10, 16, 17, 18, 21, cuyo puntaje va de 0 a 32	
Ansiedad Social	Lozano y Vega (2012) nos dice que el trastorno de ansiedad social puede ser un padecimiento de forma crónica, pero se logra superar mediante habilidades de afrontamiento a través de la psicoterapia y la medicación	Permite medir los niveles de ansiedad social a través Escala de ansiedad social para adolescentes (Jiménez, Sánchez y Valencia, 2013). 14 – 21: Muy bajo nivel de ansiedad social. 22 – 27: Bajo nivel de ansiedad social.	Miedo a la evaluación negativa	Conformado por cinco ítems: 3, 8, 9, 12 y 14	DEPENDIENTE (CUALITATIVA)
			Ansiedad y evitación social ante extraños o situaciones sociales nuevas	Conformado por 6 ítems: 4, 5, 10, 13, 15 y 20.	
			Ansiedad y evitación social ante	Conformado por tres ítems:	

	logrando ayudar a generar la confianza y mejorar la capacidad para interactuar con los demás.	28 – 33: Ansiedad social moderada. 34 – 59: Alto de nivel ansiedad social.	situaciones sociales en general	19, 21 y 22.	
--	--	---	---------------------------------------	--------------	--

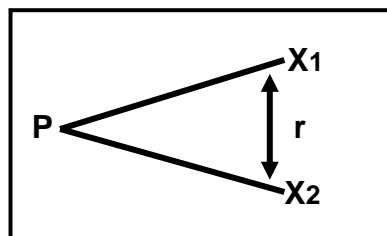
Nota. *Elaboración propia para el Informe*

CAPITULO II: MÉTODO

2.1. Tipo y diseño de investigación

Esta investigación fue desde un paradigma cuantitativo, con un diseño no experimental transeccional. Por ello, Sampieri (2014) señala que esta estrategia se basa en un marco lógico deductivo, que intenta responder a la pregunta problema y formar hipótesis. El nivel de investigación es correlacional, con la finalidad de hallar una conexión entre las dos variables de estudios en un grupo de jóvenes de secundaria de una I.E.N de Lambayeque, Ato et al (2013) y Sampieri (2016). Por otro lado, su alcance fue relacional simple, debido a que la medición y descripción de las puntuaciones del muestreo en los test de Adicción a las redes sociales y ansiedad social se realizó en un único momento en el tiempo, donde se establecieron similitudes o diferencias, en base a las variables demográficas de comparación y posteriormente, ambas variables se han correlacionado. Se recolectó información de una base de datos, además se empleó una técnica asociativa con el fin de explorar la relación funcional que tienen las variables de estudio. (Hernández Sampieri et al., 2014).

El diagrama del diseño de investigación a utilizar es el siguiente:



Leyenda

P: Población de estudiantes de un colegio nacional de Lambayeque.

X₁: Adicción a las redes sociales

X₂: Ansiedad Social

r: Relación entre las variables a estudiar

2.2. Participantes

Los participantes estuvieron conformados por una población de 300 varones de un Colegio Nacional Secundario de la provincia de Lambayeque, de 14 a 17 años, que se encontraban cursando estudios entre 3 a 5 de secundaria.

Los criterios de inclusión para la realización de este estudio fueron.

- Estudiantes varones de una Institución Educativa Secundaria de Lambayeque que cursaron estudios de 3 a 5 de secundaria. Así mismo, se incluyeron estudiantes en el estudio aquellos que estuvieron presentes en la toma de datos y que hayan respondido afirmativamente el consentimiento informado.

Los criterios de exclusión para la realización de este estudio fueron.

- No haber llenado correctamente los cuestionarios de la recolección de datos. Así mismo, aquellos que mediante la información de la institución educativa no estuvieron en la capacidad del llenado del cuestionario por tener deficiencia de comprensión lectora.

2.3. Medición

2.3.1. Construcción y Validación del cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS)

El test de Adicción a Redes Sociales fue desarrollado por Miguel Ecurra y Edwin Salas (2014), el cuestionario es un instrumento realizado en relación a los indicadores del DSM – IV para la dependencia a sustancias, siendo adaptado estos al supuesto de la adicción a las redes sociales. Dicho cuestionario cuenta con 24 ítems en la escala Likert el cual contiene 5 respuestas como opciones, contando también de 3 factores: Obsesión por las Redes Sociales en los ítems 2, 3, 5, 6, 7, 13, 15, 19, 22, 23, Falta de control personal en el uso de las redes sociales en los ítems 4, 11, 12, 14, 20, 24, y Uso excesivo de las redes sociales en los apartados 1, 8, 9, 10, 16, 17, 18, 21. Está respaldado por una confiabilidad de 0.95 (Ecurra & Salas, 2014), siendo la confiabilidad de 0,866 y índice en Mc Donald's de 0,953 dando un nivel de respetable, según Murphy y Davishofer (citado en Hogan, 2015).

Tabla 2

Confiabilidad por consistencia interna ARS en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N de Lambayeque, 2024

	Cronbach's α	McDonald's ω
ARS	0.866	0.953

Nota. Confiabilidad de Instrumento de Adicción a las Redes Sociales ARS

2.3.2. Construcción y propiedades psicométricas de la Escala de Ansiedad Social en Adolescentes de 22 ítems (SAS-A).

Este cuestionario fue desarrollado por Greca y López (1998) y adaptado al español por Olivares en el 2001 y en Perú por Zavaleta en el año 2018; el instrumento está compuesto por 22 ítems y se divide en tres dimensiones los cuales son: miedo a la evaluación negativa compuesto por los ítems 8,12,3,14,9 ansiedad social antes extraños por los ítems 10,5,20,4,13,15 y por ultimo ansiedad y evitación social ante situaciones sociales en general, ítems 22, 19, 21, posee una escala Likert que va desde el 1 que es nunca hasta el 5 que es siempre, se obtuvo un índice de normalidad en kolmogorov – Smirnov en todas las dimensiones de ($p < .05$) y con un nivel de confiabilidad en el coeficiente del alfa Cronbach de .701, y en coeficiente de Omega, se obtuvo.707 (Zavaleta, 2018). En el presente estudio se obtuvo una confiabilidad de 0,789 y en Mc Donald's un índice de 0,916 dando un nivel de respetable, según Murphy y Davishofer (citado en Hogan, 2015), dichos resultados establecen la validez del instrumento para medir la ansiedad en la población de estudio.

Tabla 3

Confiabilidad por consistencia interna SAS-A en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N de Lambayeque, 2024

	Cronbach's α	McDonald's ω
SAS- A	0.789	0.916

Nota. Confiabilidad del instrumento de Ansiedad Social SAS-A

2.4 Procedimiento

Primero, se recolectaron los datos y se aplicaron los instrumentos de medición para las dos variables, seguidamente estos resultados fueron trasladados al programa SPSS versión 25 y Jamovi 2.3.28, con el fin de analizar los resultados, los cuales serán interpretados a fin de que se puedan establecer las conclusiones del estudio de investigación.

Una vez obtenidos los resultados del SPSS o del Jamovi 2.3.28, según sea el caso, los resultados serán estudiados y examinados estadísticamente, para realizar la contrastación de cada una de las hipótesis y estudios adicionales en relación a la investigación a realizar, cuyos resultados serán presentados en tablas, para su respectiva interpretación metodológica y temática.

2.5. Aspectos éticos

El presente estudio, se ha realizado seguimiento y respetando las disposiciones y normativas de la Universidad de San Martín de Porres así como, el código ético, fundamentándose en los principios del respeto de la dignidad humana referido en el artículo 5, ya que en esta investigación no existirá discriminación de ninguna aptitud, así mismo con otro de los principios éticos como es la Honestidad, integridad y cumplimiento de compromiso ubicado en el artículo 7, por el cual en esta investigación se logrará de una manera íntegra e honrada sin aceptar resultados que alteren dicha investigación y por ultimo compromiso la presente investigación será un gran aporte para el país para informar a Psicólogos u otros profesionales con intereses en la problemática presentada.

También se han elaborado los siguientes criterios según el Código de Ética y

Normas de conducta (APA, 2002) y Código de ética y Deontología Del Colegio De Psicólogos Del Perú (2017):

1. Acta de consentimiento, donde se explican los objetivos de la observación, y registra la participación voluntaria mediante la firma.
2. Se emplearon instrumentos validados, con la seguridad de que se logre presentar los constructos que se midieron mediante las inferencias realizadas.
3. El recojo de información se desarrolló de manera objetiva y veraz para su respectivo análisis.
4. Se comunicó a los estudiantes acerca de la confidencialidad y uso de la información y se obtuvo la autorización de los padres. como de los estudiantes
5. Responsabilidad y compromiso para el desarrollo del estudio.
6. Se cuidó de ejercer las funciones del investigador para encontrar resultados en la evaluación.
7. Se consideró la confidencialidad y el anonimato en las pruebas de los participantes, así como la confidencialidad y uso adecuado de los marcos de citas estudiados por otros autores.

2.6. Análisis de Datos

En el análisis de datos se aplicó la prueba de Kolmogórov-Smirnov para ver la normalidad de las variables adicción a las redes sociales y ansiedad social. Ambas variables no presentaron normalidad ($P_valor < 0.05$), por lo que se procedió usar el coeficiente Rho de Spearman, como técnica que busca asociar dos variables; se consideró significatividad correlacional cuando $p < 0.00$. Según Hernández, Fernández y Baptista (2014) indicaron que valores de correlación: “ 0 = nulo; +/- .01 a .19 = muy baja; +/- .20 a .39 = baja; +/- .40 a .69 = moderada; +/- .70 a .89 = alta;

+/- .90 a .99 = muy alta; +/- 1= perfecta”. Así mismo, para el procesamiento estadístico se empleó el software IBM SPSS 25 (*Statistical Package for the Social Sciences*); a su vez para el reporte numérico, y redacción, se ha considerado los criterios que recomienda Frías-Navarro, D. (2020), según lineamientos de la 7ª edición Manual de Publicación APA (American Psychological Association), y el Manual FCCTP. Universidad de San Martín de Porres. 2021. Finalmente los resultados se expresaron en tablas y figuras estadísticas para un mayor entendimiento del comportamiento de las variables.

CAPÍTULO III: RESULTADOS

3.1 Análisis Correlacional

Tabla 4

Relación entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad social en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N, Lambayeque - 2024

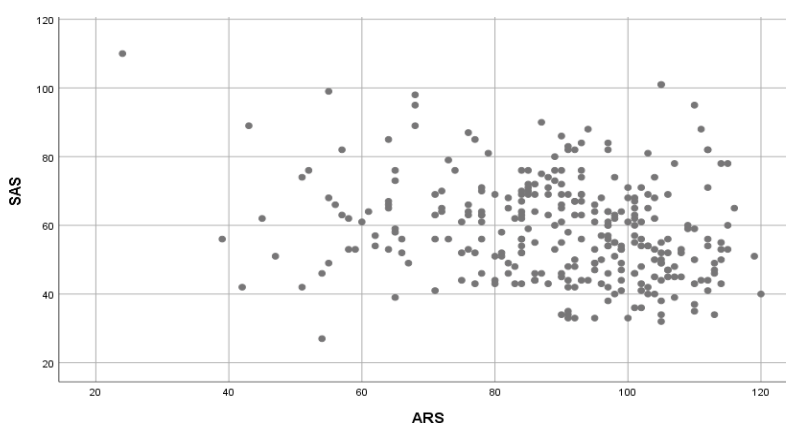
			Ansiedad social
Rho de Spearman	Adicción a las redes sociales	Coefficiente de correlación	-.224**
		Sig. (bilateral)	.000

Nota. La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

En la Tabla N°4 se aprecia que la adicción a las redes sociales y la ansiedad social presenta una correlación baja y negativa, se halló un coeficiente Rho de Spearman de $-.224$ ($\text{Sig.} = .000 < 0.5$), lo cual podemos decir que a mayor adicción a las redes sociales, la ansiedad social tiende a ser baja y a menor adicción a las redes sociales, la ansiedad social tiende a ser mayor.

Figura 1 :

Dispersión de Puntos entre Adicción a Redes sociales y Ansiedad Social



Nota. Elaboración propia

Tabla 5

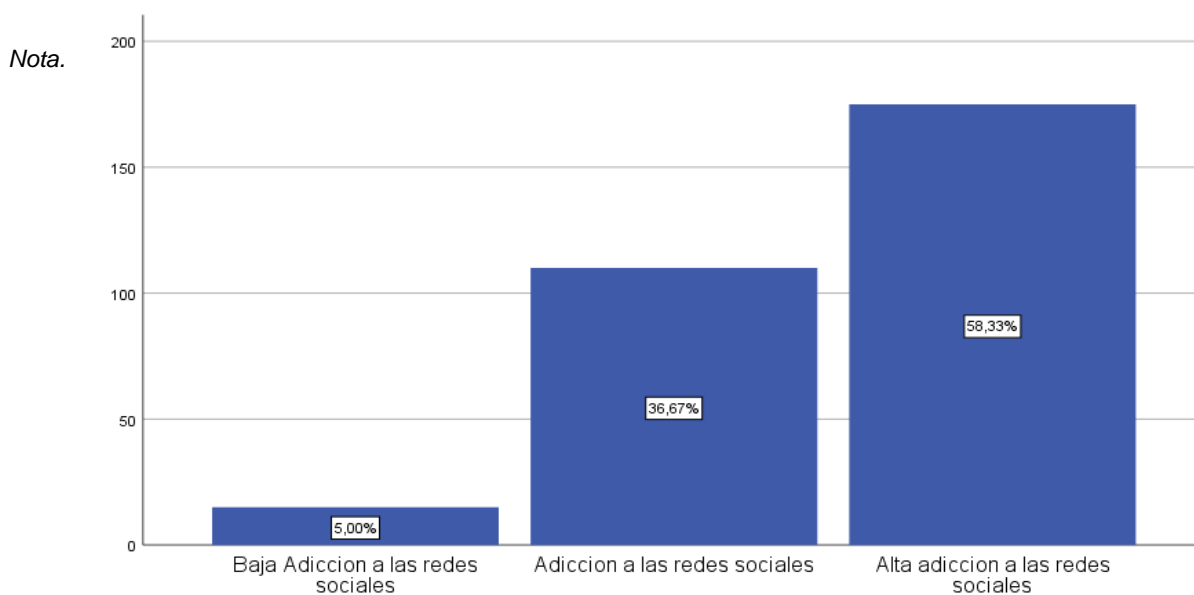
Niveles de adicción a las redes sociales en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N, Lambayeque - 2024

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido
Baja Adicción a las redes sociales	15	5,0	5,0
Adicción a las redes sociales	110	36,7	36,7
Alta adicción a las redes sociales	175	58,3	58,3

Nota. Los resultados corresponden a una muestra de estudiantes de secundaria de una I.E.N, Lambayeque – 2024

Figura 4 :

Niveles de adicción a las redes sociales en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N, Lambayeque - 2024.



Elaboración propia

Tal como se puede apreciar en la tabla N°5 o figura 2, el nivel de adicción a las redes sociales es alto, represento el 58,3% (173) respecto al total, el 36,6% (110) están en un nivel medio y el 5% (15) no posee adicción. Según los resultados los estudiantes tienden a tener un alto nivel de adicción a las redes sociales.

Tabla 6

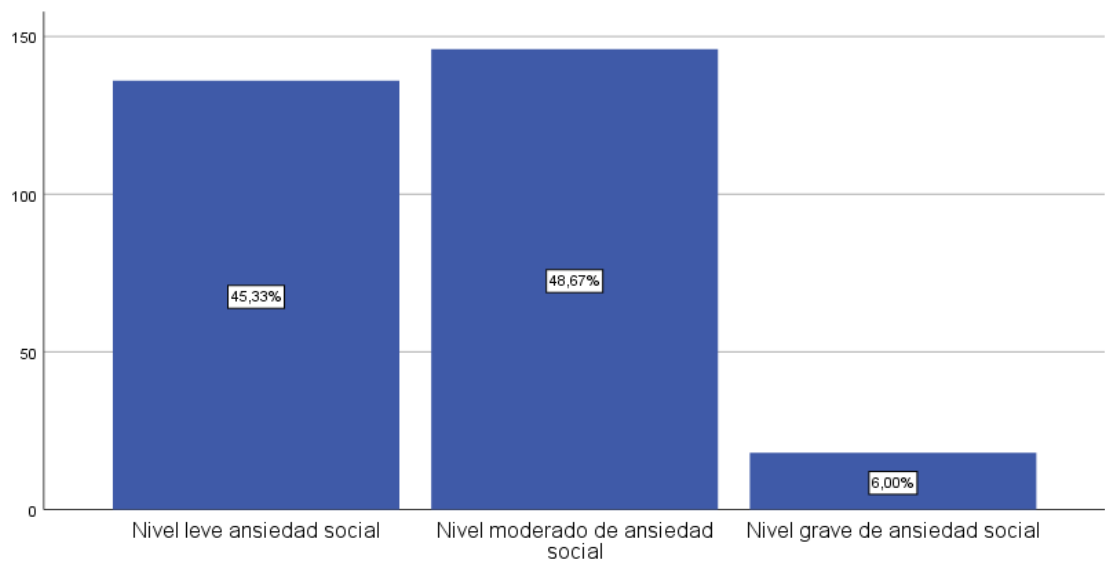
Niveles de ansiedad social en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N, Lambayeque - 2024

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido
Baja ansiedad social	136	45,3	45,3
Ansiedad social	146	48,7	48,7
Alta ansiedad social	18	6,0	6,0

Nota. Los resultados corresponden a una muestra de estudiantes de secundaria de una I.E.N, Lambayeque – 2024

Figura 7:

Relación del nivel de ansiedad social en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N, Lambayeque - 2024.



Nota. Elaboración propia

Tal como se puede apreciar en la tabla N°6 o figura 3, el nivel de ansiedad social en los adolescentes es moderado, se tiene 48,8% (146) de estudiantes en este nivel, por otra parte, el 45,3% (136) está en una categoría baja y el 6% (18) tiene un alto nivel de ansiedad. Según los resultados los estudiantes tienden a tener un nivel moderado a la ansiedad social.

Tabla 7

Relación entre adicción a las redes sociales con la dimensión miedo a la evaluación negativa en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N, Lambayeque - 2024

		Miedo a la evaluación negativa	
Rho de Spearman	Adicción a las redes sociales	Coeficiente de correlación	-.262**
		Sig. (bilateral)	.000

Nota. La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

En la Tabla N°7 se aprecia en la adicción a las redes sociales con la dimensión miedo a la evaluación negativa presenta una correlación baja y negativa, se encontró un coeficiente Rho de Spearman de -0.262 ($\text{Sig.} = .000 < 0.5$), lo cual podemos decir que a mayor adicción con el miedo a la evaluación negativa tiende a ser baja y a mayor adicción con el miedo a la evaluación negativa tiende a ser mayor.

Tabla 8

Relación entre adicción a las redes sociales con la dimensión a la ansiedad y evitación social ante extraños en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N, Lambayeque - 2024.

		La ansiedad y evitación social ante extraños	
Rho de Spearman	Adicción a las redes sociales	Coeficiente de correlación	-.206**
		Sig. (bilateral)	.000

Nota. La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

De acuerdo a la tabla N°8 se visualiza que la adicción a las redes sociales con la dimensión a la ansiedad y evitación social presenta una correlación baja y negativa, se halló un coeficiente Rho de Spearman de $-.206$ ($\text{Sig.}=.000 < 0.5$), lo cual podemos decir que a mayor adicción con la ansiedad y evitación social tiende a ser baja y a mayor adicción con la ansiedad y evitación social tiende a ser mayor.

Tabla 9

Relación entre adicción a las redes sociales con la dimensión a la ansiedad y evitación social ante situaciones sociales en general en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N, Lambayeque - 2024

		Ansiedad y evitación social ante situaciones sociales en general
Rho de Spearman	Adicción a las redes sociales	Coeficiente de correlación Sig. (bilateral)
		$-.213^{**}$.000

Nota. La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

De acuerdo a la tabla N°9 se visualiza que en la adicción a las redes sociales con ansiedad y evitación social ante situaciones sociales en general presenta una correlación baja y negativa, posee un coeficiente Rho de Spearman de $-.213$ ($\text{Sig.}=.000 < 0.5$), lo cual podemos decir que a mayor adicción a las redes sociales con ansiedad y evitación social ante situaciones sociales en general tiende a ser baja y a mayor adicción con ansiedad y evitación social ante situaciones sociales en general tiende a ser mayor.

Contraste de Hipótesis

H₀: La adicción a las redes sociales y la ansiedad social no presenta una relación significativa y positiva en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N de Lambayeque, 2024.

H_a: La adicción a las redes sociales y la ansiedad social presenta una relación significativa y positiva en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N de Lambayeque, 2024.

Nivel de significancia: $\alpha=0.05$

Estadística de Prueba: $Z_i = r_i * \sqrt{n - 1}$

$$Z_i = -0.224 * \sqrt{300 - 1} = -3.87$$

Regla decisión: P-valor= 0.000 < 0.05, se rechaza la hipótesis nula (H₀) a nivel de significancia 0.05 (ver P-valor Tabla 4)

Conclusión: Los resultados del contraste de hipótesis nos conlleva a sostener que la adicción a las redes sociales y la ansiedad social presenta una relación significativa y positiva en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N de Lambayeque, 2024.

H₀: La adicción a las redes sociales y la dimensión miedo a la evaluación negativa no presenta una relación significativa y positiva en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N de Lambayeque – 2024.

H_a: La adicción a las redes sociales y la dimensión miedo a la evaluación negativa presenta una relación significativa y positiva en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N de Lambayeque – 2024.

Nivel de significancia: $\alpha=0.05$

Estadística de Prueba: : $Z_i = r_i * \sqrt{n - 1}$

$$Z_i = -0.262 * \sqrt{300 - 1} = -4.53$$

Regla decisión: P-valor= 0.000 < 0.05, se rechaza la hipótesis nula (H0) a nivel de significancia 0.05 (ver P-valor Tabla 7)

Conclusión: Los resultados del contraste de hipótesis nos conlleva a sostener que la adicción a las redes sociales y la dimensión miedo a la evaluación negativa presenta una relación significativa y negativa en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N de Lambayeque, 2024.

H0: La adicción a las redes sociales y la dimensión evitación social ante extraños no presenta una relación significativa y positiva en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N de Lambayeque – 2024.

Ha: La adicción a las redes sociales y la dimensión evitación social ante extraños presenta una relación significativa y positiva en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N de Lambayeque – 2024.

Nivel de significancia: $\alpha = 0.05$

Estadística de Prueba: : $Z_i = r_i * \sqrt{n - 1}$

$$Z_i = -0.206 * \sqrt{300 - 1} = -3.56$$

Regla decisión: P-valor= 0.000 < 0.05, se rechaza la hipótesis nula (H0) a nivel de significancia 0.05 (ver P-valor Tabla 8)

Conclusión: Los resultados del contraste de hipótesis nos conlleva a sostener que la adicción a las redes sociales y la dimensión evitación social ante extraños presenta una relación significativa y negativa en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N de Lambayeque, 2024.

H0: La adicción a las redes sociales y la dimensión evitación social ante situaciones sociales en general no presenta una relación significativa y positiva en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N de Lambayeque – 2024.

Ha: La adicción a las redes sociales y la dimensión evitación social ante situaciones sociales en general presenta una relación significativa y positiva en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N de Lambayeque – 2024.

Nivel de significancia: $\alpha=0.05$

Estadística de Prueba: : $Z_i = r_i \cdot \sqrt{n - 1}$

$$Z_i = -0.213 \cdot \sqrt{300 - 1} = -3.68$$

Regla decisión: P-valor= 0.000<0.05, se rechaza la hipótesis nula (H0) a nivel de significancia 0.05 (ver P-valor Tabla 9)

Conclusión: Los resultados del contraste de hipótesis nos conlleva a sostener que la adicción a las redes sociales y la dimensión evitación social ante situaciones sociales en general presenta una relación significativa y negativa en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N de Lambayeque, 2024.

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN

El presente trabajo de investigación es de carácter correlacional simple, donde se examinó la relación que existe entre adicción a las redes sociales y ansiedad social en adolescentes de un colegio de Lambayeque, 2024.

De acuerdo al objetivo general, se determinó que se encontró correlación directa negativa entre las variables de adicción a las redes sociales y ansiedad social, por lo que se acepta la hipótesis general. Esto se da debido a que la ansiedad social no solo es generada por la adicción a las redes sociales, sino que existen diversos factores que influyen en este tipo de ansiedad, tal como ha sido señalado por Alcaccio (2012), que hace referencia a los factores influyentes en la ansiedad social, así también Sierra et al. (2006) el cual hace mención de los factores genéticos, sociales y psicológicos, por otro lado Padilla y ortega (2017) indican que no solo esta adicción se encuentra relacionada con la ansiedad si no también con el bajo rendimiento y cambio de comportamiento en los escolares.

Conforme al objetivo específico 1, es aceptada, y sumamente alarmante debido que, existe una relación alta en el nivel de adicción a las redes sociales en los adolescentes. Este resultado concuerda con algunos estudios, Belçaguy et al. (2015) el menciona que los principales trastornos psicológicos se encuentran íntimamente ligado al manejo de las redes sociales, así también el INEI (2020) ha señalado que existe una tendencia en los jóvenes por la comunicación virtual generando un aumento en su consumo del 56% en dicha población. Por su parte, Estrada, et al. (2021) en su indagación de 102 escolares halló que más del 50% de los jóvenes poseen una adicción al internet, generando niveles bajos en la interacción social.

En cuanto al objetivo específico 2, es aceptada debido a que existe un nivel

moderado en la ansiedad social en los jóvenes, este resultado se da debido a que los adolescentes por su desarrollo son pasibles de generarse ciertos temores, miedos, dudas. Por su parte, Vera y López (2021), establece que el empleo de las redes sociales es una respuesta a la exclusión social y genera ansiedad en la persona al momento de relacionarse, el exceso de información adquirida por los medios y el bajo nivel de comunicación social lleva a que el adolescente desee experimentar (Varona y Hermosa, 2020). Así también Varchetta et al. (2020) en una población de 306 alumnos de 18 a 30 años de la Universidad “La Sapienza” de Roma, Italia, menciona que las redes sociales permiten que las personas construyan su yo social detrás de un monitor, pero hace que el joven pierda su propia identidad, por su parte Harfuch et al. (2010) indica que las personas que tienen mayor adicción al Facebook como red social y poseen ansiedad. Por otro lado, la ansiedad no solo es dado por un solo factor determinante (Sierra et al., 2006), tal como ha sido indicado por Gustavo y Gallegos (2020), en una población de 200 alumnos, la. más aún en la adolescencia debido a que es en esta etapa donde hacen mención que en la experimentan diversos cambios que afectan a nivel emocional (Beck, et al., 2005).

En el objetivo específico 3, se determinó que, si existe relación entre adicción a las redes sociales con miedo a la evaluación negativa, tal como ha sido señalado por Padilla y ortega (2017) que el uso de las redes sociales, genera timidez excesiva en el adolescente, por lo que Beck et al. (2005), que, al verse afectado el nivel emocional, nace como principal temor, el ser juzgados y burlados por terceros. Así mismo señala que el principal pensamiento irracional es el de no ser aceptados y ser rechazados socialmente (Beck et al., 2005). Respaldado por el estudio realizado por Estrada et al. (2021) en una población de 102 alumnos, así como también en

su estudio de Bulnes et al. (2018) en 376 alumnos muestra que el adolescente tiene temor a la crítica negativa.

En el objetivo específico 4, al analizar si existe relación significativa entre adicción a las redes sociales y la ansiedad y evitación social ante extraños, se puede precisar que si existe relación debido a que la persona pierde el control en el uso de las redes Ecurra y Salas (2014), y a su vez que procuran no salir con otras personas debido a que el internet les posibilita contactar con muchas personas sin hacer el mínimo contacto visual Torrente y col (2014), por otra parte, este uso genera bajo desarrollo de las habilidades sociales (Echeburúa y De Corral 2010) así como también dificultad para relacionarse (Navarro y Rueda, 2007). Por otro lado, Rodríguez y Pérez (2020) en una población compuesta por 49 educandos de ambos sexos de educación secundaria de la tembladera Perú estableció que el uso excesivo de las redes genera ansiedad y pobres relaciones sociales.

En el objetivo específico 5, se puede señalar que, si existe relación entre adicción a las redes sociales y la ansiedad y evitación general, Rojas, et al. (2018), en su investigación cualitativa indica que los adolescentes buscan la seguridad por lo que evitan de forma total ser activos socialmente, así también Becerra (2021) en 252 identificó, escasas habilidades sociales, baja regulación emocional, así como también el proceder evitativo. Por otro lado, Estrada et al. (2021) en 102 indica que a adicción al internet genera bajos niveles de interacción social. Tal como ha sido definido en DSM V (2018), la ansiedad social es el temor, intenso al estar en reuniones o ámbitos sociales, evitación persistente y deterioro social, por lo que los jóvenes buscan nuevas satisfacciones siendo las redes una de ellas (Vera y López, 2021), así también, como el poco afrontamiento a las dificultades, cotidianas, y déficit de habilidades para relacionarse, genera el aislamiento (Moral y Suarez,

2016). El adolescente al privarse de pasar tiempo de calidad con sus familiares y amigos para sustituirlo por una red social, genera dificultades para relacionarse y otros trastornos (Navarro y Rueda, 2007).

CONCLUSIONES

A continuación, se concluye:

1. A nivel general, se observa una relación entre Adicción a las redes sociales y ansiedad social porque se determinó que existe correlación directa negativa entre las variables de adicción a las redes sociales y ansiedad social, por lo que se acepta la hipótesis general.
2. Se encontró un nivel alto de adicción a las redes sociales en la población materia de estudio ya que el nivel de adicción a las redes sociales es alto de los 300 encuestados el 58,3% posee una adicción, el 36,6% está en un nivel medio y el 5% no posee adicción.
3. Se halló un nivel moderado de ansiedad social en la población materia de estudio ya que el 48,8% de la población encuestada posee ansiedad social, el 45,3% está en una categoría baja y el 6% tiene un alto nivel de ansiedad.
4. Se mostró que si existe relación entre las redes sociales con miedo a la evaluación negativa en adolescentes debido a un nivel muy significativo de 0.01, por lo que se aceptó la hipótesis nula y rechaza la hipótesis alterna.
5. Se demostró que existe relación entre adicción a las redes sociales con la ansiedad y evitación social ante extraños en adolescentes de acuerdo a la prueba de hipótesis se puede apreciar un nivel muy significativo de 0.01, por lo que se aceptó la hipótesis nula y rechaza la hipótesis alterna.
6. Se determino que existe relación entre adicción a las redes sociales con ansiedad y evitación social ante situaciones sociales ya que acuerdo a la prueba de hipótesis que se puede apreciar con un nivel muy significativo de 0.01, se aceptó la hipótesis nula y rechaza la hipótesis alterna.

RECOMENDACIONES

Después de realizar el análisis de los resultados obtenidos en la presente investigación, se realizan las siguientes recomendaciones.

- a. Se sugiere que futuras investigaciones realicen la misma investigación con las variables de hábitos agresivos y el contexto familiar para cotejar con los hallazgos de la presente investigación.
- b. Se recomienda que en futuras investigaciones desarrollen test de medición de ansiedad social en adolescentes, con el objetivo de contar con un instrumento actualizado.
- c. Se sugiere a los jóvenes de psicología o a psicólogos que realicen campañas de prevención y promoción acerca de la adicción a las redes, para generar conciencia e información en los padres y jóvenes a cerca de esta nueva adicción.
- d. Es necesario la aplicación de programas preventivos por parte de los psicólogos y donde se brinde información y estrategias que permita conocer y controlar el uso desmedido de las redes sociales, internet y equipo electrónicos.

FUENTES DE INFORMACIÓN

- American Psychiatric Association. (2013). Diagnóstico y estadísticas del manual de desórdenes de la salud mental (5th ed.).
<https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>
- Arias, J. (2024). Estrategias de prevención para la adicción de videojuegos en adolescentes de una institución educativa de Chiclayo.
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/134352/Arias_AJS-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Bados, A. (2009). Fobia social. Universidad de Barcelona.
<https://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/6321/1/Fobia%20social.pdf>
- Barrera, N. A. y Reyes, J. L. (2020). Revisión literaria del trastorno de ansiedad un abordaje desde los enfoques de la psicología (Tesis de diplomado).
<https://repository.ucc.edu.co/entities/publication/701d3887-83ed-4d6d-8859-05aa696543f5>
- Barrón, M. y Mejía, C. (2021). Redes sociales y salud mental: vivencias digitales de alumnos de la FES-I UNAM. *10(19)* 29-42.
<http://dx.doi.org/10.22201/fesi.23958979e.2021.10.19.78044>
- Bautista, J., Velazco, B., Estrada, E., Córdova, L., y Ascona, P. (2023). Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en adolescentes de educación básica regular. *Revista Universidad y Sociedad*, *15(3)*, 509-517.
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2218-36202023000300509&lng=es&tlng=es.
- Becerra, J. (2021). Modelo Predictivo De La Conducta Adictiva A Redes Sociales: Impulsividad, Regulación Emocional Y Ansiedad Social. [Tesis de Maestría,

- Universidad Autónoma De Nuevo León, Facultad de Psicología. México, México]. <http://eprints.uanl.mx/22425/1/1080314935.pdf>
- Bernete, F. (2010). Usos de las TIC, Relaciones sociales y cambios en la socialización de las y los jóvenes. *Revista de Estudios de Juventud*, 10(1), 97- 114. <http://www.injuve.es/sites/default/files/RJ88-08.pdf>
- Burga, J., Fernandes, Mercy., Llanca, L., Tafur, D., Vera, Paul y Diaz, C (2015) Nivel de satisfacción con la vida personal y riesgo de adicción a Facebook en estudiantes de instituciones educativas en una región del Perú. *Revista Hispano Científica de la salud* 1(2) 87-93 <https://www.uhsalud.com/index.php/revhispano/article/view/55/18>
- Bulnes, M., Álvarez, C y Morales, C (2018). Ansiedad social y regulación emocional en adolescentes de lima metropolitana con y sin presencia de síntomas somáticos. *Revista temáticas psicológicas- UNIFE* 14(1) 51-68. <https://revistas.unife.edu.pe/index.php/tematicapsicologica/article/view/1810>
- Caro, M. (2017). Adicciones tecnológicas: ¿Enfermedad o conducta adaptativa? *MediSur*, 15(2), 251-260. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-897X2017000200014
- Davis, A. (2001). Un modelo cognitivo-conductual del uso patológico de Internet. *Computers in Human Behavior*, 17(2), 187-195. [https://doi.org/10.1016/S0747-5632\(00\)00041-8](https://doi.org/10.1016/S0747-5632(00)00041-8).
- Del Barrio, Á y Ruiz, I. (2014). LOS ADOLESCENTES Y EL USO DE LAS REDES SOCIALES. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 3(1), 571-576. <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349851785056.pdf>

- Echeburúa, E., y de Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto Adicciones. *Adicciones*, 22(2) 2010, 91-95.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=289122889001>
- Echeburúa, E., y Requesens, A. (2012). *Adicciones a las redes sociales y nuevas tecnologías en niños y adolescentes*. Ed. Pirámide.
<http://omextad.salud.gob.mx/contenidos/investigaciones/Guiaparaeducadores.pdf>
- Estrada E. y Gallegos, N. (2020). Funcionamiento familiar y adicción a redes sociales en estudiantes de educación secundaria de Puerto Maldonado. *Revista San Gregorio*. <https://bit.ly/4aFm9Ly>
- Estrada E, Zuloaga M, Gallegos, N. y Mamani, H. (2021). Adicción a internet y habilidades sociales en adolescentes peruanos de educación secundaria. *Revistas Redalyc*, 40(1), 74-80,
<https://www.redalyc.org/journal/559/55971233014/html/>
- Frías, D. (2020). Herramientas para la redacción del informe de investigación. 7ª edición del Manual de Publicación APA (American Psychological Association).
<http://www.uv.es/friasnav/EscribirnumerosFormatoAPA.pdf>
- Goya, L. (2024). Funcionalidad familiar y adicción a las redes sociales en estudiantes de una Institución educativa de Huánuco,2023.
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/137970>
- Gómez, O.,Zea, R.,Ortega, R., Y Romera, E(2020) Percepción y Motivación Social: Elementos Predictores de la Ansiedad y el Ajuste Social en Adolescentes. 26(1) 49-55
<https://redined.educacion.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/197863/Gomez.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Grados, S. (2021). Clima social familiar y ansiedad social en adolescentes de la ciudad de Chiclayo, 2020.
http://200.121.226.32:8080/bitstream/handle/20.500.12840/4783/Sarita_Tesis_Maestro_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Greenfield, D (2009). Tratamiento psicológico de la adicción a Internet y a las nuevas tecnologías. *Science*, 323(5910), 69-71.
<https://www.science.org/doi/abs/10.1126/science.1167190>
- Harfuch, H., Murguía, P., Lever, P., y Andrade, Z. (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://www.redalyc.org/articulo.oa?id=133915936002>
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2014). Metodología de la Investigación. México. Mc Graw Hill Interamericana. <https://www.esup.edu.pe/wp-content/uploads/2020/12/2.%20Hernandez,%20Fernandez%20y%20Baptista-Metodolog%C3%ADa%20Investigacion%20Cientifica%206ta%20ed.pdf>
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2017). Principales indicadores macroeconómicos, líneas de servicio con conexión al servicio de internet móvil.
<https://www.inei.gob.pe/estadisticas/indice-tematico/economia/>
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2020). El 40,1% de los hogares del país tuvo acceso a Internet en el primer trimestre del 2020.
<https://www.inei.gob.pe/prensa/noticias/el-401-de-los-hogares-del-pais-tuvo-acceso-a-internet-en-el-primer-trimestre-del-2020-12272/>
- Instituto Nacional de Salud Mental (INSM). (2017). Trastorno de ansiedad social: Más allá de la simple timidez. Recuperado de <https://www.nimh.nih.gov/health/publications/espanol/trastorno-de-ansiedad->

social-mas-alla-de-la-simple-timidez

- Kuss D.J y Griffiths M,D.(2011). Las redes sociales en línea y la adicción: una revisión de la literatura psicológica. 8 (9): 3528-52.
<https://www.yourbrainonporn.com/es/relevant-research-and-articles-about-the-studies/internet-video-game-addiction/online-social-networking-and-addiction-a-review-of-the-psychological-literature-2011/>
- Kuss, D. J., Griffiths, M. D., & Pontes, H. M. (2017). Chaos and confusion in DSM-5 diagnosis of Internet Gaming Disorder: Issues, concerns, and recommendations for clarity in the field. *Journal of Behavioral Addictions*, 6(2), 103-109. <https://doi.org/10.1556/2006.5.2016.062>
- La Rosa, S. (2023). Jóvenes estudiantes en riesgo: un informe cuantitativo sobre cómo la adicción a redes sociales puede relacionarse con la ansiedad estado rasgo en estudiantes de educación superior. *Tierra Nueva*, 17(2), 159-170. <https://doi.org/10.21704/rtn.v17i2.2037>
- Luzía, J. (2015). Ansiedad social en adolescentes en las regiones del sudeste y sur de Brasil: prevalencia, sesgo atencional e intervenciones sociales (Tesis doctoral). Recuperado de <http://hdl.handle.net/10366/128373>
- Jasso J, López F y Díaz R (2017). Conducta adictiva a las redes sociales y su relación con el uso problemático del móvil Conducta adictiva a las redes sociales y su relación con el uso problemático del teléfono móvil. *Revista sciencedirect* 7 (3) 2832-2838.
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2007471917300546>
- Manual Diagnóstico y Estadístico de Trastornos Mentales. (2018). *Editorial Médica Panamericana* 1(5) 189-195.
<https://www.bibliopsi.org/docs/guia/DSM%20V.pdf>

- Miranda, E., Tubay, M., Plaza A y Landín, H., (2016). Redes sociales y la construcción social del yo en los adolescentes de una institución educativa. 4 (52-57).
<https://uctunexpo.autanabooks.com/index.php/uct/article/view/6>
- Mohanna, G., y Romero, D. (2019). *Adicción a las Redes Sociales y Ansiedad en estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana*. [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma del Perú, Facultad de Psicología. Lima, Perú].
<https://bit.ly/3kib0c1>
- Moral, M., y Suárez, C. (2016). Factores de riesgo en el uso problemático de Internet y del teléfono móvil en adolescentes españoles. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 7(2), 69-78.
<https://www.redalyc.org/pdf/2451/245145815004.pdf>
- Mutualidad de Seguros de la Agrupación de Fincas Rústicas de España. (2012). Controla tu red. Guía para el profesorado Educación Primaria.
<https://www.mapfre.com.pe/media/ControlaTuRed-primariaPeru-Web.pdf>
- Navarro, A. y Rueda, G. (2007). Adicción a Internet: revisión crítica de la literatura. *Revista Colombiana de Psiquiatría*. 36(4) 691-700.
<https://www.redalyc.org/pdf/806/80636409.pdf>
- Paredes, G. (2023). Adicción a las redes sociales y la agresividad en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa, Chiclayo - 2022.
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/107547/Paredes_CGA-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Padilla, C., y Ortega, J. (2017). Adicción a las redes sociales y sintomatología depresiva en universitarios. *CASUS. Revista De Investigación Y Casos En Salud*, 2(1), 47-53. <https://doi.org/10.35626/casus.1.2017.31>

- Pérez, A. (2019). Ansiedad escolar y su relación con variables psicoeducativas y de personalidad (Tesis doctoral). Recuperado de <http://hdl.handle.net/10045/103048>
- Ramos, C., Jadán, J., Paredes- L., Bolaños, M., y Gómez, A. (2017). Procrastinación, adicción al internet y rendimiento académico de estudiantes universitarios ecuatorianos. *Estudios Pedagógicos*, XLIII(3), 275-289. <https://www.redalyc.org/pdf/1735/173554750016.pdf> .
- Rial, A., Golpe, S., Gómez, P. y Barreiro, C. (2015). Variables asociadas al uso problemático de Internet entre adolescentes. *Health and Addictions*. 15(1) 25-38. <http://dx.doi.org/10.21134/haaj.v15i1.223>
- Rodríguez, V., y Pérez, P. (2020). NIVELES DE ANSIEDAD SOCIAL EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE TEMBLADERA EN PERÚ. *revista Científica pistemia*, 4(1). <https://doi.org/10.26495/re.v4i1.1312>
- Rojas, C., Henríquez, F., Sanhueza, F., Núñez, P., Inostroza, E., Solís, A., Contreras D (2018). Adicción a Internet y uso de redes sociales en adolescentes: una revisión. *Revista Española de Drogodependencia*, 43 (4). 40- 54. https://www.researchgate.net/publication/329844658_Adiccion_a_Internet_y_uso_de_redes_sociales_en_adolescentes_una_revision
- Saravia, M., Cazorla, P., y Cedillo, L. (2020). Nivel de ansiedad de estudiantes de medicina de primer año de una universidad privada del Perú en tiempos de COVID-19. *Revista de la Facultad de Medicina Humana*, 20(4), 568-573. <https://dx.doi.org/10.25176/rfmh.v20i4.3198> .
- Sierra, J.; Zubeidat, I., Fernández, A (2006) Factores asociados a la ansiedad y fobia social. *Rev. Mal-Estar Subj.* 6 (2). 472-517. <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S151861482006000200010&script=s>

ci_arttext&tlng=es.

- Torrente, E., Piqueras, A., Orgilés, M. y Espada J(2014)Asociación de la adicción a Internet con la ansiedad social y la falta de habilidades sociales en adolescentes españoles. *Terapia psicológica*. 32(3)175-184. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082014000300001>
- Urban, J., García, J., y Ingles, J. (2023). Perfiles de riesgo de ansiedad social para dificultades interpersonales en una muestra de adolescentes Españoles. 29 (2024) 9-18. <https://doi.org/10.1016/j.psicod.2023.11.003>
- Valdes, k., Monroy, I. y Moysén, A. (2022). Conducta Adictiva a Redes Sociales y al Teléfono Móvil: Ansiedad Social y Regulación Emocional. *Editorial CNEIP*. https://www.researchgate.net/profile/Karla-Valdes-Garcia/publication/375278888_1_Libro_CNEIP_25/links/654534b7b1398a779d59f43e/1-Libro-CNEIP-25.pdf#page=15
- Valladolid, A., Neyra, F., Hernández, O., Callupe, P., y Akintui, J. (2023). Adicción a redes sociales en estudiantes de una universidad nacional de Junín (Perú). *Región Científica*, 2(1), 202353. <https://doi.org/10.58763/rc202353>
- Vera, G., y López, C. (2021). La ansiedad y la depresión derivadas del abuso de las redes sociales: un análisis relacional. In *Memorias científicas del II Congreso en Salud Mental Digital*, 97. <https://www.cibersalud.es/la-ansiedad-y-la-depresion-derivadas-del-abuso-de-las-redes-sociales/>
- Varchetta, M., Frascetti, A., Mari, E. y Giannini, A. (2020). Adicción a redes sociales, Miedo a perderse experiencias (FOMO) y Vulnerabilidad en línea en estudiantes universitarios. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 14(1), e1087. <https://dx.doi.org/10.19083/ridu.2020.1187>

Vázquez, L. B. (2002). Adicciones y Nuevas Tecnologías. Ciberadicciones.

<https://bit.ly/46B2xGM>

Zavaleta, Sh (2018). Propiedades Psicométricas De La Escala De Ansiedad Social

En Adolescentes De Instituciones Públicas De Nuevo Chimbote. [Tesis De

Pregrado, Universidad Cesar Vallejo, Facultad De Psicología. Chimbote, Perú].

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/12561/zavaleta_

[dlcsh.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/12561/zavaleta_dlcsh.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

ANEXOS

ANEXO 1: Instrumentos

TEST	LINK	PROPIEDADES
<p>Cuestionario de Adicción a Redes sociales (ARS)</p>	<p>http://www.scielo.org.pe/pdf/iber/v20n1/a07v20n1.pdf</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Esta validado en Perú. • Mide el grado de adicción, Falta de control, obsesión y uso desmedido a las redes sociales.
<p>Escala de Ansiedad Social en Adolescente de 22 ítems (SAS-A).</p>	<p>https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/12561/zavaleta_dlcsh.pdf?sequence=1&isAllowed=y</p> <p>https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCVV_1d5ac66cd9d08e34d5aa3b216761bf0b</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Está validado en Perú. • Mide el grado de Miedo a la evaluación negativa, evitación social ante extraños o situaciones sociales nuevas y evitación social ante situaciones sociales en general

ANEXOS 2: Prueba De Normalidad

Prueba de normalidad de las variables Adicción a las redes sociales y Ansiedad social ansiedad en adolescentes del nivel secundario de una I.E.N, Lambayeque - 2024

Escala	Estadístico	gl	Sig.
Adicción a las redes (k-s)	.093	300	.000
Obsesión por las redes (k-s)	.130	300	.000
Falta de control en las redes sociales (k-s)	.093	300	.000
Uso excesivo en las redes (k-s)	.095	300	.000
Ansiedad social (k-s)	.0.73	300	.001
Miedo a la evaluación negativa (k-s)	.110	300	.000
Evitación social (k-s)	.109	300	.000
Evitación general	.119	300	.000

Nota: *Elaboración propia*

Se observa en los resultados de la tabla, la prueba de bondad de ajuste Kolmogorov- Smirnov (K-S), evidenció que la muestra estudiada no presenta una distribución normal en las variables de estudio ($p < 0.05$) por lo tanto, se aplicó el estadígrafo de Spearman.

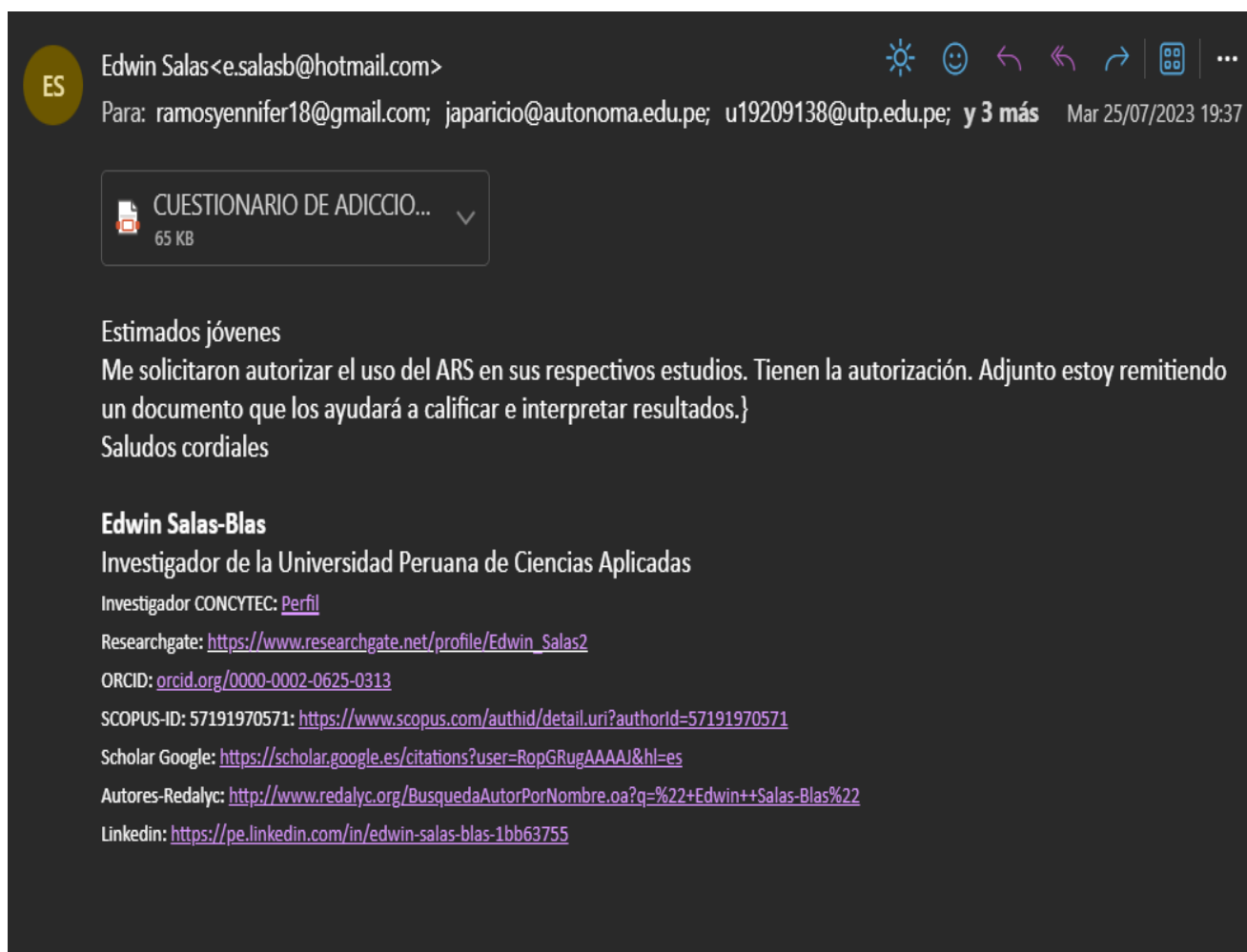
ANEXOS 3: PRUEBA DE HIPOTESIS CON RHO DE SPEARMAN

			SAS (Agrupada)	
Rho de Spearman	ARS (Agrupada)	Coefficiente de correlación	1,000	-,182**
		Sig. (bilateral)	.	,002

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

Se puede decir que el coeficiente de correlación Rho de Spearman es de -0.182 y de acuerdo al nivel de significancia que es menor 0,01, indica que si existe una relación entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad social.

ANEXO 4: Permiso para utilizar la Escala de Adicción a las Redes Sociales



The image shows a screenshot of an email interface. At the top left, there is a circular profile picture with the initials 'ES' and the name 'Edwin Salas' with the email address '<e.salasb@hotmail.com>'. To the right of the header are several icons: a sun, a smiley face, a left arrow, a double left arrow, a right arrow, a grid icon, and a three-dot menu icon. Below the header, the recipient list is shown: 'Para: ramosyennifer18@gmail.com; japaricio@autonoma.edu.pe; u19209138@utp.edu.pe; y 3 más' followed by the date and time 'Mar 25/07/2023 19:37'. A file attachment is visible, represented by a document icon, the text 'CUESTIONARIO DE ADICCIO...', and '65 KB'. The main body of the email contains the following text:

Estimados jóvenes
Me solicitaron autorizar el uso del ARS en sus respectivos estudios. Tienen la autorización. Adjunto estoy remitiendo un documento que los ayudará a calificar e interpretar resultados.}
Saludos cordiales

Edwin Salas-Blas
Investigador de la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas
Investigador CONCYTEC: [Perfil](#)
Researchgate: https://www.researchgate.net/profile/Edwin_Salas2
ORCID: orcid.org/0000-0002-0625-0313
SCOPUS-ID: 57191970571: <https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=57191970571>
Scholar Google: <https://scholar.google.es/citations?user=RopGRugAAAAJ&hl=es>
Autores-Redalyc: <http://www.redalyc.org/BusquedaAutorPorNombre.oo?q=%22+Edwin++Salas-Blas%22>
LinkedIn: <https://pe.linkedin.com/in/edwin-salas-blas-1bb63755>

ANEXO 5: Escala de Adicción a las Redes Sociales (ARS)

ARS

A continuación se presenta 24 ítem referidos al uso de las redes sociales, por favor conteste a todos ellos con sinceridad, no existe 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°	DESCRIPCIÓN	RESPUESTA				
		S	CS	AV	RV	N
1	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales.					
2	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.					
3	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.					
4	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.					
5	No sé que hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.					
6	Me pongo de mal humor si no puedo conectarme a las redes sociales.					
7	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.					
8	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.					
9	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.					
10	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.					
11	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.					
12	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.					
13	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.					
14	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.					
15	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.					
16	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.					
17	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.					
18	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono computadora.					
19	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.					
20	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.					

21	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.					
22	Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino 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 6: Escala de Ansiedad Social en Adolescente de 22 ítems (SAS-A).

Escala de Ansiedad Social para Adolescentes

(La Greca y López, 1998; traduc. Olivares, 2001)

Por favor, contesta cada una de las frases que te proponemos tan honestamente como puedas. Sólo se te pide tu valoración personal, la valoración del modo en el que percibes lo que se indica en la frase.

Usa la siguiente escala numérica para VALORAR como te refleja a ti lo que se indica en cada una de las frases que te proponemos:

1= Nunca // 2= Pocas Veces // 3= Algunas Veces // 4= Bastante Veces // 5= Siempre

Por ejemplo: Me gusta correr 1 2 3 4 5

Por favor, marca el número que mejor describe en que medida te ocurre a ti lo que se dice en cada una de las frases que se te proponen.

N°	ITEM	RESPUESTA				
		N	PC	AV	BV	S
1	Me preocupa hacer algo que nunca he hecho delante de los demás.					
2	Me gusta hacer cosas con mis compañeros.					
3	Me preocupa ser evaluado(a) por los demás.					
4	Me da vergüenza estar rodeado(a) de personas que no conozco.					
5	Solo hablo con personas que conozco bien.					
6	Creo que mis compañeros(as) hablan de mí a mis espaldas.					
7	Me gusta leer.					
8	Me preocupa lo que los demás piensen de mí.					
9	Pienso que lo que voy hacer no le gustara a los demás.					
10	Me pone nervioso(a) hablar con gente de mi edad que no conozco bien.					
11	Me gustan los deportes.					
12	Me preocupa lo que los demás digan de mí.					
13	Me pongo nervioso cuando me presentan a personas desconocidas.					
14	Me preocupa no gustarle a los demás.					
15	Me quedo callado(a) cuando estoy con/en un grupo de personas.					
16	Me gusta hacer cosas solo.					
17	Pienso que los demás se burlan de mí.					
18	Me preocupa que mi opinión no guste a los demás cuando debatimos.					
19	Me da miedo pedir a los demás que hagan cosas conmigo por si me dicen que no.					
20	Me pongo nervioso cuando estoy con otras personas.					
21	Siento vergüenza incluso cuando estoy con gente que conozco bien.					
22	Me cuesta trabajo pedir a los demás que hagan cosas conmigo.					

ANEXO 7: Certificado de Validez de contenido Escala de Adicción a Redes Sociales (Experto 1).

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO

"ESCALA DE ADICCIÓN A REDES SOCIALES"

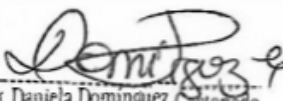
Apellidos y nombres del juez validador:

Observaciones:

Ninguna

Opinión de aplicabilidad: Aplicable Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Conclusión: *El cuestionario cumple con los criterios para evaluar la variable.*


Mg. Daniela Dominguez Castañeda
PSICÓLOGA
C.Ps.P. 31160

Firma del evaluador

Número de Coleg.: *31160*

ANEXO 8: Certificado de Validez de contenido. Escala de Ansiedad Social en Adolescente de 22 ítems (SAS-S) (Experto 1).

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO

"Escala de Ansiedad Social en Adolescente de 22 ítems (SAS-S)."

Apellidos y nombres del juez validador:

Observaciones:

Opinión de aplicabilidad: Aplicable Aplicable después de corregir [] No aplicable
[]

Conclusión: *El cuestionario cuenta con los criterios pertinentes para evaluar lo solicitado.*


Mg. Daniela Domínguez Castañeda
PSICOLOGA
C.Ps.P. 31160

Firma del evaluador
Número de Coleg.: 31160

ANEXO 9: Certificado de Validez de contenido Escala de Adicción a Redes Sociales (Experto 2).

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO

"ESCALA DE ADICCIÓN A REDES SOCIALES"

Apellidos y nombres del juez validador:

Bances Tuñoque Deysi Jackelinne

Observaciones:

Opinión de aplicabilidad: Aplicable Aplicable después de corregir No aplicable

Conclusión: _____


U.c. Deysi Jackelinne Bances Tuñoque
PSICÓLOGA
Ψ C.Ps.P. N° 34259

Firma del evaluador
Número de Coleg.: 34259

ANEXO 10: Certificado de Validez de contenido. Escala de Ansiedad Social en Adolescente de 22 ítems (SAS-S) (Experto 2).

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO

"Escala de Ansiedad Social en Adolescente de 22 ítems (SAS-S)."


Apellidos y nombres del juez validador:

Bances Tuñoque Deysi Jackeline

Observaciones:

Opinión de aplicabilidad: Aplicable Aplicable después de corregir No aplicable
[]

Conclusión: _____


Lic. Deysi Jackeline Bances Tuñoque
PSICÓLOGA
C.F.S.P. N° 34259

Firma del evaluador
Número de Coleg.: 34259

ANEXO 11: Certificado de Validez de contenido Escala de Adicción a Redes Sociales (Experto 3).

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO

"ESCALA DE ADICCIÓN A REDES SOCIALES"

Apellidos y nombres del juez validador: MENDOZA TORRES BENITO TOMÁS

Observaciones:

- Propuesta pertinente y adecuada de esta escala.
- El vocabulario es apropiado para la población adolescente.
- Son variables con mucho acierto en nuestro contexto escolar.

Opinión de aplicabilidad: Aplicable Aplicable después de corregir No aplicable

Conclusión: La "Escala de adicción a redes sociales" es una buena propuesta, basada en lo que se observa en la población escolar adolescente.




Firma del evaluador

Número de Coleg.: 13462

ANEXO 12: Certificado de Validez de contenido. Escala de Ansiedad Social en Adolescente de 22 ítems (SAS-S) (Experto 3).

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO

“Escala de Ansiedad Social en Adolescente de 22 ítems (SAS-S).”

Apellidos y nombres del juez validador: MENDOZA TORRES BENITO TOMÁS

Observaciones:

- Propuesta pertinente y adecuada a esta escala.
- El vocabulario es apropiado para la población adolescente.
- Variable con mucho acierto en nuestro contexto escolar.

Opinión de aplicabilidad: Aplicable Aplicable después de corregir No aplicable

Conclusión: La "Escala de ansiedad social en adolescente" es una buena propuesta, basada en lo que se observa en la población escolar adolescente.



Benito Tomás Méndez Torre
PSICOLOGO
C. Ps. P 13462

Firma del evaluador

Número de Coleg.: 13462