

# Prevalencia de la Nomofobia en Adolescentes de Instituciones Educativas Públicas del Distrito de Paucarpata, 2023

*por* JHESSICA LENNY CHANCOLLA CHOQUE

---

**Fecha de entrega:** 01-dic-2025 11:08a. m. (UTC-0500)

**Identificador de la entrega:** 2832084574

**Nombre del archivo:** tesis\_2017147082\_2017147072\_20251201\_104145\_e657232a-5021-4b2c-9efa-a804532d4f0e.pdf (821.26K)

**Total de palabras:** 15099

**Total de caracteres:** 93371

**Universidad Católica de Santa María**  
**Facultad de Ciencias Sociales y Humanidades**  
**Escuela Profesional de Trabajo Social**



**Prevalencia de la Nomofobia en Adolescentes de Instituciones Educativas  
Públicas del Distrito de Paucarpata, 2023**

Autores:

**Chambi Paja, Mabel**  
**ORCID: 0009-0006-9431-4239**  
**Chancolla Choque, Jhessica Lenny**  
**ORCID: 0009-0005-2552-9423**

para optar el Título Profesional de Licenciada en Trabajo Social

Asesora:

**Mg. Vela Aquize, Rosa María**  
**ORCID: 0000-0002-1141-4503**

Arequipa - Perú  
2025

UCSM-ERP

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

TRABAJO SOCIAL

TITULACIÓN CON TESIS

DICTAMEN APROBACIÓN DE BORRADOR

Arequipa, 14 de Octubre del 2025

Dictamen: 011354-C-EPTS-2025

Visto el borrador del expediente 011354, presentado por:

2017147082 - CHANCOLLA CHOQUE JHESSICA LENNY

2017147072 - CHAMBI PAJA MABEL

Titulado:

PREVALENCIA DE LA NOMOFobia EN ADOLESCENTES DE INSTITUCIONES EDUCATIVAS  
PUBLICAS DEL DISTRITO DE PAUCARPATA, 2023

Nuestro dictamen es:

**APROBADO**

Título Profesional/Título de Segunda Especialidad/Grado Académico a optar:

**LICENCIADA EN TRABAJO SOCIAL**

40834713 - ORTEGA PAREDES GIANNY CAROL  
DICTAMINADOR



29425577 - PINTO POMAREDA HILDA LIZBETH  
DICTAMINADOR



29703818 - RODRIGUEZ PRIZALDA NANCY  
DICTAMINADOR



### **Agradecimientos**

A Dios todo poderoso, por su gran amor; que es mi fuerza y mi escudo; mi corazón en él confía; de él recibo ayuda. A las personas más importantes de mi vida, que son mis padres, que siempre han guiado mis pasos con ejemplo de sacrificio, honradez y trabajo quienes me apoyaron para cumplir esta meta. A mi amada hija Ariana, quien impulsa mi vida para alcanzar mis sueños y seguir adelante, siendo mi motivación entera. Finalmente, este logro es fruto de mi esfuerzo, a pesar de todo se pudo superar.

Chancolla Choque, Jhessica

A Dios por haberme dado vida y permitirme haber llegado hasta esta etapa de mi formación profesional; por darme fuerza, valor, paciencia, entendimiento por estar conmigo en cada paso que doy que son muestra de su amor infinito para conmigo. A mi madre que es el pilar de todas mis fortalezas, que con su ejemplo me ha enseñado a afrontar la vida y luchar por conseguir mis metas y por estar presente en mis momentos difíciles para sostenerme y motivarme siempre a seguir por mis ideales. A mi hijo Marchello quien estuvo conmigo en todo el proceso de mi formación profesional, acompañándome; motivándome con su amor.

Chambi Paja, Mabel.

## Resumen

La nomofobia, como el miedo irracional a no tener el teléfono móvil en la mano, puede generar ansiedad y aislamiento, además de problemas sociales y familiares. Por ello, el objetivo de la investigación fue describir la prevalencia de la nomofobia en adolescentes de instituciones educativas públicas mencionadas del distrito de Paucarpata. La investigación es cuantitativa, de diseño no experimental, descriptiva. La muestra no probabilística conformada por 200 adolescentes de tres instituciones educativas Públicas del Distrito de Paucarpata. El instrumento utilizado para medir la variable de nomofobia fue el NMPQ, originalmente denominado Cuestionario de Nomofobia, el mismo que presenta validez y confiabilidad. Los resultados indican que el nivel de nomofobia es alto en el 55 %, es decir, los adolescentes experimentan un miedo intenso e irracional a no poder usar su dispositivo móvil. Se concluye, que la hipótesis de investigación se comprueba, es decir, la prevalencia de la nomofobia es alta en adolescentes de instituciones educativas públicas del distrito de Paucarpata.

**Palabras clave:** Nomofobia, Adolescentes, Trabajo Social.

### **Abstract**

Nomophobia, as the irrational fear of not having a mobile phone in hand, can cause anxiety and isolation, as well as social and family problems. Therefore, the objective of the research was to describe the prevalence of nomophobia in adolescents from public educational institutions in the district of Paucarpata. The research is quantitative, non-experimental, descriptive design. The non-probabilistic sample consisted of 200 adolescents from three public educational institutions in the district of Paucarpata. The instrument used to measure the variable of nomophobia was the NMPQ, originally called the Nomophobia Questionnaire, which is valid and reliable. The results indicate that the level of nomophobia is high at 55 %, that is, adolescents experience an intense and irrational fear of not being able to use their dispositivo móvil. It is concluded that the research hypothesis is confirmed, that is, the prevalence of nomophobia is high in adolescents from public educational institutions in the district of Paucarpata.

**Keywords:** Nomophobia, Adolescents, Social Work.

## ÍNDICE

Agradecimientos

Resumen

Abstract

|                                                   |    |
|---------------------------------------------------|----|
| Introducción .....                                | 1  |
| CAPÍTULO I .....                                  | 4  |
| 1.1. Problema de Investigación .....              | 4  |
| 1.1.1. Enunciado del Problema.....                | 4  |
| 1.1.2. Planteamiento del Problema .....           | 4  |
| 1.2. Interrogante General.....                    | 6  |
| 1.3. Interrogantes Específicas .....              | 6  |
| 1.4. Campo y Área .....                           | 6  |
| 1.5. Operacionalización de la Variable .....      | 7  |
| 1.6. Justificación.....                           | 9  |
| 1.7. Objetivos de la Investigación .....          | 10 |
| 1.7.1. Objetivo General .....                     | 10 |
| 1.7.2. Objetivos Específicos .....                | 10 |
| 1.8. Marco Teórico Conceptual.....                | 11 |
| 1.8.1. Definición .....                           | 11 |
| 1.8.2. Enfoque Teórico .....                      | 12 |
| 1.8.3. Características de la Nomofobia.....       | 12 |
| 1.8.4. Dimensiones de la Nomofobia .....          | 13 |
| 1.8.5. Nomofobia en los Adolescentes .....        | 14 |
| 1.8.6. Instrumentos para Medir la Nomofobia ..... | 15 |
| 1.9. Antecedentes Investigativos.....             | 15 |
| 1.10. Hipótesis.....                              | 18 |

|                                                             |    |
|-------------------------------------------------------------|----|
| 1.10.1. Hipótesis general .....                             | 18 |
| 1.11. Diseño de Investigación .....                         | 19 |
| 1.11.1. Tipo, Nivel y Diseño de Investigación .....         | 19 |
| 1.12. Técnica e Instrumento .....                           | 19 |
| 1.12.1. Técnica de Recolección de Datos .....               | 19 |
| 1.12.2. Instrumento de Recolección de Datos .....           | 19 |
| 1.13. Campo de Verificación: .....                          | 21 |
| 1.13.1. Ámbito Geográfico .....                             | 21 |
| 1.13.2. Unidades de Estudio .....                           | 21 |
| 1.13.3. Temporalidad .....                                  | 22 |
| 1.14. Estrategia de Recolección de Datos .....              | 22 |
| 1.15. Criterios de inclusión .....                          | 23 |
| 1.16. Criterios de exclusión .....                          | 23 |
| 1.17. Criterios de Procesamiento de Información .....       | 23 |
| 1.18. Cronograma .....                                      | 23 |
| <b>CAPÍTULO II</b> .....                                    | 24 |
| <b>Análisis de Resultados</b> .....                         | 24 |
| <b>Discusión</b> .....                                      | 29 |
| <b>CAPÍTULO III</b> .....                                   | 33 |
| <b>PROPUESTAS DE TRABAJO SOCIAL PARA LA SOLUCIÓN DE LA</b>  |    |
| <b>PROBLEMÁTICA</b> .....                                   | 33 |
| <b>PROPUESTA DE INTERVENCIÓN N.º 1</b> .....                | 33 |
| <b>PROYECTO 1: CONCIENTIZANDO SOBRE EL USO SALUDABLE DE</b> |    |
| <b>TECNOLOGÍA</b> .....                                     | 33 |
| 1.19. Fundamentación .....                                  | 33 |

|                                                                          |    |
|--------------------------------------------------------------------------|----|
| 1.20. Objetivos .....                                                    | 34 |
| 1.21. Meta .....                                                         | 34 |
| 1.22. Indicadores .....                                                  | 34 |
| 1.23. Medios de Verificación .....                                       | 34 |
| 1.24. Actividades.....                                                   | 35 |
| 1.24.1. Talleres de sensibilización y capacitación: .....                | 35 |
| 1.24.2. Campañas educativas: .....                                       | 36 |
| 1.24.3. Acciones y estrategias específicas de la trabajadora social..... | 36 |
| 1.24.4. Evaluación y retroalimentación:.....                             | 37 |
| 1.25. Periodo de ejecución .....                                         | 37 |
| 1.26. Responsables .....                                                 | 37 |
| PROPUESTA DE INTERVENCIÓN N.º 2 .....                                    | 38 |
| PROYECTO 2: FORTALECIENDO LAS HABILIDADES SOCIALES.....                  | 38 |
| 1.27. Fundamentación .....                                               | 38 |
| 1.28. Objetivo.....                                                      | 38 |
| 1.29. Meta .....                                                         | 38 |
| 1.30. Indicadores .....                                                  | 39 |
| 1.31. Medios de Verificación .....                                       | 39 |
| 1.32. Acciones y estrategias específicas de la trabajadora social .....  | 39 |
| 1.32.1. Acciones de Coordinación: .....                                  | 41 |
| 1.32.2. Acciones de Motivación:.....                                     | 41 |
| 1.32.3. Acciones de Organización:.....                                   | 41 |
| 1.32.4. Acciones de Capacitación: .....                                  | 41 |
| 1.32.5. Acciones de Evaluación y Seguimiento:.....                       | 42 |
| 1.33. Periodo de ejecución .....                                         | 42 |

|                          |    |
|--------------------------|----|
| 1.34. Responsables ..... | 42 |
| CONCLUSIONES .....       | 43 |
| RECOMENDACIONES .....    | 45 |
| REFERENCIAS .....        | 46 |

## Índice de Tablas

|                                               |                                                                                                                 |    |
|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Tabla 1</b>                                | Nivel de incapacidad para comunicarse por el dispositivo móvil en adolescentes del distrito de Paucarpata ..... | 24 |
| <b>Tabla 2</b>                                | Nivel de pérdida de conexión del dispositivo móvil en adolescentes del distrito de Paucarpata .....             | 25 |
| <b>Tabla 3</b>                                | Nivel <b>no ser capaz de acceder a la comunicación</b> en adolescentes del distrito de Paucarpata.....          | 26 |
| <b>Tabla 4</b>                                | Nivel de renunciar a la comodidad en adolescentes del distrito de Paucarpata .....                              | 27 |
| <b>Tabla 5</b>                                | Prevalencia de Nomofobia en adolescentes del distrito de Paucarpata .....                                       | 28 |
| Anexos                                        | .....                                                                                                           | 51 |
| Anexo N° 1: Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q) | .....                                                                                                           | 52 |
| Anexo N° 2: Ficha                             | .....                                                                                                           | 53 |
| Anexo N° 3. Permisos Institucionales          | .....                                                                                                           | 55 |
| Anexo N° 3.1 Permisos Institucionales         | .....                                                                                                           | 56 |
| Anexo N° 3.2 Permisos Institucionales         | .....                                                                                                           | 56 |
| Anexo N° 3.3 Permisos Institucionales         | .....                                                                                                           | 58 |
| Anexo N° 3.4 Permisos Institucionales         | .....                                                                                                           | 59 |
| Anexo N° 4: Matriz de consistencia            | .....                                                                                                           | 60 |
| CONSENTIMIENTO INFORMADO                      | .....                                                                                                           | 61 |

## Introducción

Desde la perspectiva del Trabajo Social, la proliferación de los dispositivos móviles y su creciente influencia en la vida cotidiana de las personas han dado lugar a una preocupación cada vez mayor en el ámbito del bienestar social, particularmente entre los adolescentes. En la actualidad, la nomofobia ha experimentado un aumento significativo, siendo más evidente en la población universitaria (Vilchez Galarza, & Vía Y Rada Vites, 2024). En este contexto, la nomofobia, o el miedo irracional a estar sin un teléfono móvil o la incapacidad de utilizarlo, se ha convertido en un tema de interés creciente en la investigación del Trabajo Social. La presente tesis se enfoca en la “Prevalencia de la nomofobia en adolescentes de instituciones educativas públicas del Distrito de Paucarpata”, explorando la incidencia y los factores asociados a esta preocupante condición entre los adolescentes.

Desde una perspectiva social, la nomofobia no afecta de forma solo individual, sino que repercute en las relaciones interpersonales y la dinámica comunitaria. Los adolescentes que padecen nomofobia pueden experimentar dificultades en la interacción social, lo que puede llevar a un aislamiento social y una reducción en la participación en actividades comunitarias. Este fenómeno resalta la necesidad de crear entornos de apoyo en las instituciones educativas y comunidades. En una era caracterizada por la conectividad constante a través de dispositivos móviles, es primordial comprender el impacto de la nomofobia en la vida de los adolescentes, ya que puede tener repercusiones significativas en su bienestar social y académico. La investigación tiene como objetivo arrojar luz sobre la prevalencia de la nomofobia en una muestra representativa de adolescentes de una ciudad, así como analizar cómo factores como el uso excesivo de dispositivos móviles, la interacción social, la autoestima y otros aspectos relacionados, pueden influir en la aparición y severidad de esta condición (Yildirim y Correia, 2015).

Investigar la nomofobia desde la carrera de Trabajo Social es crucial, ya que permite comprender como la nomofobia afecta las relaciones interpersonales, la dinámica familiar y la cohesión comunitaria. Los trabajadores sociales, con su enfoque en el bienestar social, pueden diseñar intervenciones efectivas para aminorar los efectos negativos de la nomofobia, promoviendo un uso saludable de la tecnología y fortaleciendo los lazos sociales.

Este estudio es de mucha importancia, ya que proporcionará información valiosa sobre un fenómeno en constante evolución que afecta de manera significativa a la población adolescente. Al comprender mejor la prevalencia de la nomofobia, podemos diseñar intervenciones y políticas más efectivas para apoyar a los jóvenes en el manejo de sus dispositivos móviles y motivar un desarrollo saludable en esta etapa crucial de sus vidas.

En ese sentido la tesis está distribuida en tres capítulos, el primero referido al problema de investigación, donde se considera el enunciado del problema, el planteamiento del problema, las interrogantes de investigación, el campo y área, la operacionalización de la variable, la justificación, los objetivos de la investigación, un marco teórico conceptual sobre la variable en estudio, el enfoque teórico sobre la nomofobia. Asimismo, antecedentes investigativos, actuales nacionales e internacionales. También se considera en este capítulo el <sup>2</sup> diseño de investigación que comprende el tipo, nivel, y diseño de investigación. La técnica e instrumento de recolección de datos, el campo de verificación, las estrategias de recolección de datos, los criterios de procesamiento de información.

En el capítulo segundo, se consignan los resultados de la investigación, en los cuales se realizan tablas y figuras sobre cada uno de los objetivos del estudio y el objetivo general. En este capítulo se desarrolla la discusión de los resultados, integrando lo encontrado con los datos del marco teórico y los antecedentes.

En el capítulo tercero, se considera las propuestas <sup>2</sup> de Trabajo Social para la solución de la problemática, dos propuestas en base a los resultados y problemas encontrados en la

investigación.

Finalmente, se consideran las conclusiones, recomendaciones, referencias y anexos del trabajo de investigación.

## CAPÍTULO I

### 1.1. Problema de Investigación

#### 1.1.1. Enunciado del Problema

PREVALENCIA DE LA NOMOFOBIA EN <sup>5</sup> ADOLESCENTES DE INSTITUCIONES EDUCATIVAS PÚBLICAS DEL DISTRITO DE PAUCARPATA-2023

#### 1.1.2. Planteamiento del Problema

Actualmente, el acceso generalizado a los dispositivos móviles ha transformado significativamente el modo en que los adolescentes se comunican, interactúa y obtienen información. Diversos estudios (Díaz & Extremera, 2020) sugieren que el uso excesivo de estos dispositivos podría tener consecuencias negativas debido a las múltiples funciones que permiten estar conectados en todo momento y lugar. Como resultado, esta dependencia creciente de los móviles genera niveles elevados de ansiedad y un miedo irracional a perder el contacto con el teléfono, conocido como nomofobia (Vilchez Galarza, & Vía Y Rada Vites, 2024).

En Durango México, Barraza y Chavira (2022) encontraron que más del 80 % de los participantes experimentan temor a perder su teléfono móvil. Sin embargo, la nomofobia solo afecta al 2.4 % de la población. Además, se identificó que son las del sexo femenino, los estudiante y jóvenes los grupos que muestran un mayor nivel de miedo frente a la posibilidad de perder su dispositivo móvil.

En Perú, <sup>6</sup> la prevalencia de la nomofobia entre los adolescentes es una preocupación creciente. Según un estudio reciente, el 18 % de los adolescentes entre 12 y 18 años usa el móvil de forma compulsiva, lo cual representa un alto riesgo de desarrollar adicciones y problemas de salud relacionados con esta dependencia tecnológica (Jahrami et al., 2023). Esta dependencia es más pronunciada en mujeres, quienes muestran evaluaciones elevadas en las dimensiones de incapacidad de comunicación y obsesión por el dispositivo móvil. De manera

similar, en hombres se observan alteraciones en la dimensión de comunicación, indicando una mayor atención al dispositivo móvil cuando están acompañados (Álvarez-Cabrera et al., 2021).

En Arequipa, un estudio, tuvo como objetivo explorar la influencia de la nomofobia en adolescentes de 13 a 17 años, evaluando su impacto en ámbitos personales, sociales, familiares y académicos. Se trabajó con 8 adolescentes como muestra, fueron de ambos sexos, se utilizó un enfoque cualitativo y el método fenomenológico para analizar sus vivencias y emociones. Se encontraron altos niveles de dependencia al móvil, escasa comunicación familiar, bajo rendimiento académico, pocas habilidades sociales y una constante necesidad de usar el teléfono (Herrera & Ochoa, 2018).

<sup>8</sup> La nomofobia, entendida como el miedo irracional a estar sin acceso a un teléfono móvil, se ha convertido en un problema creciente entre los adolescentes, particularmente en contextos urbanos y semiurbanos como el distrito de Paucarpata, en Arequipa (Herrera & Ochoa, 2018). Este fenómeno se ve impulsado por la alta disponibilidad y uso de dispositivos móviles, que han pasado de ser herramientas funcionales a elementos esenciales en la vida cotidiana de los jóvenes, es decir, en el segundo trimestre de 2023, el uso de Internet en la población peruana de 6 años a más alcanzó el 77.3 %, lo que representa un incremento de 4.3 puntos porcentuales en comparación con el mismo periodo del año anterior y un aumento de 18.1 puntos porcentuales frente al segundo trimestre de 2019 (INEI, 2023). Asimismo, se reportó que <sup>18</sup> el 87.6 % de los menores entre 6 y 17 años que acceden a internet lo hacen a través de sus teléfonos celulares, lo que evidencia una alta dependencia de estos dispositivos para conectarse a la red. Se explica, en parte, por la falta de control y supervisión parental respecto al uso excesivo de los teléfonos móviles (INEI, 2023). En las instituciones educativas públicas, los teléfonos móviles no solo son medios para el aprendizaje, sino también para la socialización y el entretenimiento, lo que incrementa la dependencia. Asimismo, en Paucarpata, factores sociales y económicos como el nivel socioeconómico medio-bajo y la falta de regulación

efectiva sobre el uso de la tecnología agravan esta problemática (Humpire, 2023).

La falta de estudios locales resalta la necesidad urgente de explorar esta problemática en contextos específicos, ya que la nomofobia puede variar significativamente según factores culturales y socioeconómicos. Investigaciones en esta área proporcionarían datos cruciales para el incremento de intervenciones y políticas dirigidas a aminorar los efectos negativos del uso excesivo de dispositivos móviles.

### 1.2. Interrogante General

- ¿Cuál es el nivel de nomofobia en adolescentes de instituciones educativas públicas del distrito de Paucarpata?

### 1.3. Interrogantes Específicas

- ¿Cuál es el nivel de la incapacidad para comunicarse que manifiestan los adolescentes de instituciones educativas públicas mencionadas del distrito de Paucarpata?
- ¿Cuál es el nivel de pérdida de conexión que manifiestan los adolescentes de instituciones educativas públicas mencionadas del distrito de Paucarpata?
- ¿Cuál es el nivel de considerar No ser capaz de acceder a la comunicación los adolescentes de instituciones educativas públicas del distrito de Paucarpata?
- ¿Cuál es el nivel de renunciar a la comodidad los adolescentes de instituciones educativas públicas del distrito de Paucarpata?

### 1.4. <sup>2</sup> Campo y Área

- **Campo:** Ciencias Sociales
- **Área:** Trabajo Social
- **Línea:** Modelos de intervención Social

1.5. Operacionalización de la Variable

| Variable                     | Definición conceptual                                                                           | Dimensiones                  | Indicadores                      | Definición de dimensiones                                                                                                                                      | Ítems          | Escala    |
|------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------|
| Características demográficas | Sexo                                                                                            | Masculino<br>Femenino        |                                  |                                                                                                                                                                | a              | Nominal   |
|                              | Edad                                                                                            | 14,15,16 y 17 años           |                                  |                                                                                                                                                                | b              | Ordinal   |
| Nomofobia                    | Es una forma de adicción conductual que se caracteriza por un elevado nivel de ansiedad ante la | Incapacidad para comunicarse | No comunicarse<br>No contactarse | Se vincula con la experiencia de perder la capacidad de comunicación inmediata y la imposibilidad de utilizar los servicios sociales (Díaz & Extremera (2020)) | 10,11,13,14,15 | Intervalo |
|                              | posibilidad de estar sin el dispositivo móvil, según Yıldırım et al. (2016).                    | Pérdida de conexión          | Desconexión en línea             | Elementos asociados con la sensación de perder la conectividad prolongada                                                                                      | 16,17,18,19    |           |
|                              |                                                                                                 | Actualizaciones en línea     | Actualizaciones en línea         | proporcionada por el dispositivo móvil y experimentar una desconexión de la identidad en línea, especialmente en las redes sociales (Díaz & Extremera, 2020)   |                |           |

|                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>No buscar información en móvil</p> <p>No ser capaz de acceder a la comunicación</p> | <p>Es la incomodidad ante la pérdida de accesos a la información mediante dispositivo móvil, manifestándose como la incapacidad para recuperar y buscar noticias en estos dispositivos móviles (Díaz &amp; Extremera, 2020).</p> | <p>1,2 y 4</p>                                                                                                                                                                                    |
|                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                   |
| <p>Renunciar a la comodidad</p>                                                        | <p>Sin batería</p> <p>Pánico sin saldo</p>                                                                                                                                                                                       | <p>Renunciar a la conveniencia proporcionada por los dispositivos móviles y no manifestar un interés por la comodidad asociada a poseer un teléfono inteligente (Díaz &amp; Extremera, 2020).</p> |
|                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                   |

## **1.6. Justificación**

La justificación para llevar a cabo la investigación sobre la prevalencia de la nomofobia en adolescentes del Distrito de Paucarpata se basa en varios motivos fundamentales:

La relevancia en la sociedad digital actual, donde se vive en una sociedad altamente digitalizada, donde los dispositivos móviles desempeñan un papel central en la vida cotidiana. Los adolescentes son uno de los grupos demográficos más conectados y dependientes de estos dispositivos. Dado que la nomofobia es un fenómeno emergente que afecta directamente a la relación de los jóvenes con la tecnología, es esencial investigar su prevalencia y comprender sus consecuencias en este contexto.

El impacto en la salud mental, es donde se ha observado que la nomofobia puede tener un efecto negativo en la salud mental de los adolescentes. La ansiedad, la depresión y la baja autoestima son algunas de las consecuencias reportadas por aquellos que experimentan este miedo irracional a estar sin su dispositivo móvil. La investigación en esta área es crucial para identificar los riesgos y desarrollar intervenciones efectivas que promuevan la salud mental de esta población en estudio.

El estudio de la nomofobia, impacta también en el rendimiento académico, dado que el uso excesivo de dispositivos móviles, impulsado por la nomofobia, también puede tener repercusiones en los logros académicos de los adolescentes. La distracción en el estudiante y la falta de concentración constantes, pueden llevar a un desempeño escolar deficiente.

La falta de investigación local a nivel cuantitativo en las ciencias sociales, y más en el contexto del Distrito de Paucarpata sobre la nomofobia en adolescentes, es evidente. La mayoría de las investigaciones en esta temática provienen de otras regiones del mundo y pueden no reflejar las dinámicas y particularidades culturales locales. Por lo tanto, se justifica la elaboración de esta investigación para llenar un vacío en el conocimiento y proporcionar datos específicos de esta población.

El desarrollo de estrategias preventivas las cuales a medida que se comprenda mejor la prevalencia de la nomofobia y sus implicaciones, será posible desarrollar estrategias preventivas más efectivas. Tanto los educadores como los padres podrán tomar medidas para ayudar a los adolescentes a utilizar sus dispositivos de manera más consciente y equilibrada, minimizando así los riesgos asociados a la nomofobia.

La contribución en el campo del Trabajo Social y la salud mental, es que la investigación sobre la nomofobia en adolescentes no solo es relevante para la comunidad educativa y los padres, sino que también aporta al campo del Trabajo Social y la salud mental en general. Los resultados de esta tesis pueden utilizarse como base para posteriores investigaciones y para el desarrollo de estrategias terapéuticas dirigidas a tratar la nomofobia y sus consecuencias.

En ese sentido, la investigación sobre la nomofobia puede brindar una comprensión más detallada de cómo la dependencia de los teléfonos móviles impacta en el ambiente educativo, permitiendo desarrollar estrategias seguras y adecuadas para mejorar los logros académicos de los estudiantes.

Asimismo, el estudio de la nomofobia en la salud mental contribuye a la comprensión integral de cómo la tecnología afecta la salud mental, permitiendo desarrollar estrategias efectivas para la prevención, intervención y tratamiento de problemas relacionados con la dependencia de los teléfonos móviles.

## **1.7. Objetivos de la Investigación**

### **1.7.1. Objetivo General**

- Describir la prevalencia de la nomofobia en adolescentes de instituciones educativas públicas del distrito de Paucarpata.

### **1.7.2. Objetivos Específicos**

- Identificar el nivel de la incapacidad para comunicarse que manifiestan los adolescentes

de instituciones educativas públicas del distrito de Paucarpata.

- Indagar el nivel de pérdida de conexión que manifiestan los adolescentes de instituciones educativas públicas del distrito de Paucarpata.
- Precisar el nivel de ser capaz de acceder a la comunicación los adolescentes de instituciones educativas públicas del distrito de Paucarpata.
- Identificar el nivel de renunciar a la comodidad los adolescentes de instituciones educativas públicas del distrito de Paucarpata.

## **1.8. Marco Teórico Conceptual**

### **1.8.1. Definición**

El concepto de nomofobia fue inicialmente acuñado por King et al. (2010), citado por Atmoko et al., (2022) para describir un fenómeno que implica sentir malestar o ansiedad cuando no se dispone de un dispositivo móvil, es decir, experimentar un temor a quedarse tecnológicamente desconectado.

Además, se conceptualiza la nomofobia <sup>4</sup> como el temor a encontrarse en una situación que impida el uso de un dispositivo móvil o teléfono inteligente, así como todas las herramientas que estos dispositivos incorporan. Esto incluye el pánico ante la pérdida de <sup>4</sup> comunicación y conectividad a internet, así como la incapacidad de prescindir de los elementos beneficiosos o de entretenimiento que ofrecen estos dispositivos (Yildirim y Correia, 2015). Asimismo, en el contexto de este estudio, se adoptará la definición propuesta por los autores del “*Nomophobia Questionnaire*” (NMP-Q), desarrollado por Yildirim y Correia (2015), que considera la Nomofobia como una adicción conductual caracterizada por un alto grado de temor a estar sin un dispositivo móvil (Yildirim et al., 2016).

Esta fobia situacional se asocia con la agorafobia y otras fobias relacionadas con el comportamiento y el entorno. Caba-Machado et al. (2023) complementan esta definición, explicando que el término “Nomofobia” proviene de la abreviatura en inglés “no-mobile-

phonephobia” y es una perturbación característica de la sociedad digital y virtual actual. Sin embargo, es importante indicar que, aunque el Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-IV-V) menciona la Nomofobia como un tipo de las cinco fobias específicas (Díaz & Extremera, 2020), no se reconoce formalmente como un trastorno mental.

### **1.8.2. Enfoque Teórico**

El enfoque cognitivo-conductual implica el reconocimiento de juicios irracionales y la modificación de comportamientos inapropiados mediante técnicas probadas como efectivas en el tratamiento de trastornos mentales como la ansiedad (Mendoza, 2020). La nomofobia es el miedo irracional a estar sin un teléfono móvil o a no poder usarlo, lo que genera una fuerte ansiedad en los sujetos que dependen frecuentemente de su uso. El enfoque cognitivo- conductual es útil para explicar este fenómeno porque se centra en la interacción entre el pensamiento (cogniciones), la emoción y los comportamientos, además, cómo estos factores favorecen y contribuyen de forma negativa en el mantenimiento de problemas psicológicos (Vilchez Galarza, & Vía Y Rada Vites, 2024). Para Guevara Vargas et al. (2025), la teoría cognitivo-conductual explica la nomofobia como un ciclo de pensamientos distorsionados, emociones de ansiedad y comportamientos evitativos que refuerzan el miedo irracional a estar sin el teléfono móvil también Albert Bandura, y su teoría del aprendizaje social nos habla que las personas observan el comportamiento ya sea directamente a través de las interacciones sociales con otros o indirectamente al observar comportamientos a través de los medios de comunicación.

### **1.8.3. Características de la Nomofobia**

A través de un estudio realizado en Chile, se identificaron las características más importantes observadas en estudiantes universitarios con puntajes tanto altos como bajos de nomofobia. En primer lugar, se destacó la normalización de la constante disponibilidad de un teléfono móvil, fundamentado en la sensación de incomodidad al no estar conectados en el

mundo virtual. El estudio de Álvarez et al. (2021) sugirió que mantener estas características durante periodos prolongados podría generar conductas ansiosas y comportamientos incoherentes en el ámbito social, como la ausencia de contacto físico y el conductas de aislamiento del entorno, al dirigir su atención hacia el mundo virtual. Además, se señaló que aquellos que experimentan síntomas nomofóbicos suelen experimentar ansiedad cuando están desconectados, pierden cobertura o se quedan sin batería en sus dispositivos móviles. Aquellos con niveles altos de nomofobia incluso pueden experimentar ataques de pánico (Çirak y Tuzgöl, 2022).

Álvarez-Cabrera et al. (2021) señalan que, a pesar de la falta de reconocimiento oficial, la interpretación y el impacto de la Nomofobia son ampliamente aceptados, lo que ha llevado a un aumento en su uso sin una conciencia adecuada de las posibles consecuencias o adicciones que puede generar en los individuos, afectando su salud física y emocional.

#### ***1.8.4. Dimensiones de la Nomofobia***

En esta investigación, el enfoque del instrumento se centra en resaltar las dimensiones de la Nomofobia tal como fueron propuestas por Yildirim & Correia en 2015. Estas dimensiones hacen hincapié en cuatro aspectos fundamentales: la incapacidad para comunicarse, la desconexión con el entorno, la incapacidad de acceder a la información y la renuncia a la comodidad. Estas mismas dimensiones se encuentran presentes en el cuestionario NMP-Q, que se utiliza para medir la Nomofobia en este estudio (Álvarez- Cabrera et al., 2021). La dimensión de la “Incapacidad para comunicarse” surgió como parte de la conceptualización de la Nomofobia. Se refiere a la sensación de no poder comunicarse de manera inmediata y la incapacidad de utilizar los servicios de la sociedad. Esta dimensión se relaciona con la sensación de no poder establecer contacto con otras personas ni recibir comunicaciones (Díaz & Extremera, 2020).

Los elementos vinculados a la “Pérdida de conexión” se refieren a los sentimientos de perder la conectividad continua que ofrecen los dispositivos móviles y de ser desconectado de la identidad en línea, especialmente en las redes sociales (Díaz & Extremera, 2020).

La “Incapacidad para acceder a la información” se refiere al malestar causado por la incapacidad de acceder a la información a través del dispositivo móvil, lo que incluye la imposibilidad de recuperar y buscar noticias en estos dispositivos inteligentes (Díaz & Extremera, 2020).

El concepto de “Renunciar a la comodidad” se refiere a la decisión de abandonar la comodidad que ofrecen los dispositivos móviles y la falta de deseo por utilizar un teléfono inteligente, según lo observado en la investigación realizada por Díaz & Extremera (2020).

#### **1.8.5. Nomofobia en los Adolescentes**

Los adolescentes emplean sus teléfonos inteligentes no solo para comunicarse con sus compañeros de clase, sino también para llevar a cabo prácticas inapropiadas, como hacer trampas en los exámenes. Además, utilizan sus dispositivos durante la madrugada, lo que tiene un impacto indirecto en su rendimiento escolar. El hecho de trasnochar resulta en un descanso insuficiente, lo que conlleva a la fatiga y, a su vez, afecta su capacidad de atención y concentración. Esto explica por qué la mayoría de los estudiantes manifiesta una dependencia al dispositivo móvil, experimentando ansiedad cuando no están conectados a sus dispositivos y cuando están pendientes de notificaciones en redes sociales.

Esta dependencia conlleva a una pérdida de control y concentración durante las clases. Por lo tanto, es crucial limitar el uso de los dispositivos móviles, apagándolos y guardándolos en sus pertenencias, con el fin de eliminar posibles distracciones y concienciar a los estudiantes sobre cómo el uso excesivo del móvil afecta negativamente su rendimiento académico (Guevara Vargas et al., 2025).

### **1.8.6. Instrumentos para Medir la Nomofobia**

El instrumento más comúnmente empleado para evaluar la Nomofobia es el Cuestionario de Nomofobia, desarrollado en 2015 por Yildirim y Correia. En el mismo año, se realizó una adaptación al español por parte de Ramos-Soler et al. (2017). Además, se evaluó su confiabilidad utilizando el coeficiente Alfa de Cronbach, que arrojó una consistencia interna general de .95, con valores que variaron entre .75 y .92 para las distintas dimensiones de la Nomofobia. (Álvarez- Cabrera et al., 2021)

### **1.9. Antecedentes Investigativos**

En relación con la variable de la Nomofobia indican una confirmación de la presencia de niveles significativos de adicción a los dispositivos móviles y a la Nomofobia.

#### **Antecedentes Internacionales**

Vilchez Galarza, & Vía Y Rada Vites (2024), realizaron la investigación titulada “Impacto de la nomofobia en la calidad del aprendizaje en adolescentes” cuyo objetivo fue analizar el efecto de la nomofobia en el aprendizaje. Los resultados evidencian que la nomofobia es frecuente en los adolescentes y se asocia con un impacto negativo en su bienestar psicológico, su desempeño académico y el desarrollo de sus competencias sociales. Llegando a concluir que la adicción al dispositivo móvil se ha identificado como un factor predictivo clave en el surgimiento, desarrollo y persistencia de los síntomas presentes en individuos con Nomofobia.

Díaz y Extremera (2020) en Málaga España, realizaron una investigación titulada “Inteligencia emocional, adicción al smartphone y malestar psicológico como predictores de la nomofobia en adolescentes”, cuyo objetivo fue analizar si existía relación entre las adicción al *smartphone*, inteligencia emocional y malestar psicológico con los niveles de nomofobia. Los hallazgos indican que la nomofobia no constituye un fenómeno independiente, sino que está determinada por distintos factores emocionales y psicológicos. En específico, se identificó

que dos componentes de la inteligencia emocional, la percepción de las emociones en otras personas y la capacidad de gestionar y aplicar las propias emociones, sumados a los niveles de ansiedad y a la dependencia del smartphone, explican de manera significativa la variación en los niveles de nomofobia. Llegando a concluir que los programas que se realicen para disminuir y prevenir la nomofobia, deben incluir acciones relacionadas a las habilidades emocionales y la salud mental, incluir también, actividades preventivas para un uso razonable y no problemático del smartphone.

Álvarez- Cabrera et al. (2021) “Niveles de Nomofobia y Phubbing en estudiantes de la Universidad Santo Tomás de la Ciudad de Arica” el objetivo del estudio determinar la aparición de Nomofobia y Phubbing en estudiantes. La investigación de diseño no experimental, transversal realizada con 248 estudiantes. Se utilizó como instrumentos NMP- Q y la escala de Phubbing. El hallazgo más significativo fue que existe correlación significativa entre la nomofobia y Pubbing, además, en la dimensión no poder comunicar de la nomofobia, las mujeres presentan puntajes más altos que los varones. Se concluye que la dependencia del teléfono móvil se vincula con la tendencia a naturalizar el hábito de mantenerlo constantemente a la mano, motivada por la necesidad de permanecer conectados de manera continua y reafirmar la presencia personal en el entorno virtual.

Por otra parte, se observan evaluaciones significativas en la dimensión de la Nomofobia, ya que las personas del sexo femenino exhiben puntuaciones elevadas en las áreas de incapacidad de comunicación y dependencia del dispositivo móvil, lo que refleja su necesidad de mantener un contacto constante con su grupo social en línea. Sin embargo, la mayoría de ellas no muestran signos de adicción al dispositivo móvil, aunque ocasionalmente regresan a sus hogares para recuperar sus teléfonos olvidados, sin importarles demasiado si están retrasadas en su horario. Por el contrario, los hombres experimentan dificultades en la comunicación, lo que resulta en un aislamiento involuntario en sus círculos sociales (Álvarez-

Cabrera et al., 2021).

Islami et al. (2022), realizaron un estudio titulado “Diseño y Desarrollo de un Libro Electrónico Utilizando un Microcontrolador y un Módulo de Reconocimiento de Voz V3 para la Prevención de la Nomofobia”, cuyo objetivo fue prevenir la nomofobia a través de un diseño de libro electrónico. Los hallazgos más importantes fue que el aprendizaje brindado a los niños se caracteriza por ser interactivo. No obstante, resulta complejo para los padres supervisar y regular el uso de los teléfonos inteligentes en actividades educativas. Con el fin de afrontar esta dificultad, se propone el diseño de libros electrónicos basados en microcontroladores y el Módulo de Reconocimiento de Voz V3, los cuales facilitan el proceso de enseñanza en los niños y, al mismo tiempo, contribuyen a prevenir la nomofobia mediante un uso más adecuado de los dispositivos móviles. Se concluye que se puede prevenir la nomofobia con microcontroladores supervisados por padres.

Ramos-Soler et al. (2017) realizó la investigación titulada “Adaptación y validación de la escala de nomofobia de Yildirim y Correia en estudiantes españoles de la educación secundaria obligatoria” cuyo objetivo fue adaptar y validar <sup>7</sup> de la escala de medición de la Nomofobia. En los hallazgos más importantes, se señala que el instrumento se sometió a una adaptación lingüística y cultura a través de expertos. Los mismos que revisaron la redacción y aumentaron un ítem. El instrumento en su adaptación, cumple con los estándares adecuados, así como con el análisis factorial exploratorio por componentes principales. Llegando a concluir que el instrumento presenta validez y confiabilidad adecuada a lengua hispana.

#### **Antecedentes Nacionales**

Pastor (2022) realizó la investigación titulada “Ansiedad y estrés en nomofobia de estudiantes de educación técnico-productiva de Lima, Perú” cuyo objetivo del estudio fue conocer la incidencia del estrés y la ansiedad en la nomofobia. Se trató de un estudio básico, explicativo y no experimental de tipo correlacional-causal. Se aplicó un muestreo

probabilístico estratificado. La población total estuvo conformada por 871 alumnos, de los cuales se seleccionó una muestra de 267 participantes. Los instrumentos utilizados fueron: el Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE), la Escala de Percepción Global del Estrés (EPGE-1) y el Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q). Los hallazgos mostraron que los planteamientos realizados no lograron explicar de manera significativa la nomofobia. Llegando a conclusiones que indican que el estrés, así como la ansiedad no inciden de forma significativa en la nomofobia de los estudiantes en la muestra realizada en la escuela pública evaluada.

#### **Antecedente Local**

Herrera & Ochoa (2018), realizaron la investigación titulada “Estudio cualitativo de la nomofobia en adolescentes de la I.E. Francisco Mostajo de Tiabaya Arequipa 2018” cuyo objetivo fue conocer la influencia de la Nomofobia en adolescentes de 13 a 17 años en Arequipa. La investigación, basada en el enfoque fenomenológico, permitió explorar el mundo subjetivo de los participantes a través de entrevistas en profundidad, observación no participante y la aplicación de instrumentos como el NMP-Q, el *Internet Addiction Test* y el Test de Dependencia al Móvil (TDM). Los hallazgos evidenciaron que los adolescentes manifestaban emociones, pensamientos y conductas de dependencia hacia el teléfono móvil, acompañados de dificultades en la comunicación familiar, bajo o regular rendimiento académico, limitadas habilidades sociales y poco interés en actividades extracurriculares. Se concluye que existe la necesidad constante de tener el dispositivo a la mano, ausencia de control en el tiempo de uso y en algunos casos, predisposición al consumo de alcohol.

### **1.10. Hipótesis**

#### **1.10.1. Hipótesis general**

Es probable que el nivel de prevalencia de la nomofobia sea alta en adolescentes de instituciones educativas públicas del distrito de Paucarpata.

## **1.11. Diseño de Investigación**

### **1.11.1. Tipo, Nivel y Diseño de Investigación**

#### **1.11.1.1. Tipo de Investigación**

El presente estudio de investigación es de tipo cuantitativa (Hernández et al., 2014) indica que el enfoque se basa en el hecho de conseguir datos e información con el fin de comprobar una determinada hipótesis, basado en un análisis estadístico y numérico, además menciona que es secuencial y el orden es riguroso.

#### **1.11.1.2. Nivel de Investigación**

Se encuentra en un nivel descriptivo. Este nivel tiene como propósito detallar y determinar características o propiedades del fenómeno que se está estudiando y sobre las características, cualidades internas y externas en un momento histórico dado (Hernández et al., 2014).

#### **1.11.1.3. Diseño de Investigación**

El diseño de investigación es no experimental de corte transversal (Carrasco, 2019) este tipo de diseño permite que la persona investigadora pueda estudiar cómo se comporta un fenómeno en un momento determinado.

## **1.12. Técnica e Instrumento**

### **1.12.1. Técnica de Recolección de Datos**

Para la presente investigación la técnica fue la encuesta. Una encuesta es una técnica de recolección de datos que consiste en formular una serie de preguntas, generalmente estructuradas, a un grupo de personas con el objetivo de obtener información sobre sus opiniones, conocimientos, actitudes o comportamientos en relación con un tema específico.

### **1.12.2. Instrumento de Recolección de Datos**

El instrumento utilizado fue un Nomophobia Questionnaire (NMPQ), fue creado por Yildirim y Correia (2015). Posteriormente, Ramos-Soler et al. (2017) realizó su adaptación al

español en el año 2017. Este cuestionario tuvo su origen en universitarios de Estados Unidos y tiene como objetivo evaluar cuatro dimensiones específicas. Su aplicación está diseñada para adolescentes y adultos de ambos sexos, siendo factible realizarla de manera colectiva. El tiempo estimado para completar el cuestionario oscila entre 14 y 20 minutos. Su estructura se basa en una escala tipo Likert, donde las respuestas se valoran en una escala del 1 al 7. Así, el rango de puntuación abarca una variación de 20 a 140 puntos. Este cuestionario se ha revelado como una herramienta útil en contextos educativos, clínicos y de asesoramiento psicológico.

#### **1.12.2.1. Validez.**

En esta investigación, se empleará la validez de la Escala de Nomofobia (NMPQ), la cual fue adaptada por Franco y Hervías (2022). Estos autores llevaron a cabo un análisis factorial confirmatorio con el propósito de evaluar la validez de las cuatro dimensiones presentes en el test. En dicho análisis, se encontraron valores adecuados en los indicadores de ajuste, que incluyeron un CFI de .997, un TLI de .997 y un RMSEA de .084.

#### **1.12.2.2. Confiabilidad**

La confiabilidad de la Escala de Nomofobia (NMPQ) en términos de consistencia interna es destacada, evidenciada por un coeficiente de alfa de Cronbach de .964. En lo que respecta a la confiabilidad de acuerdo con las dimensiones, se obtuvieron los siguientes valores: .78 para la dimensión de incapacidad de acceder a la información, .91 para la dimensión de renunciar a la comodidad, .81 para la dimensión de incapacidad para comunicarse y .92 para la dimensión de pérdida de conexión, todos expresados como coeficientes de alfa de Cronbach. En consecuencia, se llega a la conclusión de que la adaptación de este instrumento cumple con los estándares necesarios para asegurar una validez y confiabilidad adecuadas (Franco y Hervías, 2022).

## Baremos

| Niveles | Incapacidad para comunicarse | Pérdida de conexión | No ser capaz de acceder a la comunicación | Renunciar a la comodidad | Nomofobia |
|---------|------------------------------|---------------------|-------------------------------------------|--------------------------|-----------|
| Alto    | 26 a 35                      | 21 a 28             | 16 a 21                                   | 16 a 21                  | 96 a 133  |
| Medio   | 15 a 25                      | 12 a 20             | 9 a 15                                    | 9 a 15                   | 57 a 95   |
| Bajo    | 5 a 14                       | 4 a 11              | 3 a 8                                     | 3 a 8                    | 19 a 56   |

### 1.13. Campo de Verificación:

#### 1.13.1. Ámbito Geográfico

El desarrollo del estudio se realizó en adolescentes de Instituciones Educativas Públicas del Distrito de Paucarpata, Provincia de Arequipa, departamento de Arequipa.

#### 1.13.2. Unidades de Estudio

##### Población

La población de estudio estuvo conformada por 200 estudiantes del nivel secundario. Se consideró a 03 instituciones educativas: Institución Educativa 40010 “Julio C. Tello” conformada por 50 estudiantes, Institución Educativa “Padre Pérez de Guereñu” conformada por 80 estudiantes y la Institución Educativa 40174 “Paola Frassinetti Fe y Alegría 45” conformada por 70 estudiantes, a un total de 200 estudiantes pertenecientes a las instituciones educativas del Distrito de Paucarpata.

##### Población de instituciones educativas

| Instituciones Educativas                                        | n   | %   |
|-----------------------------------------------------------------|-----|-----|
| Institución Educativa 40010 “Julio C. Tello”                    | 50  | 25  |
| Institución Educativa “Padre Pérez de Guereñu”                  | 80  | 40  |
| Institución Educativa 40174 “Paola Frassinetti Fe y Alegría 45” | 70  | 35  |
| Total                                                           | 200 | 100 |

### **Muestra**

El estudio fue realizado a través de un muestreo no probabilístico censal, según Hernández y Mendoza (2018). Un muestreo censal es aquel en el que se incluye a toda la población de estudio en la recolección de datos, sin seleccionar una muestra, es decir, se consideran a todos los elementos o individuos que forman parte del universo investigado. Este tipo de muestreo es recomendable cuando el tamaño de la población es reducido o accesible, y resulta factible abarcar a todos los sujetos.

### **Unidad de estudio**

Cada estudiante individual del 4to de secundaria de las instituciones educativas constituyen la unidad de estudio, pues sobre ellos se recolectarán los datos y se medirán las variables de investigación.

#### **1.13.3. Temporalidad**

El desarrollo de la investigación se realizó en un espacio temporal de 4 meses en el año 2023. Siendo una investigación transversal, Hernández et al. (2014) debido a que la investigación tomó datos en un momento específico.

#### **1.14. Estrategia de Recolección de Datos**

Para la recolección de datos se empleó el *Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q)* y una ficha de datos sociodemográficos. El procedimiento se desarrolló en varias etapas. En primer lugar, se realizaron las coordinaciones con la dirección de las instituciones educativas con el propósito de ejecutar una prueba piloto. Esta se aplicó a 30 adolescentes, con la finalidad de evaluar la fiabilidad del instrumento seleccionado.

Una vez comprobada la confiabilidad, se efectuaron las gestiones correspondientes con los directores de las instituciones para la aplicación definitiva de los cuestionarios. Se proporcionó el consentimiento informado a los directores y el asentimiento informado a los adolescentes participantes. Asimismo, se instruyó a los estudiantes sobre el procedimiento de

llenado de los instrumentos, enfatizando el carácter anónimo y confidencial de la información recabada.

La aplicación de los instrumentos se realizó de manera presencial, lo que permitió un proceso controlado, facilitando la resolución de dudas y garantizando la objetividad en la recolección de los datos. Posteriormente, los cuestionarios completados fueron vaciados en una plantilla de Excel y, seguidamente, los datos fueron transferidos al software estadístico SPSS versión 25.0, a través del cual se elaboraron las tablas y gráficos correspondientes al análisis.

#### 1.15. Criterios de inclusión

- Estudiantes de nivel secundario
- Adolescentes entre 11 a 17 años
- Adolescentes de instituciones educativas nacionales

#### 1.16. Criterios de exclusión

- Estudiantes que se rehúsen a participar del estudio.
- Adolescentes de instituciones educativas particulares.

#### 1.17. Criterios de Procesamiento de Información

Una vez obtenido los datos se procedió al análisis, empleando el programa estadístico SPSS versión 25.0, en el cual se realizaron las tablas y gráficos estadísticos.

#### 1.18. Cronograma

| Tiempo<br>Actividades                            | 2023 |   |   |   | 2024 |   |   |   | 2025 |   |   |   |
|--------------------------------------------------|------|---|---|---|------|---|---|---|------|---|---|---|
|                                                  | A    | S | O | N | D    | A | S | O | N    | D | E | F |
| 1 Elección del tema y planteamiento del problema | X    | X |   |   |      |   |   |   |      |   |   |   |
| 2 Elaboración del diseño metodológico            |      |   | X | X | X    |   |   |   |      |   |   |   |
| 3 Recolección de datos                           |      |   |   |   |      | X | X | X |      |   |   |   |
| 4 Procesamiento de datos                         |      |   |   |   |      |   |   | X | X    |   |   |   |
| 5 Análisis y discusión de resultados             |      |   |   |   |      |   |   |   |      | X | X |   |
| 6 Resultados y discusión                         |      |   |   |   |      |   |   |   |      | X | X |   |
| 7 Conclusión y recomendaciones                   |      |   |   |   |      |   |   |   |      |   |   | X |
| 8 Elaboración de informe final                   |      |   |   |   |      |   |   |   |      |   |   | X |

## CAPÍTULO II

### Análisis de Resultados

**Tabla 1**

*Nivel de incapacidad para comunicarse por el dispositivo móvil en adolescentes del distrito de Paucarpata*

| Nivel        | Incapacidad para comunicarse |            |
|--------------|------------------------------|------------|
|              | Frecuencia                   | Porcentaje |
| Alto         | 63                           | 31.5       |
| Medio        | 96                           | 48         |
| Bajo         | 41                           | 20.5       |
| <b>Total</b> | <b>200</b>                   | <b>100</b> |

Al identificar la incapacidad para comunicarse por el dispositivo móvil en adolescentes de Paucarpata, se observa que el 48.0 % se encuentra en el nivel medio, el 31.5 % en el nivel alto y un 20.5 % en el nivel bajo, es decir, los datos muestran que 3 de cada 10 adolescentes experimentan sentimientos de frustración o incomodidad cuando no pueden comunicarse de manera inmediata ni acceder a servicios para ello. Esto refleja la importancia de la comunicación instantánea en sus vidas, especialmente para mantener relaciones sociales y resolver necesidades diarias. Por otro lado, un 48 % está en un nivel medio de preocupación o molestia. Esto sugiere que, aunque la falta de comunicación inmediata les afecta, no lo perciben como una pérdida crítica o permanente, lo que indica una dependencia moderada. Esta dimensión se relaciona con la sensación de no poder establecer contacto con otras personas ni recibir comunicaciones (Díaz & Extremera, 2020). Esto incluye el pánico ante la pérdida de comunicación y conectividad a internet, así como la incapacidad de prescindir de los elementos beneficiosos o de entretenimiento que ofrecen estos dispositivos (Yildirim y Correia, 2015).

**Tabla 2**

*Nivel de pérdida de conexión del dispositivo móvil en adolescentes del distrito de Paucarpata*

| <b>Pérdida de conexión</b> |                   |                   |
|----------------------------|-------------------|-------------------|
| <b>Nivel</b>               | <b>Frecuencia</b> | <b>Porcentaje</b> |
| Alto                       | 39                | 19.5              |
| Medio                      | 82                | 41                |
| Bajo                       | 79                | 39.5              |
| <b>Total</b>               | <b>200</b>        | <b>100</b>        |

Al indagar el nivel de pérdida de conexión por el dispositivo móvil en adolescentes de Paucarpata, se observa que el 41.0 % se encuentra en el nivel medio, el 39.5 % en el nivel bajo y un 19.5 % en el nivel alto, es decir, estos resultados indican que solo 2 de cada 10 adolescentes sienten una desconexión significativa con su identidad en línea al estar desconectados, lo que muestra que, para una minoría, su presencia en redes sociales es fundamental para su autopercepción y bienestar emocional. Por otro lado, el 41 % se encuentra en un nivel medio de conexión con su identidad en línea, lo que sugiere que, aunque valoran su presencia digital, no dependen completamente de ella para definirse o sentirse validados. Se refieren a los sentimientos de perder la conectividad continua que ofrecen los dispositivos móviles y de ser desconectado de la identidad en línea, especialmente en las redes sociales (Díaz & Extremera, 2020). El estudio de Álvarez et al. (2021) sugiere que la pérdida de conexión con el dispositivo móvil durante períodos prolongados podría generar conductas ansiosas y comportamientos incoherentes en el ámbito social. Esto se debe a que, al estar desconectados del dispositivo, las personas tienden a perder el contacto físico y a aislarse del entorno inmediato, ya que su atención se dirige predominantemente al mundo virtual. Así, la dependencia del dispositivo móvil puede alterar la interacción social y la percepción del entorno, favoreciendo una desconexión emocional y social significativa.

**Tabla 3**

*Nivel no ser capaz de acceder a la comunicación en adolescentes del distrito de Paucarpata*

| Nivel        | 1<br>No ser capaz de acceder a la comunicación |            |
|--------------|------------------------------------------------|------------|
|              | Frecuencia                                     | Porcentaje |
| Alto         | 64                                             | 32         |
| Medio        | 114                                            | 57         |
| Bajo         | 22                                             | 11         |
| <b>Total</b> | <b>200</b>                                     | <b>100</b> |

El no ser capaz de acceder a la comunicación por el dispositivo móvil en adolescentes de Paucarpata, se observa que el 57.0 % se encuentra en el nivel medio, el 32.0 % en el nivel alto y un 11.0 % en el nivel bajo, es decir, que 3 de cada 10 adolescentes sienten incomodidad o molestia cuando pierden el acceso inmediato a su dispositivo móvil y 6 de cada 10 se encuentran en el nivel medio de incomodidad. Este fenómeno está vinculado a la dependencia tecnológica y la necesidad de mantener una conexión constante con fuentes de información. Asimismo, este comportamiento refleja cómo la tecnología está moldeando las capacidades cognitivas, como la paciencia, la memoria y la tolerancia a la incertidumbre, especialmente en las generaciones jóvenes. Se refiere al malestar causado por la incapacidad de acceder a la información a través de los dispositivos móviles, lo que incluye la imposibilidad de recuperar y buscar noticias en estos dispositivos inteligentes (Díaz & Extremera, 2020). Por lo tanto, es crucial limitar el uso de los dispositivos móviles, apagándolos y guardándolos en sus pertenencias, para evitar la incapacidad de acceder a la comunicación y minimizar las distracciones. Esta desconexión momentánea no solo permite una mayor concentración, sino que también ayuda a concienciar a los estudiantes sobre cómo el uso excesivo del móvil puede interferir en su capacidad de mantenerse conectados de manera efectiva con su entorno académico. Según Acosta-Trejo et al. (2017), esta falta de acceso constante a la comunicación puede impactar negativamente en su rendimiento académico, ya que interfiere con su atención y dedicación a las tareas y responsabilidades educativas.

**Tabla 4***Nivel de renunciar a la comodidad en adolescentes del distrito de Paucarpata*

| Nivel        | Renunciar a la comodidad |            |
|--------------|--------------------------|------------|
|              | Frecuencia               | Porcentaje |
| Alto         | 33                       | 16.5       |
| Medio        | 102                      | 51         |
| Bajo         | 65                       | 32.5       |
| <b>Total</b> | <b>200</b>               | <b>100</b> |

Al caracterizar el nivel de renunciar a la comodidad por el dispositivo móvil en adolescentes de Paucarpata, se observa que el 51.0 % se encuentra en el nivel medio, el 32.5 % en el nivel bajo y un 11.0 % en el nivel alto, es decir, que 2 de cada 10 adolescentes sienten una fuerte dependencia psicológica hacia el control total de su dispositivo móvil, particularmente en aspectos funcionales como la batería, la cobertura y el saldo. Esto refleja cómo estos factores están vinculados a su sentido de comodidad y seguridad, ya que el dispositivo móvil actúa como una herramienta esencial para sus actividades diarias y su conexión social. En contraste, el 51 % se encuentra en un nivel medio de preocupación, indicando que, aunque estos aspectos son importantes para ellos, no generan una dependencia emocional o psicológica tan marcada. Se refiere a la decisión de abandonar <sup>7</sup> la comodidad que ofrecen los dispositivos móviles y la falta de deseo por utilizar un teléfono inteligente (Díaz & Extremera, 2020).

**Tabla 5***Prevalencia de Nomofobia en adolescentes del distrito de Paucarpata*

| Nivel        | Nomofobia  |            |
|--------------|------------|------------|
|              | Frecuencia | Porcentaje |
| Alto         | 111        | 55.5       |
| Medio        | 77         | 38.5       |
| Bajo         | 12         | 6          |
| <b>Total</b> | <b>200</b> | <b>100</b> |

Al describir la prevalencia de nomofobia en adolescentes de Paucarpata, se observa que el 55.0 % se encuentra en el nivel alto, el 38.5 % en el nivel medio y un 6.0 % en el nivel bajo, es decir, que en general, que 5 de cada 10 adolescentes experimentan un miedo intenso e irracional a no poder usar su dispositivo móvil, lo que evidencia una relación de alta dependencia emocional y psicológica con el dispositivo. Este miedo, conocido como nomofobia (miedo a estar sin teléfono móvil), refleja la importancia que tiene el dispositivo móvil como una extensión de su vida social, personal y académica. Por otro lado, el 38 % se encuentra en un nivel medio de preocupación, mostrando que, aunque experimentan cierta ansiedad al no tener acceso al dispositivo, no llega a niveles extremos. King et al. (2010) el nivel de nomofobia, implica sentir malestar o ansiedad cuando no se dispone de un dispositivo móvil, es decir, experimentar un temor a quedarse tecnológicamente desconectado. Álvarez-Cabrera et al. (2021) destacan que, a pesar de la falta de un reconocimiento oficial formal, la interpretación y el impacto de la Nomofobia son ampliamente aceptados, especialmente entre los adolescentes. Este fenómeno ha llevado a un aumento en la dependencia de los teléfonos móviles, sin una conciencia adecuada sobre las posibles consecuencias o adicciones que puede generar. En el caso de los adolescentes, el nivel de Nomofobia tiende a ser más pronunciado, afectando tanto su salud física como emocional. Esta dependencia puede tener un impacto negativo en su desarrollo social y académico, ya que su atención y bienestar se ven comprometidos por la constante necesidad de estar conectados.

### **Discusión**

La investigación sobre la nomofobia en adolescentes es crucial debido a su impacto en diversas áreas de su vida. Este problema, definido como el miedo irracional a estar desconectado de un dispositivo móvil, está relacionado con altos niveles de ansiedad y dependencia emocional, afectando el rendimiento académico, las relaciones interpersonales y el bienestar social y la salud mental. Además, la adolescencia es una etapa clave para el desarrollo psicológico y social, lo que hace que sean particularmente vulnerables a las consecuencias negativas de la tecnología (Franco-Guanilo et al., 2022).

En ese sentido al analizar la tabla 1, se observa que, al examinar la dificultad para comunicarse a través del dispositivo móvil en adolescentes de Paucarpata, se identifica que los adolescentes se encuentran en un nivel moderado y nivel elevado. Datos que indican que aproximadamente 3 de cada 10 jóvenes experimentan frustración o malestar ante la imposibilidad de conectarse de forma inmediata o utilizar servicios de comunicación. Esos resultados se complementan con los encontrados por Álvarez-Cabrera et al. (2021). En el contexto actual, la comunicación digital no solo se ha convertido en una herramienta cotidiana, sino en una necesidad percibida para mantener la integración social, la autoexpresión y la interacción con el entorno (Díaz & Extremera, 2020). Esta situación es particularmente relevante en adolescentes, quienes atraviesan una etapa de desarrollo en la que el sentido de pertenencia y la validación social adquieren un papel fundamental. Para ellos, el uso del dispositivo móvil y de aplicaciones de mensajería o redes sociales representa un medio principal para construir y mantener relaciones interpersonales, así como para expresar sus identidades. La incapacidad de acceder a estas plataformas genera sentimientos de exclusión, ansiedad y una percepción de pérdida de control sobre su entorno social (Álvarez-Cabrera et al., 2021).

Desde una perspectiva más amplia, esto refleja cómo las tecnologías han transformado los patrones de comunicación y las expectativas sociales, generando una dependencia que puede amplificar desigualdades en el acceso a la tecnología o exacerbar problemas emocionales preexistentes. Por lo tanto, estos datos llaman a reflexionar sobre la necesidad de educar a los adolescentes en el uso responsable de las tecnologías, promover la regulación emocional frente a la desconexión digital y fomentar espacios de interacción social que no dependan exclusivamente de los dispositivos electrónicos. En este contexto, las familias, las escuelas y las políticas públicas tienen un rol crucial para crear un equilibrio entre la integración tecnológica y el bienestar social y emocional (Pastor, 2022).

Al analizar la tabla 2, la pérdida de conexión a través del dispositivo móvil en adolescentes de Paucarpata, se encontró que los adolescentes se ubican en un nivel medio y solo un pequeño porcentaje en el nivel alto. Esto indica que únicamente 2 de cada 10 adolescentes experimentan una desconexión significativa con su identidad en línea al estar desconectados. Estos resultados, se complementan con Díaz & Extremera (2020) quienes indican que, para una minoría, su presencia en las redes sociales, resulta esencial para su autopercepción y bienestar emocional. Los resultados sugieren que la mayoría de los adolescentes en Paucarpata no perciben una desconexión significativa con su identidad en línea cuando no tienen acceso a sus dispositivos móviles. Es posible que estos jóvenes cuenten con otros espacios o redes de apoyo, como la familia, los amigos en contextos presenciales, o actividades extracurriculares, que contribuyen a una identidad más equilibrada y menos dependiente del ámbito digital.

Por otro lado, el hecho de que un pequeño porcentaje de adolescentes experimente una desconexión alta indica que hay un grupo que depende significativamente de su presencia en redes sociales para validar su identidad y bienestar emocional. Esto podría estar vinculado a una mayor exposición a la cultura digital, donde la aprobación social, expresada en

interacciones como “likes”, comentarios y seguidores, se convierte en un indicador central de autoestima. Este fenómeno puede generar vulnerabilidad emocional, especialmente si esas interacciones digitales son negativas o insuficientes, aumentando el riesgo de ansiedad o aislamiento (Herrera & Ochoa, 2018).

Con respecto a la tabla 3, los adolescentes se encuentran en un nivel medio de incomodidad al no poder usar su dispositivo móvil, y otro porcentaje en el nivel alto, lo que indica que 3 de cada 10 adolescentes sienten molestia significativa y 6 de cada 10 un grado moderado. Estos resultados se complementan con Ortiz et al. (2016), quienes indican que los resultados reflejan la fuerte dependencia de los adolescentes hacia los dispositivos móviles como herramienta de comunicación y conexión social. La incomodidad moderada o alta evidencia cómo los dispositivos se han convertido en una extensión esencial de sus relaciones. Esta dependencia podría estar relacionada con la validación social y pertenencia en entornos digitales. A nivel social, es importante equilibrar esta interacción digital con experiencias que fortalezcan habilidades de convivencia y bienestar más allá de la pantalla.

Con respecto a la tabla 4, renunciar a la comodidad, aquí los adolescentes tienen una dependencia moderada hacia las funciones del dispositivo móvil, y un grupo pequeño no significativo es el más afectado psicológicamente por el control de aspectos como batería, cobertura y saldo. Estos resultados indican que la dependencia a los dispositivos móviles, incluso en términos funcionales, refleja cómo han trascendido su función básica de comunicación para convertirse en herramientas indispensables de organización y conexión (INEI, 2018). En el caso de la alta dependencia, esta relación podría interpretarse como una manifestación de ansiedad tecnológica, donde la falta de control genera incomodidad o estrés. Esto podría estar vinculado a una sociedad que valora la hiperconectividad y la inmediatez, haciendo que los adolescentes perciban el acceso constante como una necesidad más que un lujo (Jahrami et al., 2023).

Socialmente, estos resultados subrayan la necesidad de educar sobre el uso consciente de la tecnología, fomentando el desapego a través de actividades que prioricen la interacción cara a cara y el equilibrio emocional. También resalta la importancia de promover prácticas que minimicen la ansiedad tecnológica, como establecer límites saludables para el uso del dispositivo móvil (Franco-Guanilo et al., 2022).

Con respecto al objetivo general, los resultados muestran que los adolescentes de Paucarpata experimentan un alto nivel de nomofobia, es decir, un miedo intenso e irracional a no poder usar su dispositivo móvil, mientras que otro porcentaje tiene una dependencia media. Estos resultados, son complementarios con Acosta- Trejo et al. (2017, quienes indican que esta alta prevalencia de nomofobia revela la creciente importancia del dispositivo móvil no solo como herramienta de comunicación, sino también como un símbolo de conexión social y pertenencia. El miedo a estar desconectado refleja la presión social que los jóvenes sienten para estar siempre disponibles y conectados a sus redes sociales, lo que puede generar una dependencia emocional y psicológica hacia el dispositivo (Díaz & Extremera, 2020). Este fenómeno pone de manifiesto el impacto de la cultura digital en la autoestima de los adolescentes y en su capacidad para manejar las interacciones fuera del ámbito virtual. La nomofobia también destaca la necesidad urgente de educar a los jóvenes sobre el uso saludable de la tecnología, promoviendo un equilibrio que no dependa exclusivamente de la conexión digital para el bienestar social y emocional. Comprobándose, de esta forma la hipótesis de investigación, es decir, existe niveles altos de prevalencia de la nomofobia.

## <sup>2</sup> **CAPÍTULO III**

### **PROPUESTAS DE TRABAJO SOCIAL PARA LA SOLUCIÓN DE LA**

### **PROBLEMÁTICA**

A partir de la investigación realizada y el análisis del problema identificado como objeto de intervención desde el Trabajo Social, se proponen a continuación dos proyectos como posibles soluciones para abordar y mejorar la problemática detectada

#### **PROPUESTA DE INTERVENCIÓN N.º 1**

#### **PROYECTO 1: CONCIENTIZANDO SOBRE EL USO SALUDABLE DE**

#### **TECNOLOGÍA**

##### **1.19. Fundamentación**

El uso excesivo de dispositivos móviles entre adolescentes ha provocado una dependencia creciente hacia estos dispositivos, derivando en la nomofobia, un fenómeno que afecta no solo su desempeño académico, sino también sus relaciones interpersonales y su integración en dinámicas sociales. Desde la perspectiva del trabajador social, esta problemática trasciende lo individual y se configura como un desafío comunitario, evidenciando una desconexión con los entornos sociales y familiares. La nomofobia dificulta el fortalecimiento de relaciones presenciales significativas y genera barreras que afectan la convivencia familiar y la participación activa en el entorno escolar y comunitario.

En este contexto, el trabajador social asume un rol clave para abordar esta problemática como un fenómeno social complejo, que requiere intervenciones integradoras y participativas. Esto implica, identificar los factores que contribuyen al uso excesivo de la tecnología y fomentar estrategias que fortalezcan lazos sociales y habilidades de interacción. A través de programas educativos, talleres comunitarios y la sensibilización de los involucrados, se busca promover un equilibrio en el uso de la tecnología y reforzar las dinámicas sociales saludables, creando un impacto positivo tanto en los adolescentes como en su entorno inmediato.

### **1.20. Objetivos**

- Brindar capacitación a los adolescentes acerca de los riesgos asociados al uso excesivo de dispositivos móviles y promover un manejo consciente y responsable de los mismos, a través de la implementación de talleres participativos.
- Fortalecer las habilidades sociales de los adolescentes, promoviendo un uso saludable y equilibrado de la tecnología que contribuya a mejorar su bienestar personal, su rendimiento académico y la calidad de sus relaciones interpersonales.

### **1.21. Meta**

- Lograr que el 100 % de los adolescentes participantes, equivalente a 200 estudiantes de las IE públicas del distrito de Paucarpata, desarrollen un manejo consciente y equilibrado de los dispositivos móviles.
- Lograr que el 100 % de los adolescentes participantes, equivalente a 200 estudiantes, fortalezcan sus relaciones interpersonales y mejoren su rendimiento académico durante el periodo de intervención.

### **1.22. Indicadores**

- Porcentaje de adolescentes que participan activamente en las actividades grupales de intervención, como dinámicas de grupo y sesiones de *coaching*, evidenciando su interés y compromiso con el proceso de intervención.
- Porcentaje de adolescentes evaluados mediante la valoración cualitativa de las observaciones realizadas por los docentes y las trabajadoras sociales sobre sus interacciones en actividades grupales y su comportamiento en el entorno escolar.

### **1.23. Medios de Verificación**

- Registros de asistencia a talleres y actividades.
- Encuestas pre y post capacitación para medir el nivel de sensibilización sobre el uso de dispositivos móviles.

- Reportes de seguimiento individual y grupal, elaborados por el trabajador social, que evidencien avances en habilidades socioemocionales.
- Evidencia documental (fotografías, videos, actas de reuniones) de las actividades realizadas.
- Evaluaciones académicas y registros de docentes sobre el impacto en el desempeño escolar

## **1.24. Actividades**

### ***1.24.1. Talleres de sensibilización y capacitación:***

#### **Sesiones grupales sobre los riesgos del uso excesivo de dispositivos móviles:**

Dirigidas a adolescentes, profesores y padres de familia, estas sesiones abordarán las consecuencias negativas del uso excesivo de dispositivos, incluyendo la nomofobia, el impacto en la salud mental y el rendimiento académico. Se promoverá la reflexión y la adopción de hábitos tecnológicos responsables.

#### **Dinámicas participativas con casos prácticos y ejemplos cotidianos:**

A través de actividades interactivas y análisis de situaciones comunes, los participantes identificarán patrones de uso problemático y desarrollarán estrategias para fomentar un equilibrio saludable con la tecnología.

#### **Taller de fortalecimiento de redes de apoyo social:**

Enfocado en promover la comunicación y el apoyo entre pares, familiares y docentes, este taller busca desarrollar habilidades para detectar y manejar señales de nomofobia, resaltando la importancia de las relaciones humanas y el trabajo en equipo como soporte emocional.

#### **Taller de intervención desde el enfoque comunitario:**

Este espacio capacitará a los participantes en la implementación de actividades y campañas que promuevan el uso consciente de la tecnología dentro de la comunidad educativa.

Se fomentará la colaboración entre instituciones, familias y estudiantes para crear entornos tecnológicos saludables

**1.24.2. Campañas educativas:**

- Diseñar materiales didácticos (folletos, videos y carteles) para fomentar el uso responsable de la tecnología en la institución educativa.
- Organizar ferias informativas en colaboración con profesores y padres de familia.

**1.24.3. Acciones y estrategias específicas de la trabajadora social**

**1) Intervención Individual**

**Orientación personalizada:** Brindar sesiones individuales para adolescentes con niveles altos de dependencia tecnológica, ayudándolos a identificar las causas subyacentes de su comportamiento.

**Evaluación socioemocional:** Aplicar herramientas para identificar el impacto de la nomofobia en el bienestar social del adolescente, y proponer un plan de acción adaptado a sus necesidades.

**2) Intervención Familiar**

**Asesoramiento familiar:** Trabajar con las familias para promover una dinámica de apoyo en la que se establezcan límites claros y consensuados sobre el uso de dispositivos móviles.

**Fortalecimiento de la comunicación:** Realizar talleres para mejorar la comunicación intrafamiliar, fomentando espacios de diálogo sobre el impacto de la tecnología en las relaciones y el bienestar familiar.

**3) Intervención Grupal**

**Grupos de apoyo:** Crear espacios donde los adolescentes compartan sus experiencias y aprendizajes respecto al uso de dispositivos móviles, favoreciendo el intercambio de estrategias de manejo.

**Talleres de habilidades sociales:** Capacitar a los adolescentes en habilidades de interacción cara a cara, como la empatía, el manejo de conflictos y la comunicación efectiva, reduciendo la dependencia tecnológica para socializar.

#### **4) Intervención Comunitaria**

**Campañas de sensibilización:** Diseñar e implementar campañas en instituciones educativas y comunidades, enfocadas en los riesgos de la nomofobia y el fomento del uso responsable de la tecnología.

**Creación de entornos alternativos:** Colaborar con instituciones educativas y otros actores comunitarios para desarrollar actividades recreativas, culturales o deportivas que ofrezcan alternativas saludables al uso del teléfono móvil.

#### **5) Coordinación Interinstitucional**

**Articulación con instituciones educativas y de salud:** Trabajar en conjunto con psicólogos, docentes y otros profesionales para abordar de manera integral los casos de nomofobia.

**Políticas educativas:** Promover la implementación de normativas escolares que regulen el uso de dispositivos móviles y fomenten la educación digital responsable.

#### **1.24.4. Evaluación y retroalimentación:**

- Aplicar evaluaciones antes, durante y después del programa para medir el impacto de las actividades.
- Realizar sesiones de retroalimentación con adolescentes, padres de familia y profesores para mejorar las estrategias implementadas.

#### **1.25. Periodo de ejecución**

- El proyecto se llevará a cabo en un período aproximado de tres meses calendario.

#### **1.26. Responsables**

- Mabel Chambi Paja y Jhessica Chancolla Choque.

## **PROPUESTA DE INTERVENCIÓN N.º 2**

### **PROYECTO 2: FORTALECIENDO LAS HABILIDADES SOCIALES**

#### **1.27. Fundamentación**

Desencadenado una serie de efectos de sus habilidades sociales. El miedo irracional a estar sin el teléfono móvil, ha hecho que muchos adolescentes se desconecten de sus habilidades sociales del entorno social y familiar, afectando tanto sus relaciones interpersonales como su rendimiento académico. Desde la perspectiva del Trabajo Social, se observa que este fenómeno no solo impacta al individuo, sino también a la comunidad.

Este proyecto busca intervenir en esta problemática mediante el fortalecimiento de las habilidades sociales, elementos clave que permitirán a los adolescentes manejar mejor su relación con la tecnología, desarrollando un sentido de pertenencia y conexión más fuerte con su entorno. Al mejorar su bienestar social, los adolescentes podrán establecer las relaciones interpersonales más saludables. Este enfoque integral busca recuperar el equilibrio entre la interacción digital y la comunicación cara a cara, promoviendo un desarrollo personal y académico más pleno.

#### **1.28. Objetivo**

- Capacitar a los adolescentes en el manejo consciente de sus relaciones interpersonales a través de actividades grupales que fortalezcan las habilidades sociales.
- Motivar a los adolescentes a participar activamente en actividades que fomenten la interacción social cara a cara, promoviendo la construcción de relaciones saludables fuera del entorno digital.

#### **1.29. Meta**

- El 100 % de los adolescentes participantes serán beneficiados por un programa de fortalecimiento de habilidades sociales en un plazo de 4 meses, asegurando que todos adquieran las herramientas necesarias para mejorar sus habilidades de interacción social

- 100 % de los adolescentes participarán activamente en actividades grupales, garantizando su involucramiento en el desarrollo de habilidades sociales que fortalezcan su bienestar social.

### **1.30. Indicadores**

- % de participación activa en actividades grupales mediante la participación en las dinámicas de grupo, con evidencia de la implicación de los adolescentes en las sesiones de aprendizaje.
- % de mejora en las habilidades interpersonales mediante la evaluación a través de observaciones y encuestas de los docentes sobre el progreso de los adolescentes.

### **1.31. Medios de Verificación**

- Para la verificación del % de reportes periódicos sobre los avances en el desarrollo de habilidades sociales, se detallará la participación y los resultados obtenidos a lo largo del proceso.
- Para la verificación del % de asistencia y participación en las actividades grupales, se revisarán las listas de asistencia para asegurar que todos los adolescentes estén involucrados activamente en las dinámicas propuestas

### **1.32. Acciones y estrategias específicas de la trabajadora social**

#### **1) Talleres de Desarrollo de Habilidades Sociales**

- **Comunicación efectiva:** Diseñar dinámicas para enseñar a los estudiantes a expresar ideas, emociones y necesidades de manera asertiva, evitando la agresividad o la pasividad.
- **Resolución de conflictos:** Implementar actividades que promuevan el diálogo, la negociación y el manejo adecuado de desacuerdos entre pares.
- **Trabajo en equipo:** Organizar ejercicios colaborativos para fomentar el respeto, la cooperación y la escucha activa.

## **2) Actividades de Integración**

- **Dinámicas grupales:** Promover juegos y actividades que refuercen la confianza mutua, la empatía y la cohesión entre los estudiantes.
- **Campañas de convivencia escolar:** Implementar iniciativas como días temáticos o desafíos grupales que promuevan valores como la tolerancia y el respeto.

## **3) Capacitación a Docentes y Familias**

- **Talleres para docentes:** Capacitar a los profesores en estrategias para fomentar habilidades sociales dentro del aula, como el uso de metodologías participativas y la mediación en conflictos.
- **Orientación para padres:** Brindar charlas sobre cómo fortalecer las habilidades sociales desde casa, incentivando la práctica de valores como la empatía y la comunicación abierta.

## **4) Creación de Programas Permanentes**

- **Programas de mentoría entre pares:** Establecer un sistema donde estudiantes con habilidades sociales desarrolladas orienten y apoyen a compañeros con dificultades.
- **Clubes y actividades extracurriculares:** Fomentar espacios como clubes de debate, teatro, música o deportes para que los estudiantes desarrollen habilidades interpersonales en un entorno práctico.

## **5) Promoción de la Participación Estudiantil**

- **Consejos estudiantiles:** Incentivar la creación o fortalecimiento de organizaciones estudiantiles que fomenten la participación activa y la toma de decisiones en el entorno escolar.
- **Proyectos sociales:** Involucrar a los estudiantes en actividades comunitarias que les permitan aplicar habilidades sociales en contextos reales.

***1.32.1. Acciones de Coordinación:***

- Organizar reuniones con padres, profesores y autoridades escolares para asegurar el compromiso con el proyecto y establecer objetivos claros para cada fase del proceso.
- Coordinar con los profesores para integrar los conceptos trabajados en las actividades dentro de las dinámicas escolares cotidianas, promoviendo una integración continua de las habilidades sociales en el ambiente educativo.

***1.32.2. Acciones de Motivación:***

- Realizar sesiones de apertura del programa donde se expongan los beneficios de mejorar las habilidades sociales, motivando a los adolescentes a participar activamente.
- Crear campañas dentro de la institución educativa, utilizando carteles y mensajes motivacionales que refuercen la importancia de las interacciones cara a cara y el uso equilibrado de la tecnología.

***1.32.3. Acciones de Organización:***

- Organizar grupos de trabajo y actividades interactivas en las que los adolescentes puedan desarrollar habilidades sociales a través de juegos de rol, resolución de conflictos y actividades en grupo.
- Planificar sesiones de coaching centradas en las habilidades sociales, asegurando que cada participante tenga la oportunidad de reflexionar sobre las relaciones con los demás.

***1.32.4. Acciones de Capacitación:***

- Capacitar a los adolescentes mediante talleres sobre habilidades sociales, donde se aborden temas como la comunicación asertiva y la resolución de conflictos.
- Impartir talleres de coaching que ayuden a los adolescentes a enfrentar la desconexión tecnológica de manera positiva.

***1.32.5. Acciones de Evaluación y Seguimiento:***

- Realizar sesiones periódicas de retroalimentación con los adolescentes para evaluar los avances y áreas de mejora, brindándoles herramientas adicionales si es necesario.
- Aplicar encuestas y entrevistas con los participantes y profesores al final del programa para medir el impacto de la intervención en términos de habilidades sociales.

**1.33. Periodo de ejecución**

- El proyecto se llevará a cabo en un período aproximado de tres meses calendario.

**1.34. Responsables**

- Mabel Chambi Paja y Jhessica Chancolla Choque.

## CONCLUSIONES

**PRIMERA:** Al describir la prevalencia de nomofobia en los adolescentes del distrito de Paucarpata, se encontró que 55.0 % presenta un nivel alto de nomofobia, lo que refleja un miedo intenso e irracional al no poder utilizar su teléfono inteligente. Además, el 38.5 % de los adolescentes muestra un nivel medio, mientras que solo el 6.0 % presenta un nivel bajo. Estos datos evidencian una fuerte dependencia hacia el dispositivo móvil, lo cual tiene un impacto negativo en su ámbito social. De esta manera, los resultados confirman la hipótesis planteada.

**SEGUNDA:** Al identificar el nivel de incapacidad para comunicarse a través del dispositivo móvil en los adolescentes de Paucarpata, se encontró que el 48.0 % se encuentra en un nivel medio, el 31.5 % en un nivel alto y el 20.5 % en un nivel bajo. Esto revela que los adolescentes experimentan sentimientos de frustración o incomodidad cuando no pueden comunicarse de manera inmediata ni acceder a su teléfono, evidenciando una dependencia significativa hacia este medio de comunicación.

**TERCERA:** Al indagar el nivel de la pérdida de conexión a través del dispositivo móvil en los adolescentes del distrito de Paucarpata, se observó que el 41.0 % presenta un nivel medio, el 39.5 % un nivel bajo y el 19.5 % un nivel alto. Esto indica que los adolescentes sienten una desconexión significativa con su identidad en línea al estar desconectados, ya que su presencia en las redes sociales resulta fundamental para su bienestar social.

**CUARTA:** Al precisar el nivel de incapacidad para acceder a la comunicación a través del dispositivo móvil en los adolescentes, se identificó que el 57.0 % se encuentra en un nivel medio, el 32.0 % en un nivel alto y el 11.0 % en un nivel bajo. Esto evidencia que los adolescentes experimentan incomodidad o molestia cuando

pierden el acceso inmediato a su teléfono, reflejando una dependencia considerable hacia este medio de comunicación.

**QUINTA:** Al identificar el nivel de renuncia a la comodidad por el dispositivo móvil en los adolescentes del distrito de Paucarpata, se observa que el 51.0 % se encuentra en un nivel medio, el 32.5 % en un nivel bajo y el 11.0 % en un nivel alto. Esto indica que los adolescentes experimentan una fuerte dependencia del control total sobre su dispositivo móvil, especialmente en aspectos funcionales como la batería, la cobertura y el saldo.

## RECOMENDACIONES

**PRIMERA:** El profesional en Trabajo Social debe llevar a cabo sesiones grupales dirigidas a adolescentes, docentes y padres de familia, enfocadas en los riesgos asociados al uso excesivo de dispositivos móviles. Estas sesiones deberán incluir dinámicas participativas, basadas en casos prácticos y ejemplos cotidianos que aborden la nomofobia, con el objetivo de sensibilizar a los participantes y fomentar el uso responsable.

**SEGUNDA:** Es fundamental incorporar un equipo multidisciplinario en las instituciones educativas para capacitar a los adolescentes en habilidades sociales, abordando temas como la comunicación asertiva y la resolución de conflictos. Asimismo, se deben ofrecer talleres de coaching que apoyen a los adolescentes en la gestión de la desconexión tecnológica, promoviendo un enfoque positivo que fortalezca su bienestar social.

**TERCERA:** Es necesario que los docentes de las instituciones educativas reciban capacitación por parte de profesionales en Trabajo Social para conducir sesiones periódicas de retroalimentación con los adolescentes sobre la dependencia de los dispositivos móviles. Estas sesiones permitirán evaluar los avances y áreas de mejora, proporcionando a los estudiantes herramientas adicionales para gestionar de manera más saludable el uso de la tecnología.

**CUARTA:** El profesional en Trabajo Social debe intervenir y coordinar las situaciones de riesgo asociadas a la nomofobia que impactan el aprendizaje y el desarrollo social de los adolescentes. Además, deben fomentar la participación responsable de los estudiantes y colaborar estrechamente con las familias y otros organismos sociales para abordar este desafío.

## REFERENCIAS

- Álvarez-Cabrera, P., Parra, R., Jerez, R., & Arias, C. (2021). Niveles de Nomofobia y Phubbing en estudiantes de la Universidad Santo Tomás de la Ciudad de Arica. *Fides Et Ratio*, 22(18), 91–108.  
[http://www.scielo.org.bo/pdf/rfer/v22n22/v22n22\\_a06.pdf](http://www.scielo.org.bo/pdf/rfer/v22n22/v22n22_a06.pdf)
- 3 Atmoko, A., Sari, I., Da Costa, A., Utami, N., & Wahyuni, E. (2022). Smartphone addiction among adolescence students: Its implication toward family communication, learning, guidance and counselling. *Journal kajian bimbingan dan konseling*, 7(1), 1 - 9.  
<https://doi.org/10.17977/um001v7i12022p1-9>
- 7 Barrios, D., Bejar, V., & Cauchos, V. (2017). Uso excesivo de Smartphones/ teléfonos celulares: Phubbing y Nomofobia. *Revista Chilena de Neuro Psiquiatriach*, 55(3), 2.  
<https://scielo.conicyt.cl/pdf/rchnp/v55n3/0034-7388-rchnp-55-03-0205.pdf>
- 3 Caba-Machado, V., Machimbarrena, J. M., Díaz - López, A., Sevilla-Fernández, D., Pérez-Sancho, C., & González-Cabrera, J. (2023). Nomophobia questionnaire short form: Psychometric properties and longitudinal association with anxiety, stress, and depression in adolescents. *International journal of human-computer interaction*, 16(1), 1-11.  
<https://doi.org/10.1080/10447318.2023.2215626>
- Capilla, E., & Cubo, S. (2017). Phubbing. Conectados a la red y desconectados de la realidad. Un análisis en relación con el bienestar psicológico. *Revista de Medios y Educación*, 1(50), 173-185. <http://www.redalyc.org/pdf/368/36849882012.pdf>
- Carrasco, S. (2019). Metodología de la investigación científica. Pautas metodológicas para diseñar y elaborar el proyecto de investigación.
- Çırak, M., y Tuzgöl Dost, M. (2022). Nomofobia en estudiantes universitarios: los roles de la adicción digital, la conectividad social y la satisfacción vital. *Revista Turca de Orientación y Asesoramiento Psicológico*, 12(64), 35-52.  
<https://doi.org/10.17066/tpdrd.1095905>

9

Díaz, N., & Extremera, N. (2020). Inteligencia Emocional, Adicción Al Smartphone y Malestar Psicológico Como Predictores de la Nomofobia en Adolescentes. *Know and Share Psychology*, 1(2), 7–13. <https://doi.org/10.25115/kasp.v1i2.3195>

1

Franco-Guanilo, R., y Hervías-Guerra, E. (2022). Estructura factorial, validez y confiabilidad de la escala de nomofobia en estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana. *Propósitos Y Representaciones*, 10(2), e1572. <https://doi.org/10.20511/pyr2022.v10n2.1572>

Guevara Vargas, M., Cucho Hidalgo, Y. D. F., Medina Oliva, L. Y., & Hernandez Chuquimbalqui, A. F. (2025). Programa Cognitivo Conductual para la Prevención de la Nomofobia en Estudiantes de una Institución Educativa Pública Peruana. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 9(1), 2903-2918. [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v9i1.16054](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i1.16054)

González-Rivera, J., Segura-Abreu, L., & Urbistondo-Rodríguez, V. (2018). Phubbing en las Relaciones Románticas: Uso del Celular, Satisfacción en la Pareja, Bienestar Psicológico y Salud Mental. *Interacciones*, 4(2), 81-91. doi:10.24016/2018.v4n2.117

Hernández-Sampieri, R., Fernández, C., & Baptista, M. (2014). Metodología de la investigación. (ed.); 6ª. ed., McGraw-Hill. <https://www.esup.edu.pe/wpcontent/uploads/2020/12/2>.

Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw-Hill. <https://www.esup.edu.pe/wpcontent/uploads/2020/12/2>.

Herrera, A. & Ochoa, G. (2018). *Estudio cualitativo de la nomofobia en adolescentes de la I.E. Francisco Mostajo de Tiabaya Arequipa 2018*. (Tesis de licenciatura, Universidad nacional de San Agustín de Arequipa). Repositorio UNSA. <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/7632>

Humpiri Mamani, H. E. (2023). Acceso a Internet y los determinantes socioeconómicos en el Perú, período 2016-2019. *Semestre Económico*, 12(1), 39–49.

<https://doi.org/10.26867/se.2023.v12i1.143>

<sup>10</sup> Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2023, 6 de diciembre). *El 86,1% de la población de 6 a 17 años hace uso de Internet mediante el celular en el tercer trimestre de 2023*. <https://m.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/noticias/nota-de-prensa-n-185-2023-inei.pdf>

INEI (2023). El 77,3% de la población del país de 6 años y más de edad usó Internet en el segundo trimestre del año 2023. <https://m.inei.gob.pe/prensa/noticias/el-773-de-la-poblacion-del-pais-de-6-anos-y-mas-de-edad-uso-internet-en-el-segundo-trimestre-del-ano-2023-14580/#:~:text=Durante%20el%20segundo%20trimestre%20de,a%20similar%20trimestre%20de%202022>.

<sup>3</sup> Islami, H., Derisma, & Yolanda, D. (2022). Rancang Bangun Buku Elektronik Menggunakan Mikrokontroler Dan Voice Recognition Module V3 Untuk Pencegahan Nomophobia Pada Anak Usia Prasekolah. *CHIPSET*, 3(2), 94-101. <https://doi.org/10.25077/chipset.3.02.94-101.2022>

Jahrami, H., Trabelsi, K., Boukhris, O., Hussain, J., Alenezi, A., Humood, A., Saif, Z., Pandi- Perumal, S., & Seeman, M. (2023). La prevalencia de síntomas de nomofobia leves, moderados y graves: una revisión sistemática, metaanálisis y metarregresión. *Behavioral Sciences* 13(1), 35. <https://doi.org/10.3390/bs13010035>

King, A., Valença, A., & Nardi, A. (2010). Nomophobia: The mobile phone in panic disorder with agoraphobia: Reddmucing phobias or worsening of dependence? *Cognitive and Behavioral Neurology*, 23(1), 52–54. <https://doi.org/10.1097/WNN.0b013e3181b7eabc>

Mendoza, I. (2020). *Terapia cognitivo conductual: actualidad, tecnología*. (Tesis de Licenciatura,

Universidad Peruana Cayetano Heredia). Repositorio de la UPCH.

[https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/8907/Terapia\\_MendozaFernandez\\_Ingrid.pdf?sequence=1](https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/8907/Terapia_MendozaFernandez_Ingrid.pdf?sequence=1)

Ortiz, G., Hegewish, J., & Deloitte. (2016). Hábitos de los consumidores móviles en

México 2016. Hábitos de Los Consumidores Móviles En México 263–274.

[https://www2.deloitte.com/content/dam/Deloitte/mx/Documents/technology/Brochure\\_TMT.pdf](https://www2.deloitte.com/content/dam/Deloitte/mx/Documents/technology/Brochure_TMT.pdf)

Pastor, L. (2022). Vista de Ansiedad y estrés en Nomofobia de estudiantes de educación

técnico productiva de Lima, Perú | Horizontes. *Revista de Investigación en*

*Ciencias de la Educación*, 7, 2022.

<https://revistahorizontes.org/index.php/revistahorizontes/article/view/490/960>

Popović, I., Jadek, M., Puljek, K., & Ptiček, S. (2022). Nomophobia as a social problem-habits of using mobile phones. *The Journal of CIEES*, 2(1), 12-15.

<https://doi.org/10.48149/jciees.2022.2.1>.

Ramos-Soler, I., López-Sánchez, C., & Quiles-Soler, M. (2017). Adaptation and

validation of the Yildirim & Correia nomophobia scale in Spanish students of

“compulsory secondary education.” *Health and Addictions / Salud y Drogas*,

17(2), 201–213. <https://doi.org/10.21134/haaj.v17i2.332>

Vilchez Galarza, N. D., & Vía Y Rada Vites, J. F. (2024). Impacto de la nomofobia en la calidad

del aprendizaje en adolescentes. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(1),

10604-10622. [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v8i1.10369](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i1.10369)

Yildirim, C., & Correia, A. (2015). Exploring the dimensions of nomophobia:

Development and validation of a self-report questionnaire. *Computer in Human*

*Behavior*, 49, 130-137. doi:10.1016/j.chb.2015.02.05921.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6072314>

Yildirim, C., Sumuer, E., Adnan, M., & Yildirim, S. (2016). A growing fear: Prevalence

of nomophobia among Turkish college students. *SAGE*, 32(5), 1322-1331. Doi:  
10.1177/0266666915599025

## **Anexos**

### Anexo N° 1: Cuestionario de Nomofobia (NMP-O)

**Edad..... Sexo (M) (F)**

Horas de uso del teléfono móvil por día...

Número de veces que revisas el teléfono móvil por día... Número de teléfono móvil que dispone...

Su familia es:

- |   |                                                                   |
|---|-------------------------------------------------------------------|
| A | <b>Nuclear:</b> Viven en casa ambos padres e hijos                |
| B | <b>Extendida:</b> Viven en casa, ambos padres, hijos y parientes. |
| C | <b>Monoparental:</b> Viven en casa, un padre o madre y los hijos  |

Indique por favor en qué medida está de acuerdo o desacuerdo con cada declaración en relación a su teléfono móvil.

|    |                                                                                                                                                            |   |   |   |   |   |   |   |                |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|---|---|----------------|
| 1  | Me sentiría incomod@ sin acceso constante a la informaci3n a trav9s de mi tel9fono m3vil                                                                   |   |   |   |   |   |   |   |                |
|    | Muy en desacuerdo                                                                                                                                          | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Muy de acuerdo |
| 2  | Me molestaría si no pudiese buscar informaci3n en mi tel9fono m3vil cuando quisiera                                                                        |   |   |   |   |   |   |   |                |
|    | Muy en desacuerdo                                                                                                                                          | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Muy de acuerdo |
| 3  | Estaría nervioso si no pudiese obtener noticias (p. ej., eventos, el tiempo, etc.) en mi tel9fono m3vil                                                    |   |   |   |   |   |   |   |                |
|    | Muy en desacuerdo                                                                                                                                          | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Muy de acuerdo |
| 4  | Me molestaría si no pudiese usar mi tel9fono m3vil y sus capacidades cuando quisiera                                                                       |   |   |   |   |   |   |   |                |
|    | Muy en desacuerdo                                                                                                                                          | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Muy de acuerdo |
| 5  | Me daría miedo quedarme sin baterí@ en mi tel9fono m3vil                                                                                                   |   |   |   |   |   |   |   |                |
|    | Muy en desacuerdo                                                                                                                                          | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Muy de acuerdo |
| 6  | Entraría en pánico si me quedase sin saldo o sobrepasase mi límite mensual de datos                                                                        |   |   |   |   |   |   |   |                |
|    | Muy en desacuerdo                                                                                                                                          | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Muy de acuerdo |
| 7  | Si me quedase sin seál de cobertura de datos o no pudiera conectarme al Wifi, comprobaría constantemente si tengo seál o pudiera encontrar una red de Wifi |   |   |   |   |   |   |   |                |
|    | Muy en desacuerdo                                                                                                                                          | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Muy de acuerdo |
| 8  | Si no pudiese usar mi tel9fono m3vil, tendría miedo a quedarme tirado en algùn lugar.                                                                      |   |   |   |   |   |   |   |                |
|    | Muy en desacuerdo                                                                                                                                          | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Muy de acuerdo |
| 9  | Si no pudiera consultar mi tel9fono m3vil durante un rato, sentiría deseos de hacerlo                                                                      |   |   |   |   |   |   |   |                |
|    | Muy en desacuerdo                                                                                                                                          | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Muy de acuerdo |
| 10 | Me inquietaría no poder comunicarme inmediatamente (al momento) con mis amigos o familiares.                                                               |   |   |   |   |   |   |   |                |
|    | Muy en desacuerdo                                                                                                                                          | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Muy de acuerdo |
| 11 | Estaría preocupado porque mi familia y amigos no podrían contactar conmigo                                                                                 |   |   |   |   |   |   |   |                |
|    | Muy en desacuerdo                                                                                                                                          | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Muy de acuerdo |
| 12 | Me pondría nervioso por no poder recibir mensajes de texto y llamadas.                                                                                     |   |   |   |   |   |   |   |                |
|    | Muy en desacuerdo                                                                                                                                          | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Muy de acuerdo |
| 13 | Estaría inquieto por no poder mantener el contacto con mi familia y amigos.                                                                                |   |   |   |   |   |   |   |                |
|    | Muy en desacuerdo                                                                                                                                          | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Muy de acuerdo |
| 14 | Estaría nervioso porque no podría saber si alguien había intentado contactar conmigo                                                                       |   |   |   |   |   |   |   |                |
|    | Muy en desacuerdo                                                                                                                                          | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Muy de acuerdo |
| 15 | Me inquietaría haber dejado de estar constantemente en contacto con mi familia y amigos                                                                    |   |   |   |   |   |   |   |                |
|    | Muy en desacuerdo                                                                                                                                          | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Muy de acuerdo |
| 16 | Estaría nervioso porque estaría desconectado de mi identidad en línea (virtual)                                                                            |   |   |   |   |   |   |   |                |
|    | Muy en desacuerdo                                                                                                                                          | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Muy de acuerdo |
| 17 | Me sentiría mal porque no podría estar al día con las redes sociales y redes en línea                                                                      |   |   |   |   |   |   |   |                |
|    | Muy en desacuerdo                                                                                                                                          | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Muy de acuerdo |
| 18 | Me sentiría incomodo por no poder consultar mis notificaciones de actualizaciones de mis contactos y redes en línea                                        |   |   |   |   |   |   |   |                |
|    | Muy en desacuerdo                                                                                                                                          | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Muy de acuerdo |
| 19 | Sentiría ansiedad porque no podría comprobar mi correo electrónico.                                                                                        |   |   |   |   |   |   |   |                |
|    | Muy en desacuerdo                                                                                                                                          | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Muy de acuerdo |
| 20 | Me sentiría raro porque no sabría qué hacer sin mi tel9fono m3vil                                                                                          |   |   |   |   |   |   |   |                |
|    | Muy en desacuerdo                                                                                                                                          | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Muy de acuerdo |

## Anexo N° 2: Ficha

### 1 Análisis Factorial Confirmatorio del Cuestionario de nomofobia (NMP-Q)

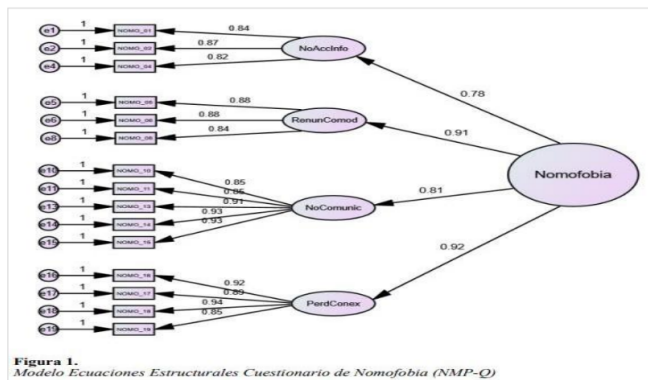
Para analizar la estructura del constructo de la escala Nomofobia NMP-Q, se llevó a cabo el Análisis Factorial Confirmatorio, se realizó un análisis en función a una matriz policóricas, empleando el método de Mínimos cuadrados no ponderados (ULS) y una varianza ajustada presentando los siguientes indicadores de ajuste compuesto por CFI= .997, TLI= 0.997 y RMSEA= 0.084.

Estos índices de ajuste se observan en la Tabla 2, confirmando un modelo de segundo orden, que se encuentra compuesto por cuatro dimensiones, Factor I, No poder comunicarse, compuesto por los ítems, 10,11,13,14,15, Factor II, Pérdida de Conectividad por los ítems 16,17,18,19, por Factor III No ser capaz de Acceder a la Comunicación por los ítems, 1,2 y 4, y finalmente por un IV factor Renunciar a la Comodidad compuestos los ítems 5,6 y 8.

En base a los indicadores de ajuste referidos, se consideró el modelo de primer orden que demuestra la Nomofobia General. Figura 1, observando que no todos los ítems han contribuido saturando en los mismos factores, por lo tanto, aquellos que no saturaban adecuadamente, debido a su bajo peso factorial debiendo eliminarse, (ítems 3,7,9,20). Se consideró este modelo como el más adecuado para representar el modelo teórico encontrado.

*Carga factorial de los ítems del Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q)*

|         | Factores |       |       |       |
|---------|----------|-------|-------|-------|
|         | 1        | 2     | 3     | 4     |
| NOMO_01 |          |       | 0.066 |       |
| NOMO_02 |          |       | 0.902 |       |
| NOMO_04 |          |       | 0.694 |       |
| NOMO_05 |          |       |       | 0.708 |
| NOMO_06 |          |       |       | 0.837 |
| NOMO_08 |          |       |       | 0.679 |
| NOMO_10 | 0.748    |       |       |       |
| NOMO_11 | 0.852    |       |       |       |
| NOMO_13 | 0.805    |       |       |       |
| NOMO_14 | 0.680    |       |       |       |
| NOMO_15 | 0.743    | 0.355 |       |       |
| NOMO_16 |          | 0.726 |       |       |
| NOMO_17 |          | 0.756 |       |       |
| NOMO_18 |          | 0.725 |       |       |
| NOMO_19 |          | 0.679 |       |       |



**Figura 1.**  
Modelo Ecuaciones Estructurales Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q)

### Modelo de primer y segundo orden para el Cuestionario de Nomofobia. (NMP-Q)

En relación con la fiabilidad del instrumento, encontramos en la Tabla 3 un coeficiente de Alfa de Cronbach con un puntaje total .964 (IC AL .95% = .960 -.963), lo que indica que las puntuaciones del Cuestionario de nomofobia (NMP-Q), en estudiantes de una Universidad estatal de Lima Metropolitana, garantizan la consistencia de las puntuaciones. Así mismo la fiabilidad por cada factor fue mayor a .70 indicando una alta confiabilidad compuesta (CF). Así mismo la varianza promedio extraída (AVE) mostró una puntuación superior a .50 mostrando una convergencia adecuada en todos los factores.

*Análisis de coeficientes de confiabilidad del Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q)*

| Factores | Alfa de Cronbach<br>$\alpha$ | CF    | AVE   | Omega McDonald $\omega$ |
|----------|------------------------------|-------|-------|-------------------------|
| F1       | 0.942                        | 0.941 | 0.802 | 0.94                    |
| F2       | 0.933                        | 0.934 | 0.812 | 0.928                   |
| F3       | 0.862                        | 0.869 | 0.711 | 0.862                   |
| F4       | 0.872                        | 0.879 | 0.750 | 0.873                   |

Nota: Sig..000;  $gI^2$ : 281; CF: Confiabilidad compuesta; AVE: Varianza promedio extraída.

Anexo N° 3. Permisos Institucionales

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <br>Institución Educativa 40010 "Julio C. Tello"<br>Av. Revolución 400, Cdra. 11 Paucarpata<br>Cód. Mod. Local 062465, Telef. 054-629015                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                       |
| <p>"AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO"</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p>Arequipa, 19 de diciembre del 2023.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p><b>OFICIO N° 304-2023-DIE-40010-JCT.</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Srtas.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | : <b>JHESSICA LENNY CHANCOLLA CHOQUE</b><br><b>MABEL CHAMBI PAJA</b><br>Bachiller en Trabajo Social de la Universidad<br>Católica de Santa María<br>Presente.-                                                                                                         |
| Asunto                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | : Aceptación de encuesta para proyecto de investigación.                                                                                                                                                                                                               |
| Referencia                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | : Solicitud de permiso de aplicación de instrumento<br>de evaluación.                                                                                                                                                                                                  |
| <p>Por medio del presente, expreso mi saludo cordial a nombre de la comunidad educativa 40010 "Julio C. Tello" y a la vez en respuesta de su solicitud, se comunica la aceptación para realizar su proyecto de investigación sobre el tema de la "PREVALENCIA DE LA NOMOFobia EN ADOLESCENTES DE INSTITUCIONES EDUCATIVAS PÚBLICAS DEL DISTRITO DE PAUCARPATA-2023. Dicha investigación se aplicará a los estudiantes del 4to. grado del nivel secundario de este plantel.</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p>Es todo en cuanto tengo que informar a usted, para los fines pertinentes.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <p>Atentamente</p> <br><br>Dr. Gino Félix García Tejada<br>Director<br>I.E. 40010 "Julio C. Tello" |
| <p><small>OPCT/DIE/<br/>mz/bec:</small></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p><small>Dirección: Av. Revolución N° 1100 Ciudad Blanca Celular: 961955898 E-mail: ginito600@hotmail.com<br/>Director de la I.E. 40010 Julio C. Tello: Dr. Gino Félix García Tejada DNI. N° 29551891</small></p>                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                        |

Anexo N° 3.1 Permisos Institucionales

**INSTITUCIÓN EDUCATIVA "PADRE PÉREZ DE GUEREÑU"**  
**URB. LUZ Y ALEGRIA – PAUCARPATA**  
C.M. INICIAL: 0894105 – C.M. PRIMARIA: 0845065 – C.M. SECUNDARIA: 1120005

---

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

Arequipa, 14 de diciembre del 2023.

**OFICIO N° 0315 – 2023 – IE - PPG**

Srta.  
Mabel Chambi Paja  
Bachiller en Trabajo Social de la Universidad Católica de Santa María

**PRESENTE.-**

**ASUNTO:** Aceptación para realizar proyecto de investigación.

Tengo el agrado de dirigirme a Ud. para saludarla cordialmente y a la vez hacerle comunicar la **ACEPTACIÓN** para que realice su proyecto de investigación sobre el tema **"PREVALENCIA DE LA NOMOFOBIA EN ADOLESCENTES DE INSTITUCIONES EDUCATIVAS PÚBLICAS DEL DISTRITO DE PAUCARPATA-2023"** y pueda ser aplicado a los estudiantes de esta Institución Educativa.

Sin otro particular, es propicia la ocasión para renovar los sentimientos de mi consideración distinguida.

Atentamente,



ASLP/D.  
gchr.

---

DIRECTOR: DNI 29377963 CELULAR: 957711172 CORREO: solanoluquepinto@gmail.com  
Av. Che Guevara N° 700, cuadra 9 Ciudad Blanca – Paucarpata, Teléfono (054) 508481 Arequipa – Perú

Anexo N° 3.2 Permisos Institucionales

**INSTITUCIÓN EDUCATIVA "PADRE PÉREZ DE GUERENU"**  
**URB. LUZ Y ALEGRIA – PAUCARPATA**  
C.M. INICIAL: 0894105 – C.M. PRIMARIA: 0845065 – C.M. SECUNDARIA: 1120005

---

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

Arequipa, 14 de diciembre del 2023.

**OFICIO N° 0316 – 2023 – IE - PPG**

Srta.  
Jhessica Lenny Chancolla Choque  
Bachiller en Trabajo Social de la Universidad Católica de Santa María

**PRESENTE.-**

**ASUNTO:** Aceptación para realizar proyecto de investigación.

Tengo el agrado de dirigirme a Ud. para saludarla cordialmente y a la vez hacerle comunicar la **ACEPTACIÓN** para que realice su proyecto de investigación sobre el tema **"PREVALENCIA DE LA NOMOFobia EN ADOLESCENTES DE INSTITUCIONES EDUCATIVAS PÚBLICAS DEL DISTRITO DE PAUCARPATA-2023"** y pueda ser aplicado a los estudiantes de esta Institución Educativa.

Sin otro particular, es propicia la ocasión para renovar los sentimientos de mi consideración distinguida.

Atentamente,


ASLP/D.  
gchr.

DIRECTOR: DNI 29377963 CELULAR: 957711172 CORREO: solanoluquepinto@gmail.com  
Av. Che Guevara N° 700, cuadra 9 Ciudad Blanca – Paucarpata, Teléfono (054) 508481 Arequipa – Perú

Anexo N° 3.3 Permisos Institucionales



*Ministerio de Educación  
Instituto Tecnológico de Educación Superior*

**"Año de la Unidad, la Paz y el Desarrollo"**

Arequipa, 13 de diciembre de 2023

**OFICIO N° 0346-2023/IE.40174 "P.F.F.Y.A.45"**

S/TA.  
JHESSICA LENNY CHANCOLLA CHOQUE  
BACHILLER EN TRABAJO SOCIAL  
PRESENTE -

**Asunto:** Aceptación de aplicación de encuestas para Proyecto de Investigación

**Referencia:** Solicitud de permiso de aplicación de instrumento de evaluación

De mi mayor consideración:

Es muy grato dirigirme a usted para saludarlo cordialmente a nombre de la Comunidad Educativa 40174 "Paola Frassinetti Fe y Alegria 45", a la vez hacerle de conocimiento la aceptación de la aplicación del Proyecto de investigación Títulado "Prevalencia de la NOMOFOBIA en Adolescentes del distrito de Paucarpata 2023".

Dicha investigación se aplicará a los estudiantes del 3ero grado del nivel Secundaria de la IE. 40174 Paola Frassinetti Fe y Alegria 45.

En otro particular de momento, aprovecho de la oportunidad para reiterarle los sentimientos de mi especial consideración.

Atentamente;

  
  
César Clatavando Yung  
DIRECTOR



Av. El Sol 303 Miguel Grau - Paucarpata - Arequipa - Email: jhefferson@ie45-edu.pe / Teléf. 054-469118 - 928132103

Anexo N° 3.4 Permisos Institucionales

 **Institución Educativa**  
**Paola Frassinetti Fe y Alegría 45**  
**"Prevalencia de la NOMOFOBIA en**  
**Adolescentes del distrito de Paucapata"** 

"Año de la Unidad, la Paz y el Desarrollo"

Arequipa, 13 de diciembre de 2023.

**OFICIO N° 0346-2023/IE 40174 "P.F.F Y A.45"**

S/TA.  
MABEL CHAMBI PAJA  
BACHILLER EN TRABAJO SOCIAL  
**PRESENTE.**

**Asunto:** Aceptación de aplicación de encuestas para Proyecto de Investigación

**Referencia:** Solicitud de permiso de aplicación de Instrumento de evaluación

De mi mayor consideración:

Es muy grato dirigirme a usted para saludarlo cordialmente a nombre de la Comunidad Educativa 40174 "Paola Frassinetti Fe y Alegría 45", a la vez hacerle de conocimiento la aceptación de la aplicación del Proyecto de Investigación Títulado "Prevalencia de la NOMOFOBIA en Adolescentes del distrito de Paucapata 2023".

Dicha investigación se aplicará a los estudiantes del 3er grado del nivel Secundaria de la IE 40174 Paola Frassinetti Fe y Alegría 45.

Sin otro particular de momento, aprovecho de la oportunidad para reiterarle los sentimientos de mi especial consideración.

Atentamente:

    
**César Guatichaca Tany**  
**DIRECTOR**

Av. El Sol 301 Miguel Grau - Paucapata - Arequipa E-mail: paolafrassinetti@fyae45.edu.pe/ Teléf. 084-4632118 - 084-4632125

Anexo N° 4: Matriz de consistencia

| Interrogante general                                                                                                                             | Objetivo general                                                                                                                                                                       | Hipótesis                                                                                                                                          | Variables                                        | Metodología                                                                                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ¿Cuál es la prevalencia de la <b>nomofobia</b> en adolescentes de <b>instituciones educativas públicas del distrito de Paucarpata</b> ?          | Describir la prevalencia de la <b>nomofobia</b> en adolescentes de <b>instituciones educativas públicas del distrito de Paucarpata</b>                                                 |                                                                                                                                                    | Nomofobia                                        | El presente estudio de investigación es de tipo cuantitativa, nivel descriptivo, diseño de investigación es no experimental <b>Apuntes de metodología de la investigación</b> |
| <b>Interrogantes específicos</b>                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                    |                                                  |                                                                                                                                                                               |
| ¿Cuál es el nivel de incapacidad para comunicarse que manifiestan los adolescentes de instituciones educativas públicas                          | <b>Objetivos específicos</b><br>Identificar el nivel de incapacidad para comunicarse que manifiestan los adolescentes de instituciones educativas públicas del distrito de Paucarpata. | <b>Hi:</b> La prevalencia de la <b>nomofobia</b> sea alta en <b>adolescentes de instituciones educativas públicas del distrito de Paucarpata</b> . | <b>Dimensión</b><br>Incapacidad para comunicarse | <b>Población</b><br>Muestreo no probabilístico, conformado por 200 estudiantes pertenecientes a las                                                                           |
| ¿Cuál es el nivel de pérdida de conexión que manifiestan los adolescentes de instituciones educativas públicas del distrito de Paucarpata?       | Indagar el nivel de pérdida de conexión que manifiestan los adolescentes de instituciones educativas públicas del distrito de Paucarpata.                                              |                                                                                                                                                    | Pérdida de conexión                              |                                                                                                                                                                               |
| ¿Cuál es el nivel de No ser capaz de acceder a la comunicación los adolescentes de instituciones educativas públicas del distrito de Paucarpata? | Conocer el nivel de No ser capaz de acceder a la comunicación los adolescentes de instituciones educativas públicas del distrito de Paucarpata.                                        | <b>Ho:</b> La prevalencia de la <b>nomofobia</b> no sea alta en                                                                                    | No ser capaz de acceder a la comunicación        | El NMPQ, originalmente denominado <b>Cuestionario de Nomofobia</b> , fue creado por Yildirim y Correia en 2015. Posteriormente, Ramos-Galarza et al. (2017).                  |
| ¿Cuál es el nivel de renunciar a la comodidad los adolescentes de instituciones educativas públicas                                              | Identificar el nivel de <b>renunciar a la comodidad los adolescentes de instituciones educativas públicas del</b>                                                                      |                                                                                                                                                    | Renunciar a la comodidad                         |                                                                                                                                                                               |

## CONSENTIMIENTO INFORMADO

**Título del Proyecto de Investigación:** Prevalencia de la Nomofobia en Adolescentes de Instituciones Educativas Públicas del Distrito de Paucarpata-2023

**Bachilleres Investigadoras:**

Bachilleres: Mabel Chambí Paja, Jhessica Chancolla Choque

**Introducción:**

Usted ha sido invitado(a) a participar en una investigación que busca determinar la prevalencia de la nomofobia en adolescentes de instituciones educativas públicas del Distrito de Paucarpata. Su participación en este estudio es completamente voluntaria.

**Propósito de la Investigación:**

El objetivo principal de este estudio es conocer la prevalencia de la nomofobia entre los adolescentes y su posible relación con factores socioeducativos y emocionales por lo que sus hijos han sido invitados a participar del trabajo de investigación titulado "Prevalencia de la Nomofobia en Adolescentes de Instituciones Educativas Públicas del Distrito de Paucarpata-2023" a realizarse por las bachilleres: Bach. Mabel Chambí Paja y Bach. Jhessica Chancolla Choque de la Escuela Profesional de Trabajo Social, de la Universidad Católica de Santa María

**Procedimiento:**

Se ha informado que después del proceso de selección, si usted decide participar, es que su hijo ha sido elegido para participar en este estudio, por lo que se le solicitará completar un cuestionario que tomará aproximadamente entre 14 y 20 minutos. El cuestionario incluirá preguntas sobre su uso del teléfono móvil, comportamientos relacionados con su uso, y su bienestar emocional.

**Confidencialidad:**

Toda la información que proporcione será tratada con estricta confidencialidad. Los datos recolectados serán utilizados únicamente con fines académicos y no se divulgarán a terceros sin su consentimiento. Su identidad será protegida y los resultados se presentarán de forma agregada y la información solo será conocida por las investigadoras arriba señalados

**Riesgos y Beneficios:**

No existen riesgos significativos relacionados con su participación. Los beneficios de su participación incluyen el aporte a la investigación sobre la nomofobia y el bienestar de los adolescentes.

**Voluntariedad:**

Su participación es completamente voluntaria. Usted puede decidir no participar o retirarse en cualquier momento sin que ello afecte su relación con la universidad o con las investigadoras. No se le aplicará ningún tipo de penalización si decide no participar o si abandona el estudio en cualquier etapa.

**Contacto:**

Si tiene alguna pregunta sobre la investigación o sobre sus derechos como participante, puede ponerse en contacto con las investigadoras quienes estamos aplicando el cuestionario.

**Derechos de los participantes**

He leído y comprendido toda la información proporcionada. Entiendo tanto los procedimientos

como los objetivos del estudio. La participación de mi hijo(a) menor/en mi caso, mi participación, es completamente voluntaria. En caso de que, durante el proceso de recolección de datos, decida/decidimos interrumpir o no continuar con la investigación, puedo retirarme/salir del estudio en cualquier momento sin que ello implique ninguna consecuencia negativa para mi hijo(a), para mí o para mi familia. Al firmar este documento, doy mi consentimiento para que mi hijo(a) participe en este estudio/incluso para mi participación en este estudio.

**Consentimiento**

Comprendo la información proporcionada y, en virtud de ello, ACEPTO que mi hijo(a) menor participe en este estudio. Soy consciente de que, en caso de que mi hijo(a) lo decida o decida yo mismo(a), podemos interrumpir su/mi participación en cualquier momento, con total libertad y sin que ello acarree consecuencias negativas para él/ella, para mí o para nuestra familia.

Firma del Participante: \_\_\_\_\_

Fecha: 15-12-2023

Firma de la Investigadora: \_\_\_\_\_

Fecha: 15-12-2023

Firma de la Investigadora: \_\_\_\_\_

# Prevalencia de la Nomofobia en Adolescentes de Instituciones Educativas Públicas del Distrito de Paucarpata, 2023

## INFORME DE ORIGINALIDAD

|                     |                     |               |                         |
|---------------------|---------------------|---------------|-------------------------|
| 11%                 | 12%                 | 5%            | 9%                      |
| INDICE DE SIMILITUD | FUENTES DE INTERNET | PUBLICACIONES | TRABAJOS DEL ESTUDIANTE |

## FUENTES PRIMARIAS

|    |                                                       |    |
|----|-------------------------------------------------------|----|
| 1  | revistas.usil.edu.pe                                  | 3% |
|    | Fuente de Internet                                    |    |
| 2  | Submitted to Universidad Católica de Santa María      | 2% |
|    | Trabajo del estudiante                                |    |
| 3  | ciencialatina.org                                     | 1% |
|    | Fuente de Internet                                    |    |
| 4  | Submitted to Universidad Tecnologica del Peru         | 1% |
|    | Trabajo del estudiante                                |    |
| 5  | repositorio.ucv.edu.pe                                | 1% |
|    | Fuente de Internet                                    |    |
| 6  | Submitted to Pontificia Universidad Catolica del Peru | 1% |
|    | Trabajo del estudiante                                |    |
| 7  | dspace.unl.edu.ec                                     | 1% |
|    | Fuente de Internet                                    |    |
| 8  | Submitted to UNIBA                                    | 1% |
|    | Trabajo del estudiante                                |    |
| 9  | hdl.handle.net                                        | 1% |
|    | Fuente de Internet                                    |    |
| 10 | repositorio.uss.edu.pe                                | 1% |
|    | Fuente de Internet                                    |    |