

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



**Adicción a las redes sociales y ansiedad en estudiantes universitarios de  
primer año de la carrera profesional de psicología**

Tesis presentada por la Bachiller:

**Urure Flores, Cleydi Ariana**

**ORCID: 0009-0009-4784-2671**

para optar el Título Profesional de **Licenciada en Psicología**

Asesor (a):

**Mgter. Zeballos Cornejo, Asunta Vilma**

**ORCID: 0000-0002-0046-7319**

**Arequipa - Perú**

**2024**

UCSM-ERP

**UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA**

**PSICOLOGIA**

**TITULACIÓN CON TESIS**

**DICTAMEN APROBACIÓN DE BORRADOR**

Arequipa, 26 de Noviembre del 2023

**Dictamen: 006058-C-EPSIC-2023**

Visto el borrador del expediente 006058, presentado por:

**2016248172 - URURE FLORES CLEYDI ARIANA**

Titulado:

**ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE PRIMER  
AÑO DE LA CARRERA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA.**

Nuestro dictamen es:

**APROBADO**

**29281582 - VILCHES VELASQUEZ FLOR ALEIDA  
DICTAMINADOR**



**29606304 - PUMA HUACAC ROGER FREDDY  
DICTAMINADOR**



**10141900 - CHIRINOS CASTILLO JOL MILTON  
DICTAMINADOR**



# Adicción a las redes sociales y ansiedad en estudiantes universitarios de primer año de la carrera profesional de psicología

## INFORME DE ORIGINALIDAD

13%

INDICE DE SIMILITUD

10%

FUENTES DE INTERNET

10%

PUBLICACIONES

8%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

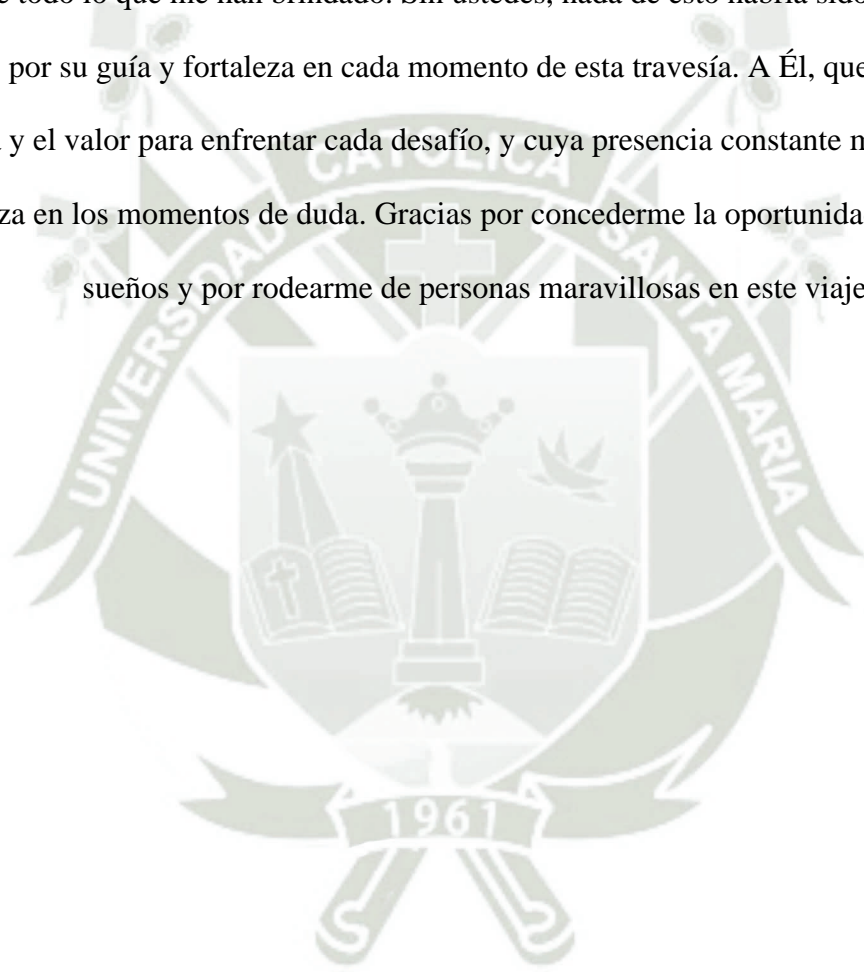
## FUENTES PRIMARIAS

1	<a href="http://repositorio.ucv.edu.pe">repositorio.ucv.edu.pe</a> Fuente de Internet	2%
2	<a href="http://repositorio.utelesup.edu.pe">repositorio.utelesup.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
3	<a href="http://repositorio.autonoma.edu.pe">repositorio.autonoma.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
4	Submitted to Universidad Tecnologica del Peru Trabajo del estudiante	1%
5	<a href="http://repositorio.unap.edu.pe">repositorio.unap.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1%
6	<a href="http://repositorio.ucsm.edu.pe">repositorio.ucsm.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1%
7	<a href="http://repositorio.upn.edu.pe">repositorio.upn.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1%
8	<a href="http://repositorio.autonomadeica.edu.pe">repositorio.autonomadeica.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1%

### **Dedicatoria**

A mis padres Juan y María y hermanos Ronald y Patricia, quienes han sido mi pilar y mi inspiración en cada paso de este camino. Gracias por su amor incondicional, por su apoyo incansable, y por cada sacrificio que han hecho para que yo pueda alcanzar mis metas. Su confianza en mí y sus enseñanzas han sido fundamentales en mi vida, y esta tesis es un reflejo de todo lo que me han brindado. Sin ustedes, nada de esto habría sido posible.

A Dios, por su guía y fortaleza en cada momento de esta travesía. A Él, que me ha dado la sabiduría y el valor para enfrentar cada desafío, y cuya presencia constante me ha dado paz y esperanza en los momentos de duda. Gracias por concederme la oportunidad de seguir mis sueños y por rodearme de personas maravillosas en este viaje.



### Agradecimientos

A mi madre, cuyo favor y soporte me han sido entregados sin condiciones, en aras del cumplimiento de mis metas personales y profesionales. Aquella, cuyo amor fue el impulso que me mantuvo firme, sin flaquear ante las dificultades; por haberme dado siempre el sustento económico que me permitió abocarme a los estudios y nunca descuidarlos.



## Resumen

El trabajo presente, busca la determinación del tipo y grado de asociación entre la adicción a las redes sociales y el nivel de ansiedad que experimentan los alumnos del primer año de la carrera profesional de psicología. Metodológicamente, fue una investigación descriptiva correlacional y fue realizada con una muestra de 136 estudiantes. A fin de evaluar la variable de adicción a las redes sociales se utilizó el Cuestionario de Ecurra y Salas, y para hacer lo propio con la variable de ansiedad se recurrió al uso del Inventario de Ansiedad Rasgo – Estado (IDARE). Los datos resultantes determinaron que el 80.7% de las personas que conformaron la muestra tenían edades entre 17 y 21 años, se encontró también que el 72.1% del conjunto muestral de la investigación se compuso por personas de sexo femenino, al valorar la primera variable se evidenció que el 59.6% de las personas se ubican en una escala media respecto a esta. Por otro lado, el 60.3% de las personas evaluadas se posicionaron en el nivel moderado de ansiedad. Al relacionar las características sociodemográficas con conductas adictivas respecto a las redes sociales y los rasgos ansiosos, no se llegó a establecer relación. Se concluyó que existe relación positiva moderada entre las variables bajo estudio, con un grado de significancia de .000 y un coeficiente de correlación de .476.

### Palabras clave:

Adicción a las redes sociales, ansiedad, datos sociodemográficos.

### Abstract

The study was aimed at establishing the type and level of association between addiction to social networks and the level of anxiety experienced by university students in the first year of their professional psychology degree. Methodologically, it was descriptive correlational research and was carried out with a sample of 136 students. To evaluate the social media addiction variable, the Escurra y Salas Questionnaire was used, and to evaluate the anxiety variable, the Trait-State Anxiety Inventory (IDARE) was used. The resulting data determined that 80.7% of the people who made up the sample were between 17 and 21 years old. It was also found that 72.1% of the research sample was made up of female people. When assessing the first variable, it showed that 59.6% of people are located on a medium scale regarding this. On the other hand, 60.3% of the people evaluated were positioned at the moderate level of anxiety. When relating sociodemographic characteristics with addictive behaviors regarding social networks and anxious traits, no association was found. It was concluded that there is a moderate positive relationship between the variables under study, with a degree of significance of .000 and a correlation coefficient of .476.

### Key words:

Social network addictions, anxiety, sociodemographic data.

## ÍNDICE

*Dedicatoria*

*Agradecimientos*

Resumen

Abstract

Capítulo I: Problema y Marco Teórico .....	1
Introducción .....	1
Pregunta de investigación .....	3
Variables y Definición Operacional.....	4
Objetivos .....	4
Objetivo General.....	4
Objetivos Específicos .....	5
Antecedentes Teóricos - Investigativos .....	5
Adicción a Redes Sociales.....	5
Ansiedad.....	18
Relación entre la Adicción a Redes Sociales y la Ansiedad.....	24
Revisión de antecedentes investigativos.....	25
Hipótesis.....	30
Hipótesis alterna .....	30
Hipótesis Nula .....	30
Capítulo II: Metodología.....	31
Método .....	31
Instrumentos.....	31

Instrumento 1. Adicción a las redes sociales (ARS) .....	32
Instrumento 2. Inventario de ansiedad rasgo-estado (IDARE).....	33
Participantes .....	34
Procedimiento .....	34
Consideraciones éticas .....	35
Análisis de datos .....	35
Capítulo III: Resultados .....	37
Resultados .....	37
Discusión.....	49
Conclusiones .....	52
Sugerencias .....	53
Limitaciones.....	54
Referencias.....	55
Anexos .....	67

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Niveles de adicción a las redes sociales.....	37
Tabla 2 Ansiedad general.....	38
Tabla 3 Datos sociodemográficos de la muestra de estudio. ....	41
Tabla 4 Dimensiones de la adicción a las redes sociales. ....	38
Tabla 5 Dimensiones de la ansiedad general. ....	40
Tabla 6 Adicción a las redes sociales y el sexo. ....	41
Tabla 7 Adicción a las redes sociales y la edad. ....	43
Tabla 8 Ansiedad general y el sexo. ....	44
Tabla 9 Ansiedad general y la edad. ....	45
Tabla 10 Distribución de normalidad de la adicción a las redes sociales y la ansiedad general .....	46
Tabla 11 Correlación entre la ansiedad general y la adicción a las redes sociales. ....	47
Tabla 12 Correlación entre la obsesión por las redes sociales y la ansiedad general. ....	48

## Capítulo I: Problema y Marco Teórico

### Introducción

La época moderna se caracteriza por un gran avance tecnológico que data del siglo XX, se inicia con el apogeo de la revolución industrial y con ello la transformación a nivel económico, social y también tecnológico. La necesidad de crear diversos instrumentos que permitan satisfacer múltiples necesidades que se presentaban de acuerdo a los requerimientos propios de la época, ha sido una constante desde que la humanidad puso sus pies sobre la tierra. Actualmente la humanidad está enfrentando una pandemia ocasionada por un virus altamente contagioso, los jefes de diversos Estados del mundo han tomado medidas preventivas para limitar los contagios y uno de ellos es el aislamiento social.

Aristóteles sostuvo siempre la naturaleza social del ser humano, es decir, defendió siempre la necesidad de la interacción entre los individuos para su bienestar. Esta interacción ha ido evolucionando con la historia, un ejemplo específico es la comunicación, la cual se puede realizar por medio de diferentes canales, Weinreich et al. (1999), crea SixDegrees que representa a la moderna y actual estructura compleja que combina el aspecto de la interrelación colectiva con los aspectos comunicativos, y la conocemos como red social (La Huerta & Cordero, 2018).

En medio de esta pandemia, el ser humano ha precisado de una interacción social, por lo cual la utilización de los medios digitales de comunicación se ha incrementado (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2020), sin embargo, de acuerdo a Tsitsika et al. (2013), el exceso e irresponsabilidad en la utilización de estas plataformas de interacción social llega a supeditar psicológicamente al individuo en función de ellas, debido a la débil capacidad de autocontrol, evidenciada por alteraciones repetitivas en la conducta, a nivel emocional y de razonamiento.

En el trabajo investigativo de Ecurra y Salas (2014), se sostiene que los rasgos adictivos a nivel psicológico, se pueden instalar como hábitos, los cuales pueden producir estados de necesidad incontrolados por la persona y que generalmente se asocian a altos niveles de ansiedad. Ansiedad ha sido definida por López (1969), como aquel estado mental y físico dónde hay predominio de indicios a nivel mental tales como sentir ahogamiento o la errónea percepción de estar frente a una amenaza inexorable que se evidencian con reacciones de sobresalto (Sierra et al., 2003).

Los adolescentes y jóvenes figuran como una gran parte de la población que mantiene un contacto directo con la internet, estudios como los de Blachnio y Przepiorka (2016) demuestran que las personas comprendidas en este ciclo de vida son población en riesgo para presentar adicción a internet, así también Clemente et al. (2018) determinó que los jóvenes que cursan estudios superiores en la universidad, representan un grupo poblacional importante cuando se trata del consumo diario de la internet y aplicaciones afines, lo que en su indagación se relacionó estrechamente a las situaciones estresantes surgidas en su vida académica, la creación y sostenimiento de vínculos colectivos y de socialización, además de la ausencia de dominio, que desemboca en acciones impulsivas.

En el aspecto de la salud mental, las cifras actuales describen una gran problemática puesto que las afecciones ligadas a esta han ido aumentando sus cifras en el último tiempo (OMS, 2020). Los profesionales que realizan el descarte, valoración y tratamiento de la afección de este tipo, deben establecer las estrategias de intervención específicas para cada paciente. En la adicción a la internet, muchos jóvenes no son conscientes de esta problemática, porque se viene normalizando el uso de estas nuevas tecnologías de la información, lo cual conlleva a un diagnóstico y tratamiento tardío de la patología.

En el Perú, existen estudios que abordan, por separado, el tema de las conductas adictivas respecto a la internet o a la dependencia a una red social en específico, lo cual es un

limitante para determinar la problemática del tema en conjunto. Así, la presente indagación busca contribuir en la evidencia de rasgos vinculados a la adicción en alumnos de educación superior respecto a las redes sociales, dado que es un sector poblacional que consume frecuentemente estos recursos, por lo tanto, el objetivo que persigue el estudio es determinar la situación actual respecto a la dependencia vinculada a redes sociales.

### **Pregunta de investigación**

#### ***Pregunta General***

¿Existe relación entre la adicción a las redes sociales con el nivel de ansiedad que presentan los estudiantes universitarios de primer año de la carrera profesional de psicología?

#### ***Preguntas Específicas***

¿Cuál es en nivel de adicción a las redes sociales de los estudiantes universitarios de primer año de la carrera profesional de psicología?

¿Cuál es el nivel de ansiedad de los estudiantes universitarios de primer año de la carrera profesional de psicología?

¿Cuáles son las características sociodemográficas de los estudiantes universitarios de primer año de la carrera profesional de psicología?

¿Existe relación entre las características sociodemográficas con la adicción a las redes sociales de los estudiantes universitarios de primer año de la carrera profesional de psicología?

¿Existe relación entre las características sociodemográficas con la ansiedad de los estudiantes universitarios de primer año de la carrera profesional de psicología?

## **Variables y Definición Operacional**

### ***Variable 1: Adicción a Redes Sociales***

Se entiende esta, de acuerdo a Echeburúa y de Corral (2010), como la disminución gradual del dominio ante la necesidad de estar conectado a un flujo de transrealidad. Esta primera variable se operacionaliza con la escala de Adicción a las redes sociales (ARS), de acuerdo con tres dimensiones: Obsesión por las redes sociales, falta de dominio propio en el uso de las redes sociales y uso excesivo a redes sociales (Escurra & Salas, 2014). Presenta como resultado final la clasificación de adicción baja, media y alta.

### ***Variable 2: Ansiedad***

Etimológicamente “anxietas” que es interpretado como sensación de aflicción o congoja, se manifiesta en un estado de agitación o zozobra. De acuerdo a Sierra et al. (2003), la ansiedad supone una respuesta de corte emotivo que adopta el ser humano frente a situaciones desconocidas que son percibidas como peligrosas o de riesgo para la persona, sin embargo, se autorregula por medio de una respuesta adaptativa que mitiga este estado. Esta variable se operacionaliza con el Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE), el cual determina el nivel de acuerdo con las dimensiones de Ansiedad-estado y Ansiedad-rasgo, presentando las categorías de ansiedad baja, moderada y alta.

## **Objetivos**

### ***Objetivo General***

Determinar la correlación entre la adicción a las redes sociales con el nivel de ansiedad que presentan los estudiantes universitarios de primer año de la carrera profesional de psicología.

### *Objetivos Específicos*

Valorar la adicción a las redes sociales de los estudiantes universitarios de primer año de la carrera profesional de psicología.

Conocer el nivel de ansiedad de los estudiantes universitarios de primer año de la carrera profesional de psicología.

Identificar las características sociodemográficas de los estudiantes universitarios de primer año de la carrera profesional de psicología.

Determinar la relación entre las características sociodemográficas con la adicción a las redes sociales de los estudiantes universitarios de primer año de la carrera profesional de psicología.

Establecer la relación entre las características sociodemográficas con la ansiedad de los estudiantes universitarios de primer año de la carrera profesional de psicología.

### **Antecedentes Teóricos - Investigativos**

#### *Adicción a Redes Sociales*

**Red Social.** Tiene su origen en la creación del Advanced Research Projects Agency (ARPA), la cual fue una red que hacía posible el flujo de datos entre entidades gubernamentales de Estados Unidos y que se atribuye el inicio de la internet. En 1971, el país de Estados Unidos, realiza el proyecto Gutenberg, el cual consistía en ofrecer una biblioteca virtual, para tal fin se usó la red de internet global la cual fue de dominio público y se le conoció como la world wide web, actualmente se le conoce como “www” (De la Hera, 2022).

En Estados Unidos en el año de 1997 Weinreich et al. (1999), realiza el proyecto Six Degrees el cual es considerado como la red pionera a nivel global, en su creación se aplicó la

ley de los 6 grados de distanciamiento, que considera factible la conexión entre dos personas en cualquier lugar del planeta siguiendo una serie de seis pasos, esta red posibilitaba la localización de otros individuos y, así también, lograba crear una lista de amigos (De la Hera, 2022).

Las redes sociales se posicionaron rápidamente como espacios para propiciar el encuentro humano, pues son maneras que permiten interactuar de un modo que puede observarse como un medio en el que hay un flujo constante de información didáctica y dinámica entre individuos y colectivos. Representa a un sistema abierto que se mantiene en construcción constantemente e involucra personas con las mismas necesidades o problemáticas (Pazmiño, 2010).

En los años 2001 a 2002, se crearon otras redes sociales como: Friendster, MySpace y LinkedIn, los fines fueron diversos, por ejemplo para la primera red mencionada, la interacción era para realizar juegos online, en cambio las otras tenían un fin más cercano al de negocios; con el avance del tiempo estas redes fueron incrementado el número de suscriptores llegando a ser millones, sin embargo, en 2004 sale a la luz la red social más grande de esos tiempos, Zuckerberg (2021), junto con la colaboración de sus compañeros, crea Facebook, primero llevo el nombre Facemash y su propósito era conectar “socialmente” a estudiantes de Harvard. Un año después de Facebook surge YouTube, el cual es considerado como una red social audio-visual, dónde diversos usuarios tienen la posibilidad de cargar videos en la web. En el año 2006 se crea Twitter, la cual revolucionó la comunicación; en el año del 2009, se crea WhatsApp, la cual permite sincronizar la agenda de contactos del móvil con esta aplicación que genera una mensajería instantánea y es más grande que Facebook y en el año 2010 debuta Instagram, cuyo enfoque se inclina más hacia el aspecto fotográfico.

En el año 2016 se diseña una red social llamada TikTok la cual fue creada con fines audiovisuales, en la cual los usuarios pueden editar videos y compartirlos en la red, actualmente existen muchas otras redes sociales que son usadas con diversos fines, mas es importante recalcar que el uso de estas redes es accesible a todas las personas del mundo y las posibilidades para su uso son varias.

De acuerdo al concepto dado por Boyd y Ellison (2007) es un instrumento que asiste a las personas para la generación de un perfil personalizado que puede ser público o no, en base a un sistema específico; este perfil articula conjuntamente la lista de otros usuarios con los cuales se puede realizar una comunicación interactiva (Flores et al., 2009). Autores como Deitel y Delitel (como se cita en Flores et al., 2009), conceptúan a la red social como una configuración de carácter colectivo que se halla representada a través de gráficas en forma de nodos orientados a la interacción de los individuos guiados por diferentes intereses y objetivos como socializar, negociar, jugar, etc.

Las redes sociales posibilitan un gran nivel de interacción entre individuos, incluso en aquellos que no se conocen en persona. Se caracterizan por tener un sistema abierto, por lo mismo, cada persona es capaz de aportar algo nuevo, intervenir dentro de una red social implica conocer a otros individuos con los que se pueden tener en común y disfrutar los mismos intereses (Pazmiño, 2010).

Bartolomé (como se cita en Marin et al., 2014) señala que es una red de interacciones en diversos individuos que pueden compartir algún interés en común, por su parte Griffiths et al. (2014) señalan que las redes sociales buscan la satisfacción de necesidad de acompañamiento, puesto que enfocan al humano actual como un ser enfocado a diversas actividades que precisan de herramientas que puedan facilitarle el ahorro de tiempo.

Los autores coinciden en que una red social tiene como finalidad permitir la libre relación de usuarios, de este modo es posible la comunicación, divulgación y creación de

comunidades, es además un lugar donde se democratiza la información, transformando a los usuarios en generadores y consumidores de un sinnúmero de contenidos. En este sentido, goza de gran aceptación como medio masivo en que la gente puede interactuar y realizar intercambios dinámicos (Gonzales, 2016).

A través de las redes sociales, la gente puede comunicarse e interactuar con otras personas que comparten un objetivo común. Esto ha sido un catalizador para la aparición y aceptación de nuevas tecnologías, como teléfonos y tabletas, lo que ha dado lugar a un intercambio mundial y a la transformación de las normas de comunicación. Las líneas telefónicas fijas están siendo sustituidas lentamente, ya que ahora es mucho más fácil para la gente acceder a Internet y celebrar videoconferencias (Epinoza et al. 2018).

La popularidad de Internet en los hogares ha contribuido al éxito de estos medios digitales. La gente los utiliza para comunicarse, intercambiar ideas, fotos, música, conocimientos y para socializar. Permiten a los usuarios compartir información, intereses e ideologías con otros internautas, independientemente del tiempo, la cultura o la distancia. Estos medios digitales también permiten a las personas reforzar las relaciones existentes y encontrar apoyo para asuntos delicados (Curioso, 2022).

En la universidad, es bastante habitual observar a los estudiantes en las aulas, pasillos y zonas de descanso utilizando sus teléfonos móviles, tabletas o PC para acceder a Internet, las redes sociales y mucho más. Buscan información académica, noticias de actualidad, vídeos y entretenimiento, y se comunican mediante el chat para mantenerse conectados y en contacto permanente con un conjunto de personas a nivel mundial, con quienes comparten intereses comunes (Zambrano et al., 2020).

**Tipos de Redes Sociales.** Se fundamenta en el propósito central que ha dado forma a su creación, tal como indica la clasificación (Burgueño, 2009). Este enfoque detalla que la categorización se lleva a cabo considerando diversos elementos clave, entre ellos, el público

objetivo al que se dirigen, la temática que abordan y el propósito específico con el cual cada red social ha sido concebida. Al desglosar estos componentes, el autor ofrece un panorama más total y con mayor detalle de la heterogeneidad y complejidad que caracterizan a las distintas redes sociales en el entorno digital.

- **Por su público objetivo y temática,** son horizontales y se caracterizan por estar abiertas a un amplio abanico de personas sin ningún tema en particular, siendo Facebook y Twitter los principales ejemplos. Las redes verticales, sin embargo, tienen un tema específico, como LinkedIn, que está orientada a conectar a profesionales de los negocios. Por otro lado, los sitios web recreativos, como Wipley, están diseñados para compartir intereses como juegos, videojuegos y actividades deportivas. Además, hay redes verticales fusionadas, como Yuglo, que unen perfiles profesionales y privados, lo que permite una experiencia más completa para la vida de los usuarios, contribuyendo así a la diversidad y complejidad de la atmósfera digital (Flores et al., 2009).
- **Por el Sujeto Principal de la Relación:** Existen tres tipos de redes sociales: humanas, de contenido e inertes. Las redes sociales humanas (por ejemplo, Tuenti) están diseñadas con el propósito de facilitar la interacción humana y se basan en perfiles que muestran los intereses y pasiones de los usuarios, lo que da lugar a conexiones más íntimas. Las redes sociales basadas en contenidos (por ejemplo, Scribd). Esto puede hacerse mediante texto, imágenes, vídeos y otras formas de medios, lo que crea comunidades con intereses similar (Flores et al., 2009).
- **Por su Localización Geográfica:** Las redes sociales sedentarias, como Blogger, se desarrollan respecto al punto geográfico en que se encuentra ubicado el individuo que las usa y de sus características individuales. Ejemplos de estas redes son Latitude y Fire Eagle.

- **Por la Plataforma:** Se puede establecer un contraste entre las redes sociales MMORPG y los metaversos, que se definen por su base técnica cliente-servidor. Ejemplos de este tipo son SecondLife y el muy extendido World of Warcraft (WOW). Estas plataformas ofrecen a los usuarios la posibilidad de explorar entornos virtuales inmersivos en los que pueden comunicarse, cooperar y participar en actividades compartidas en línea. En cambio, la clase también incluye la red social web, que se basa en una plataforma web ordinaria. Ejemplos de este tipo son MySpace y la ya desaparecida Hi5. Aunque estas redes han cambiado con el tiempo, su arquitectura basada en la web las diferencia de otras formas más inmersivas de interacción social en línea (Flores et al., 2009).
- **Por su Direccionalidad:** Las redes sociales también se ven divididas en dos subgrupos, redes sociales directas y redes sociales indirectas (Gonzales, 2016). En cuanto a las redes sociales de carácter directo, incluye todas aquellas que propician la colaboración de personas agrupadas en torno a preferencias y gustos comunes, interactuando entre sí en igualdad de condiciones. Según su finalidad, se mantiene en cuenta un objetivo fijo, puede derivar en redes sociales de puro entretenimiento y aquellas destinadas a fines profesionales. De acuerdo su manera de funcionar, toma en cuenta la orientación particular hacia actividades como, redes sociales de contenidos, que funcionan en torno a perfiles individuales de ocio, como de nivel profesional y redes de microblogging. Según su apertura, considera la capacidad de acceso y se dividen en redes públicas y redes privadas. Según su integración, considerando su afinidad interés o actividades preferentemente profesionales, como, red de integración vertical y redes de integración horizontal.

Respecto a las redes sociales indirectas incluyen aquellas para las que no es necesario contar con un perfil patente, donde existe un conjunto de personas encargado del control y dirección de los datos que derivan y son pertinentes a un determinado tema, tales como los foros y los blogs.

***Características de Redes Sociales.*** Como instrumentos, hacen posible la interacción en tiempo real entre dos o muchos usuarios, para lo cual se hace uso de una programación informática específica que permite esta interacción por el uso de comandos específicos. Un aspecto distintivo de este tipo de redes, es el uso de un lenguaje específico, mediante el cual se basa la interacción entre sus usuarios; esta comunicación está diseñada en aspectos multimodales de hipertexto en cual se pueden insertar imágenes o ficheros de audio y video, lo cual es una contrapuesta para la comunicación tradicional (Candale, 2017).

La conectividad es un elemento vital de las redes sociales, ya que no se limitan a un único grupo, sino que permiten que un número cada vez mayor de personas se reúnan y amplíen el abanico de contactos a disposición del usuario. La personalización también es un factor crítico, ya que cada red social tiene su propia configuración, que se ajusta al perfil del usuario. Este tipo de personalización no sólo refleja las distintas necesidades y preferencias del usuario, sino que también ayuda a crear experiencias más significativas y personalizadas (Del Prete & Rendon, 2019).

En la actualidad, y en un contexto de dominio de este tipo de redes comunicativas, se ha impuesto un término único, "viralidad". Esta noción significa la velocidad a la que un contenido se transmite a través de las redes sociales, ganando rápida y ampliamente la atención de los espectadores. La viralidad se considera ahora un indicador de prominencia y atracción, ya que se cree que la capacidad de cautivar a los espectadores y ser compartido ampliamente es un hecho esencial en el siempre cambiante mundo de las conexiones sociales

en línea. Este rasgo muestra la importancia de la resonancia y el efecto del contenido en el mundo digital (Fresno et al., 2020).

Cuando uno se une a una plataforma de medios sociales, tiene que crear un perfil personal rellenando los formularios facilitados, creando una lista de contactos e iniciando conversaciones. A través de los mensajes pre formulados disponibles en la plataforma, la presencia del individuo se expone al público (Candale, 2017).

Para los adolescentes, las redes sociales se consideran salidas importantes para conectar con los demás, ya que difuminan la línea entre lo individual y lo colectivo. Configuran su apariencia ante el mundo e influyen en su sentido del yo. Buscan constantemente la aprobación de los demás, fomentada por las características de la plataforma, ya que buscan validación, consenso y aceptación (Del Prete & Rendon, 2019).

**Adicción a Redes Sociales.** Rojas (2021) la presenta como una degradación, impidiendo el propio dominio y se hacen presentes sintomatologías cognitivas, conductuales y fisiológicas, se distorsionan las metas y toda clase de objetivos, ya sean personales, familiares o profesionales. Según Young (1996), las personas dependientes del internet contaban con las siguientes características: privación del sueño; el descuido de actividades de interacción familiar, social y académica; constantes advertencias del entorno cercano acerca del exceso de tiempo destinado al uso de internet; exceso de irritabilidad y pensamientos recurrentes sobre que se haría si estuviera en línea; pérdida de noción del tiempo; mentir acerca de cuánto tiempo consume al estar conectado a internet; aislamiento social; emoción al conectarse al internet.

Las investigaciones han descubierto que depender exclusivamente de las redes sociales puede aumentar las sensaciones de soledad y alienación, e incluso estar relacionado con un aumento de la depresión. Además, la utilización desmedida de estas, supone una fuente de estrés y causar otros problemas de salud. Principalmente, puede fomentar un estilo

de vida sedentario; también incita a copiar estereotipos o a esforzarse por imitar un determinado comportamiento. En consecuencia, este uso constante se ha correlacionado con signos de ansiedad y depresión. Aunque el vínculo entre el exceso de medios sociales y los signos de ansiedad y depresión es razonable, un metaanálisis reciente demuestra que el problema no es realmente el número de horas que se destinan a estar inmerso en estas plataformas (López et al., 2017).

Utilizar las redes sociales de forma excesiva o perjudicial no sólo se mide por la cantidad de tiempo que se pasa en ellas, sino por el efecto que tiene en la propia vida. Los signos de una utilización perjudicial de estas incluyen cualquier cambio en el estado de ánimo provocado por la reacción a las publicaciones propias o el juicio de otros usuarios, un cuidado intensificado por la aceptación del material publicado y una presencia persistente en estas plataformas. También se tiene en cuenta una influencia de la tolerancia, que se demuestra por el repentino incremento en la cantidad de horas de navegación ininterrumpida en las redes sociales a fin de satisfacer los requerimientos personales de interacción o de noticias. Los síntomas de abstinencia, como la irritabilidad o el malestar cuando se bloquea el acceso a las redes sociales, también pueden ser signos reveladores de un uso poco saludable. En última instancia, la recurrencia a un uso excesivo tras un periodo de abstención voluntaria proporciona un elemento crítico para definir las dificultades respecto a la implicación en estas redes. Estos criterios tienen en cuenta los aspectos polifacéticos y variados que pueden conducir a situaciones y condiciones problemáticas debido al mal empleo de las plataformas digitales de comunicación (Valencia et al., 2021).

La utilización excesiva de los medios sociales puede repercutir en la conducta de los adolescentes, ya que son el grupo demográfico más susceptible a esta tecnología a la que estamos expuestos, afectando significativamente a sus vidas. A pesar de que los medios sociales han aportado algunas ventajas al público en general, uno de los principales

problemas que influyen en los adolescentes es una actitud incontrolable, ya que los jóvenes a menudo les dan una mala utilización a los recursos tecnológicos, algo que, a largo plazo, puede acarrear diversos riesgos, tanto psicológicos como de conducta (Huamán et al., 2022).

Griffiths (1998) indico que se requiere de seis criterios como mínimo para considerar a una persona como adicta, indicando las siguiente:

- El fenómeno de la saliencia en relación con el uso significa que esta actividad adquiere una importancia desmesurada en comparación con otras actividades de la vida del individuo, produciéndose a niveles cognitivos, conductuales y emocionales y convirtiéndose en un foco importante de la vida cotidiana del usuario.
- Participar en actividades de redes sociales puede provocar un cambio drástico en el estado de ánimo, lo que puede ser indicativo de un problema de uso excesivo. Las emociones variables que se ven afectadas por las interacciones online podrían mostrar una dependencia de estas plataformas para la estabilidad emocional.
- En cuestión para alcanzar el mismo nivel de satisfacción indica la aparición de tolerancia. Esto refleja la adaptación del usuario a la actividad en los medios sociales, que necesita periodos de tiempo más largos para experimentar el mismo placer inicial.
- El malestar físico y emocional que se siente al abstenerse de una actividad habitual puede significar la presencia de síntomas de abstinencia. Dichos síntomas pueden manifestarse como frustración, malestar u otros signos de una dependencia grave.
- El aumento de los enfrentamientos tanto con el mundo exterior como con el propio interior implica que el uso inadecuado de los medios sociales puede

conducir a resultados perjudiciales en términos de relaciones interpersonales y bienestar individual.

Repetir y aumentar la frecuencia de una actividad que causa dificultad puede acentuar una condición de dependencia a una u otra red social. Tal repetición acentuada suele mostrar una falta de poder sobre la conducta a medida que aumenta la magnitud y la recurrencia de la acción problemática, profundizando así el ciclo de la adicción.

Indicó también, metafóricamente hablando, que cada persona posee un sistema emocional de recompensas, el cual presenta un abanico de posibilidades y cuando se centran solo en una de ellas, el cerebro puede sufrir cambios fisiológicos y el sistema de recompensas se deteriora modificándose para recibir satisfacción por una sola actividad.

El uso extremo del internet se distingue sobre todo por las excesivas cavilaciones de corte cognitivo sobre la continua utilización del mismo, pérdida del dominio en cuanto al uso y acucia por siempre poder acceder a él; todo esto ocasiona el surgimiento de situaciones de amenaza y degradación de las conductas sociales, algunos estudios sugieren que el uso irresponsable e incontrolado del internet puede acrecentar los casos de conducta violenta (Yudes et al., 2020).

Las TIC han revolucionado el contexto comunicativo y la interrelación colectiva puesto que contribuyen con la interactividad de una manera más eficiente y dirigida a temas específicos (Griffiths, 2005). Por otro lado, Jasso et al. (2017), asocian la adicción a factores biológicos, psicológicos y sociales por lo cual se propone un modelo biopsicosocial para entender las características propias de la adicción. De acuerdo al concepto dado por West y Brown (2013), los signos que indican que una conducta o acción ha alcanzado un nivel adictivo, pueden resumirse a la incapacidad de controlar las acciones y el aumento de la frecuencia o repetición de las mismas.

Echeburúa y de Corral (2010) sostienen que, los rasgos de naturaleza adictiva respecto a este tipo de plataformas, es una subclase de la adicción a internet, en el que se pueden apreciar signos u síntomas de adicción, como la pérdida de control ante los impulsos, desinterés por actividades cotidianas, cambios de estados de ánimo, insomnio, entre otros. Walsh et al. (2011) respecto a esta adicción, sostienen que se enfoca en la utilización del smartphone, el cual evidencia el acercamiento frecuente y constante de la persona manteniendo una concentración específica en el pensamiento lo cual tiene un efecto en la esfera cognitiva y conductual; para estos investigadores el uso del celular debe ser considerado como un predictor para problemas adictivos respecto a la internet.

Las conductas adictivas originalmente son actividades placenteras que sirven como alivio al malestar emocional, la adicción al internet es solo un reflejo de múltiples factores, el internet contiene información atractiva, adicionalmente la tecnología es atractiva y necesaria para el mundo actual, el internet produce suficiente dopamina en el cerebro como para desarrollar una conducta adictiva (Rojas et al., 2021).

La adicción supone una afección de carácter patológico que eleva el nivel de sometimiento o dependencia, al mismo tiempo que mengua la autonomía y autocontrol de los individuos afectados, pues estrecha su capacidad de razonamiento y restringe sus intereses, la forma adecuada de controlar esta patología es por medio de reforzamientos positivos, terminando por ser controlados por reforzamiento negativo, especialmente como un alivio de la tensión emocional (Echeburúa como se cita en Cruz, 2017).

***Implicancias de la Adicción a las Redes Sociales.*** En cuanto al ámbito de la sociedad, estas redes digitales de interacción colectiva contribuyen a la socialización de las personas, el cual puede darse a través de un intercambio de textos, imágenes y videos. Candale (2017) menciona que el grupo social que presenta el mayor riesgo de desarrollar conductas adictivas a estas plataformas. Los menores, actualmente, prefieren usar las

herramientas de la tecnología para construir una identidad virtual con el fin de relacionarse antes de tener que hacerlo de manera presencial y tradicional; en cuanto el análisis del lenguaje que realiza Candale (2017) evidencia una emocionalidad reducida que es expresada por onomatopeyas, acrónimos o emoticones.

De acuerdo a Andreassen (2015), el exceso en la utilización de una red social o varias, tiene como consecuencia el desarrollo de niveles altos de dependencia en la persona, lo que se evidenciará en varios aspectos negativos en la esfera social, como, por ejemplo: estrés, ansiedad, depresión e impulsividad. En el estudio de Griffiths et al. (2014), se hace mención de que los resultados negativos de este uso desmedido, están representados en una serie de alteraciones que distorsionan las acciones y labores que el individuo realiza diariamente, como el insomnio, el deterioro de las capacidades cognitivas. Es importante mencionar también la predisposición a procrastinar, distraerse y descuidar la organización y control de los tiempos, como otras consecuencias directas de este problema.

En cuanto a las implicancias psicológicas, una de las principales es el rasgo adictivo, que tiene manifestaciones específicas relacionadas en párrafos anteriores, otras consecuencias psicológicas para la persona que realiza un uso excesivo de redes son: aislamiento, dado que la persona tiende a perder la capacidad de relacionarse en el ambiente presencial y prefiere hacerlo por la vía virtual, lo cual se evidencia por un comportamiento antisocial. La ansiedad y el estrés son manifestaciones claras de la presencia de problemas adictivos en torno a las redes sociales.

Según Wakefield (como se cita en Cruz (2019), los efectos de este problema adictivo abarcan: dificultad para mantener la concentración, alteraciones del horario circadiano, hábitos del sueño y descanso, distorsión de la realidad, incapacidad para diferenciar temas sensibles o de intimidad y vacío interior.

**Diagnóstico de Adicción a Redes Sociales.** En concordancia con el American Psychiatric Association (DSM-5) y la OMS en el CIE-11, aún no existe un diagnóstico específico para la clasificación de este problema adictivo, sin embargo, el año 2019, fue incluido como diagnóstico en el CIE-11 el trastorno por uso de videojuegos, el cual se identifica como un comportamiento que muestra conductas adictivas hacia el uso de videojuegos digitales que pueden incluir la vía online o no (OMS, 2019).

El CIE-11 señala que las características para poder identificar una conducta adictiva son:

- Falta de control en conducta respecto al inicio, frecuencia, intensidad, duración, contexto y finalización del juego.
- Aumento de prioridad otorgada al juego frente a otras actividades.
- Mantenimiento de la conducta a pesar de ser consciente de su desventajas y consecuencias.

**Redes Sociales en el Contexto Peruano.** Ticona y Ramos (2015) evidencian que la población peruana utiliza estas redes con el afán de informarse y entretenerse. El foro APEC, señaló que diariamente 17 millones de peruanos revisan Facebook, la siguiente red social más usada por peruanos es YouTube y la tercera es Twitter.

De acuerdo a estudios realizados la empresa Tendencia digital realizó unas métricas donde evidencian que para el año 2017 los peruanos usan las redes sociales para utilizar la función de chat (70%), dar lectura a información relevante (69%), comentar publicaciones (55%), subir fotografías (50%), distribuir y repostear publicaciones (48%), y enterarse del día a día de sus amistades (45%) (Tendencias digitales, 2017). Una gran parte recurre a los medios digitales por sobre los físicos para interactuar sin exponer sus inseguridades.

### ***Ansiedad***

**Concepto de Ansiedad.** La ansiedad ha sido definida etimológicamente como una sensación de aflicción o congoja (Sierra et al., 2003). Es una respuesta de corte emotivo que

presenta el ser humano ante situaciones desconocidas que son percibidas como amenazantes para la persona, así mismo señalan que la ansiedad se puede presentar en cualquier individuo, indistintamente de su condición social, edad o género, sin embargo, cuando existe una persistencia en la conducta y se manifiesta como un mecanismo de respuesta, se considera que se puede estar cursando con un trastorno de la ansiedad (Miguel & Cano, 1990).

Lang (2002) señala que es un mecanismo de respuesta que surge en determinados momentos de peligro, para Beck (1985) es la apreciación errónea que hace un individuo que basa su conocimiento en falsas premisas; por su parte, Kiriadou y Sutcliffe (como se cita en Moriana & Herruzo, 2004) señalan que la ansiedad es una respuesta negativa como la cólera y ansiedad que está acompañada de cambios fisiológicos negativos como alteración hormonal.

Lazarous (2003) señala que es un fenómeno que toda persona puede experimentar y que se constituye como un mecanismo de defensa el cual conllevará al estado de alerta y funcionamiento activo del sistema nervioso y, en consecuencia, se producirán síntomas endocrinos y otros relacionados con trastornos ansiosos.

La ansiedad supone una condición de corte emotivo que no genera placer y cuyas causas son aún poco claras y generalmente se encuentra acompañado de alteraciones, las mismas que pueden ser, fisiológicas y conductuales, similares al miedo. Esta conducta es natural frente a circunstancias peligrosas para el individuo y se considera una conducta adaptable a las diferentes situaciones que se experimentan a lo largo de la vida, contribuye a adoptar conductas prudentes ante situaciones potencialmente peligrosas. La presencia de temor sin motivo externo de ocurrencia en el futuro de manera incierta y no definido se considera ansiedad patológica. La mala adaptación de la ansiedad genera alteraciones funcionales y malestar (Fernández et al., 2012).

La ansiedad puede ser útil para una persona en el sentido de que puede aumentar su vigilancia y animarla a hacer cosas que normalmente no haría. Sin embargo, se considera

patológica cuando llega a ser tan fuerte que perjudica el funcionamiento mental y social. La ansiedad de una persona se clasifica como enfermedad cuando le resulta difícil controlar los síntomas de ansiedad, que son distintos de los que experimenta en situaciones rutinarias (Heinze, 2003).

En consecuencia, la ansiedad es la respuesta natural del organismo ante un peligro o riesgo percibido, y puede provocar sensaciones de malestar, como: aprensión, irritabilidad, inquietud, estado de alerta elevado o excitabilidad. Sin embargo, si el individuo no puede regular esta reacción, puede convertirse en un estado patológico grave (Chacón et al., 2021).

Abordada desde una perspectiva psicológica, la ansiedad es una respuesta natural y constructiva a circunstancias que parecen peligrosas o difíciles. Está marcada por una sensación de miedo, inquietud y desasosiego, junto con manifestaciones físicas como aceleración de los latidos del corazón, tensión muscular y sudoración. Esto no tiene por qué ser perjudicial; de hecho, puede motivar recursos emocionales y físicos para gestionar escenarios desafiantes (Figueiredo et al., 2022).

En el ámbito clínico, cuando la intensidad o duración de la ansiedad sobrepasa la norma y perturba significativamente las actividades cotidianas de un individuo, entonces se clasifica como trastorno. La ansiedad patológica suele ir acompañada de aprensiones continuas respecto a sucesos venideros, no sentirse al mando y expectativas pesimistas. Los problemas de ansiedad suelen implicar técnicas de terapia cognitivo-conductual, enfoques psicofarmacológicos o una mezcla de ambos, ajustados a las necesidades particulares de cada individuo (Rojas et al., 2022).

Es esencial reconocer que la ansiedad es una emoción humana generalizada y, en algunas situaciones, ventajosa para contribuir a la supervivencia y la adaptación. Sin embargo, cuando la ansiedad se vuelve excesiva y continua, afectando negativamente a la

calidad de vida, obtener ayuda profesional puede ser vital para comprender, abordar y controlar esta complicada experiencia psicológica (Macía et al., 2019).

**Teorías de la Ansiedad.** El psicoanálisis de Freud señala que la ansiedad supone una contraposición entre un estímulo que no se puede aceptar y un estímulo contrario surgido del ego. Se caracteriza por presentar fenómenos como aprensión, pensamientos molestos y cambios en el aspecto fisiológico que están relacionados a una activación autonómica (Freud, 1964).

La teoría conductista representada por Hull (1952), señala que esta teoría indica que todas las conductas son aprendidas y por ende se relacionan con estímulos favorables o desfavorables en este último surge la conducta ansiosa, la cual es resultado de una percepción de un evento negativo o traumático.

Se considera una reacción condicionada a desencadenantes que, de antemano, estaban relacionados con sucesos desagradables o angustiosos. Si alguien ha pasado por circunstancias desagradables o amenazadoras, es plausible que desarrolle una reacción nerviosa en relación con estímulos asociados a esos encuentros. Por ejemplo, una persona que ha pasado por un incidente angustioso en una zona determinada puede sentirse ansiosa con sólo pensar en ese espacio o estar en él (Sierra et al., 2003).

Es de gran importancia reconocer que este concepto subraya la importancia de percibir el suceso desagradable o angustioso en el desarrollo de la conducta ansiosa. La ansiedad no sólo se produce como reacción refleja, sino que se ve afectada por la comprensión subjetiva de la situación. La evaluación cognitiva del estímulo desfavorable es un factor esencial en la creación y perpetuación de la ansiedad, lo que acentúa la intrincada interacción entre los elementos cognitivos, emocionales y ambientales. Saber que la ansiedad es condicionada y percibida puede tener consecuencias considerables, por ejemplo, se utiliza para detectar y ajustar los procesos de pensamiento defectuosos que conducen a la ansiedad

condicionada. Darse cuenta de que la ansiedad es aprendida proporciona una estructura para afrontarla y formular planes de intervención eficaces (Behobi et al., 2013).

Por lo que, la teoría cognitivista considera a la ansiedad como una respuesta ante el reconocimiento cognitivo de una señal adversa, por lo cual se puede inferir que la persona ansiosa percibe o interpreta una determinada realidad como peligrosa y luego se desencadena un proceso fisiológico que se manifiesta por pánico (Beck & Clark, 1997).

**Fisiopatología de la Ansiedad.** Las investigaciones que se han realizado para demostrar cómo se produce la ansiedad han demostrado que existen sistemas neuronales que se encargan de almacenar recuerdos inconscientes con carga emotiva y otros que contienen recuerdos de sentimientos conscientes o también llamados explícitos (Miguel & Cano, 1990).

Existe una estructura en la porción antero medial de cada lóbulo temporal conocida por la neurociencia como amígdala, la cual desempeña un rol importante en el proceso de las emociones, así también actúa cuando se dan procesos de estrés, en recuerdos de temor, los circuitos neuronales que están implícitos al temor, se encuentran centran en esta estructura.

Cuando la amígdala se encuentra lesionada puede impedir que un estímulo que tenga carga emotiva ocasione una respuesta emocional sin afectar la memoria explícita. Así también la amígdala se encarga de activar las áreas que están relacionadas con la emoción, es decir que la emoción o sentimiento se produce por la lectura de la corteza cerebral (Sierra et al., 2003).

**Tipos de Ansiedad.** Esta enfermedad se clasifica como normal o patológica. Es normal cuando se presenta como una respuesta de tipo emotivo frente a experiencias que pueden resultar estresantes, sin embargo, cuando la magnitud de esta respuesta supera la adaptabilidad del individuo, se convierte en una patología, y estará manifestada por síntomas en el área física, psicológica y conductual. Los trastornos ansiosos se definen como un conjunto de afecciones que se distinguen de otras debido a que a nivel emocional predominan

las sensaciones de temor o preocupación desmedidas, lo cual produce un malestar notable que se manifiesta en el deterioro de las actividades que normalmente desarrollaba la persona.

Se ha propuesto que estas afecciones son genéticas, pero no existen pruebas irrefutables de ello. Además, las alteraciones de la respiración y la rotura de los sistemas serotoninérgico y adenosinérgico se postulan como desencadenantes potenciales de los cuadros ansiosos. Las sustancias químicas producidas por las células nerviosas, son receptores que generalmente dirigen las reacciones emotivas, de afecto y las relacionadas con la cognición a nivel cerebral. Distintas hipótesis sugieren que los cambios en las funciones físicas involuntarias gestionadas por el sistema nervioso autónomo, o en el eje hipotalámico-hipofisario-suprarrenal, o incluso en la tiroides, podrían ser elementos contribuyentes (Fonzález & Parra, 2023).

La vergüenza puede exacerbar la ansiedad: "los demás se darán cuenta de mi nerviosismo". Esta ansiedad puede afectar a las funciones cognitivas e inducir confusión y malas interpretaciones del tiempo, el espacio, las personas y las situaciones. Las distorsiones en los procesos mentales pueden provocar dificultades de aprendizaje, atención, recuerdo y conexión de ideas. La ansiedad generalizada se diagnostica cuando la persona tiene una preocupación exagerada y duradera en relación con situaciones cotidianas (Díaz & Santos, 2017).

**Diagnóstico de Ansiedad.** Para el DSM-5, el trastorno de ansiedad es una conducta con características de miedo y ansiedad excesiva que resulta en una alteración conductual asociada. El trastorno de ansiedad se identifica por ser persistente, con una duración de más de 6 meses, presentar excesiva preocupación en varios aspectos que a su vez considera difícil de controlar, los síntomas físicos expresados son la inquietud, sensación de excitación o nerviosismo, cansancio, mengua en las habilidades de concentración, irascibilidad, musculatura tensa y desórdenes al momento de dormir.

Esta afección puede tener repercusiones negativas en las relaciones interpersonales y profesionales. Muchos pacientes presentan manifestaciones físicas como insomnio, dolores de cabeza, dolores musculares, fatiga y molestias gastrointestinales. Es esencial descartar cualquier otro problema médico subyacente, como la hipoglucemia y la miocardiopatía, así como trastornos mentales, como la depresión (Berdazco, 2013).

**Características Clínicas de la Ansiedad, Según CIE-11.** La ansiedad se manifiesta por medio de síntomas de naturaleza física y psicológica.

Los rasgos sintomáticos a nivel físico son:

- Sudoración, ausencia de salivación en la cavidad oral, pérdida del equilibrio
- Neuromusculares como temblores, musculatura tensa, dolores de cabeza
- Cardiovasculares como alteraciones del ritmo cardiaco y dolor precordial
- Respiratorios como sensación de falta de aire
- Digestivos como náuseas, indigestión, estreñimiento y gases
- Urogenitales como frecuencia anormal al miccionar y problemas en cuanto a la sexualidad

Los síntomas en la psicología y la conducta son:

- Intranquilidad y desasosiego
- Sensaciones agobiantes
- Temor hacia la pérdida del control o sensación de muerte inminente
- Concentración dificultosa, sensación de amnesia
- Disforia, zozobra e intranquilidad
- Comportamientos evasivos ante situaciones específicas
- Inhibición o bloqueo psicomotor como obsesiones o compulsiones

***Relación entre la Adicción a Redes Sociales y la Ansiedad***

El trastorno ansioso destaca como un elemento de suma importancia en asociación con los rasgos de adicción, pues, los hábitos pueden generar estados de necesidad incontrolables, dando inicio a un estado ansioso, en respuesta, se desarrolla una conducta propia de la adicción guiada no por el sentimiento de gratificación, si no, por la necesidad de reducir el nivel de ansiedad cuando no se lleva a cabo la conducta (Mohanna & Romero, 2019).

En el estudio realizado por Schou et al. (2019) se demostró que las conductas adictivas respecto a redes sociales se realacionan significativamente con los trastornos ansiosos.

En su estudio, Nicuesa (2013) señala respecto a las redes sociales, que muchos jóvenes suelen utilizarlas con frecuencia, para mostrar una imagen diferente a lo que realmente son, por esta razón señala que la población joven que es dependiente de ellas posee una baja autoestima.

La adicción a internet es una realidad preocupante que Montaña (2007) indica como una conducta evasiva con la realidad, lo cual al igual que otras adicciones cursa con ansiedad. Un adicto puede evidenciar rasgos específicos, indica los siguientes:

- Pensar en redes sociales gran parte del tiempo
- Necesidad imperiosa de usar redes sociales frecuentemente
- Usar las redes sociales para evadir la realidad
- Fracaso en la reducción del tiempo de utilización de una red social
- Conductas ansiosas por utilizar red social
- Necesidad de incrementar el tiempo conectado
- Irritabilidad cuando se está desconectado

#### ***Revisión de antecedentes investigativos***

Medrano et al. (2017), en el trabajo investigativo que realizó en torno a los comportamientos adictivos respecto a redes sociales y su asociación con la utilización irresponsable del celular, trabajó sobre una muestra de 374 universitarios. Como resultado, observó que había asociación entre las variables bajo estudio.

Sahagún et al. (2015), buscó establecer la asociación entre las conductas adictivas. Su estudio se hizo sobre 102 jóvenes y los autores aplicaron un test para evaluar la primera variable y para la segunda se aplicó otro test. Como resultado evidenció que no existe asociación relevante entre ambas.

Marín et al. (2014) en su estudio para establecer si los alumnos de una universidad tenían dependencia hacia los medios digitales colectivos, señala que el desarrollo de los elementos tecnológicos en general, ha implicado observar desde una nueva perspectiva a las distintas dimensiones de la vida de los individuos, dándole un lugar entre ellas a los distintos tipos de adicción, sobre todo a la que se relaciona con los avances tecnológicos. El conjunto muestral comprendió 373 universitarios a los que se les aplicó un cuestionario, a partir del cual se determinó que estos no perciben rasgos de adicción respecto a internet o alguna red social en específico, siendo las féminas quienes parecen estar más distanciadas de estas plataformas.

Castro y De la Villa (2017) en su estudio dirigido al análisis de bibliografía respecto al empleo irresponsable de las redes sociales en individuos nacidos en la era de estos avances tecnológicos, señala que aquellos nativos digitales con escasas o nulas competencias para socializar, con rasgos ansiosos o niveles bajos de autoestima, optan por interactuar socialmente a través espacios virtuales, a fin de cubrir sus necesidades psicológicas y sociales, lo que los pone en situaciones riesgosas que pueden interferir negativamente en su vida diaria. Respecto a los usuarios de internet con rasgos ansiosos de personalidad y deficiencia en cuanto a sus competencias para sociabilizar, se inclinan por el uso de las redes

como un medio en el que pueden presentarse y sentirse aceptados, para satisfacer sus necesidades de pertenencia y aceptación en un colectivo.

García et al. (2018) en el estudio sobre juventud, espacios privados y relación con las redes sociales, sostienen que los nativos digitales son individuos móviles, educados en un ambiente interconectado totalmente, y para los que cualquier suspensión en la conexión, se interpreta como escasez.

Araujo (2016) investigó sobre signos y factores adictivos respecto a las redes sociales en individuos vinculados a una institución de educación superior. Los datos obtenidos, señalaron valores bajos para cada signo o factor señalado. Los universitarios de sexo masculino alcanzaron puntajes más altos respecto a su contraparte femenina, tan solo en los signos de conducta obsesiva.

Mohanna y Romero (2019), desarrollaron un trabajo investigativo en torno a las conductas adictivas respecto a plataformas digitales de comunicación y trastornos ansiosos en alumnos de un colegio secundario en Lima, señalan que, luego de aplicar un cuestionario y una escala de ansiedad a 227 escolares, se hizo patente la asociación directa y proporcional entre las variables estudiadas. Adicionalmente, se hallaron algunas diferencias entre las partes masculina y femenina de la muestra, pues el segundo grupo fue el que mayor puntuación alcanzó en las dos escalas.

Portal (2019) investigó sobre rasgos adictivos respecto a redes sociales y el grado de trastornos ansiosos en escolares de una I.E de nivel secundario; señalando que, al aplicar los instrumentos de adicción y un cuestionario de ansiedad a los 100 participantes, los datos resultantes determinaron la inexistencia de asociación entre las variables estudiadas. No obstante, se evidenciaron valores altos para la primera variable y valores moderados para los trastornos ansiosos.

Mendez (2019) como parte de un trabajo investigativo en torno al círculo de familia y adicción a la internet en alumnos de educación superior, estableció que la totalidad de los participantes del conjunto muestral hacía uso de las redes sociales; de los cuales un 20.6% se mantiene conectado permanentemente o al menos revisa sus redes más de tres veces por día. En cuanto al ambiente en el círculo familiar y social basado en interacciones, estas se ubican en un grado aceptable tendiendo a bueno; lo cual no sucede en cuanto a formación y estabilidad, pues ambas tienden a un nivel por debajo del promedio, sin distinciones de género o edad. Los indicadores de conductas adictivas respecto a plataformas digitales colectivas de comunicación se ubicaron en un nivel medio de la variable. A modo de conclusión, se determinó la inexistencia de asociación relevante entre las variables propuestas y estudiadas.

Gómez (2019) realizó un trabajo investigativo sobre la adicción a internet y la forma en que esto se encuentra asociado con el desempeño académico en nativos digitales. El autor sostuvo que no se evidenciaron resultados relevantes en cuanto a los varones, aunque sí en las mujeres; en las cuales, la primera variable se halla relacionada de forma negativa a la segunda. El valor de la investigación recae en la búsqueda de obtener mejoras en cuanto a los métodos empleados para enseñar y aprender de forma virtual, considerando la asociación positiva entre las variables. En última instancia, es siempre beneficioso llevar a cabo una mayor indagación respecto a la heterogeneidad propia de la influencia de la adicción en la internet con fines interactivos.

Ticona y Tupac (2016) realizaron un estudio sobre distintivos en cuanto a la utilización y adicción al teléfono celular en alumnos de una universidad nacional, señalando que 141 alumnos se ubican en una escala media de adicción al celular, 132 se hallan en una escala baja y 61 alcanzaron su ubicación en una escala alta, siendo que los últimos representan una cifra alarmante que evidenciaría la presencia de una mala utilización del

teléfono móvil. En el mencionado trabajo indagatorio se determinó que, efectivamente, hay presencia de asociación relevante entre las variables bajo estudio.

Cahuari y Ochoa (2016) elaboraron un proyecto de investigación buscando establecer la correlación entre las características de la persona y la dependencia de los medios sociales entre los estudiantes universitarios. Tras su investigación, encontraron una correlación entre estos dos factores, que estaba directamente relacionada con determinados rasgos de personalidad, como el entusiasmo y la emocionalidad.

Huanca (2016) investigó sobre redes sociales y los trastornos ansiosos en jóvenes alumnos de nivel preuniversitario en Arequipa. Para este fin, se valió de la aplicación de una escala de ansiedad sobre un conjunto muestral de 172 participantes de entre 15 y 17 años. Los datos resultantes dejaron patente que los signos indicadores de conductas ansiosas tienen mayor frecuencia en los varones con un 28%, respecto a las mujeres cuyo porcentaje alcanza un 24%. Se evidenció la asociación entre las variables.

La adicción, caracterizada por un uso compulsivo y constante de las redes, está estrechamente vinculada a la ansiedad, actuando tanto como causa como efecto de dicha adicción; además, este uso excesivo frecuentemente se asocia con intentos de evasión de la realidad personal, reflejando bajos niveles de autoestima en los jóvenes, sin embargo, la percepción de adicción varía, y muchos estudiantes no se reconocen como adictos, lo que podría indicar una falta de conciencia sobre su comportamiento. Finalmente, también se observan diferencias de género en la adicción y utilización excesiva de redes sociales, así como una asociación relevante entre el empleo no controlado de dispositivos móviles y la dependencia a redes sociales, estos patrones sugieren una integración profunda de estas últimas en la vida cotidiana de los alumnos, potencialmente exacerbando la ansiedad y creando un ciclo de dependencia y malestar emocional.

Entonces, se entiende que los rasgos adictivos asociados a las redes sociales están considerablemente vinculados a los trastornos ansiosos, y que factores tales como la baja autoestima, la conducta evasiva, las carencias en habilidades sociales, y la dependencia del móvil pueden influir en esta relación; sin embargo, la percepción de adicción varía entre individuos y está influenciada por factores de género y personalidad. Los resultados de los estudios indican una complejidad en la forma en que las variables se correlacionan, sugiriendo la necesidad de investigar más a fin de comprender y abordar estos fenómenos.

### **Hipótesis**

#### ***Hipótesis alterna***

Existe una relación significativa entre la adicción a redes sociales y el nivel de ansiedad de los estudiantes universitarios de primer año de la carrera profesional de psicología.

#### ***Hipótesis Nula***

No existe una relación significativa entre la adicción a redes sociales y el nivel de ansiedad de los estudiantes universitarios de primer año de la carrera profesional de psicología.

## Capítulo II: Metodología

### Método

La presente investigación es de enfoque descriptivo – correlacional ya que busco establecer la relación entre la adicción a las redes sociales con la ansiedad que presenta los universitarios de la carrera de psicología.

El diseño metodológico del estudiante corresponde a uno no experimental dado que no se manipuló la variable y es de corte transversal puesto que se hizo una sola medición a las unidades de estudios en un momento determinado (Hernández et al., 2014).

El tipo es cuantitativo, por medio de la aplicación de cuestionarios se recabaron datos que recogió información que fue cuantificada por medio del análisis estadístico descriptivo e inferencial, el cual nos permitió comprobar la hipótesis planteada (Hernández et al., 2014).

### Instrumentos

Para la presente investigación se utilizó la técnica de la encuesta, tanto para la Adicción a las redes sociales como para el nivel de ansiedad. Al respecto, Baena (2018), menciona que dicha técnica es propia de las investigaciones cuantitativas-descriptivas, ya que la información es obtenida por medio de cuestionarios, a su vez está direccionado a un grupo característico del universo.

Se aplicó el Cuestionario de Adición a redes sociales de Ecurra y Salas (2014); así también se usó el inventario de ansiedad rasgo-estado (IDARE) adaptado por Zavaleta (2017).

### ***Instrumento 1. Adicción a las redes sociales (ARS)***

**Descripción del instrumento.** Fue realizado por Ecurra y Salas (2014), el cuestionario consta de 24 ítems calificados en una escala de Likert de 0 a 4 puntos: 0 puntos para nunca hasta 4 puntos para siempre, distribuidos en 3 dimensiones: Obsesión por las redes sociales (ítems 2,3,5,6,7,13,15,19,22, y 23), falta de control personal en el uso de las redes sociales (ítems 4,11,12,14,20 y 24) y uso excesivo a redes sociales (ítem 1,8,9,10,16,17,18 y 21).

Respecto a la duración, se consideró un tiempo aproximado de 10 a 15 minutos, su esfera de aplicación comprende desde los 16 años a más, se puede aplicar individual o colectivamente.

**Calificación.** Para la medición de la variable se efectúa la suma total de los ítems, luego se distribuyen de acuerdo con el puntaje de 0 a 31 puntos indicaría una adicción baja, de 32 a 64 puntos adicción media y 65 a 96 puntos adicción alta.

**Validez.** El cuestionario presenta validez del contenido, criterio y constructo demostrada por medio del análisis factorial exploratorio, así como validez por juicio de expertos. La validación del instrumento para población peruana fue descrita en el estudio de Ecurra y Salas (2014), dónde diseñaron los ítems de acuerdo con indicadores de DSM, fue aplicado a 380 alumnos de diferentes casas universitarias, la estructura se desarrolla de acuerdo análisis factorial exploratorio de matriz de correlación policóricas; dónde se identifica las tres dimensiones ya mencionadas.

**Confiabilidad.** En cuanto la confiabilidad quedó demostrada con un alfa de Cronbach de .95, para la dimensión obsesión por las redes sociales (.80), falta de control personal en el uso de las redes sociales (.57) y uso excesivo a redes sociales (.826) (Ecurra & Salas, 2014).

## ***Instrumento 2. Inventario de ansiedad rasgo-estado (IDARE)***

**Descripción del instrumento.** Fue creado por Spielberger (1995), y está constituido por 40 ítems diferenciados en dos escalas de autoevaluación que miden la ansiedad – rasgo y la ansiedad – estado. La primera se compone de 20 ítems (7 directos y 13 inversos) donde se muestran afirmaciones que describen el sentir que generalmente tienen las personas frente a situaciones estresantes. Por su parte, la segunda escala se conforma por 20 ítems (10 directos y 10 inversos) en los cuales el participante indica su sentir respecto a situaciones específicas de presión en el ambiente. Así, los participantes dan respuesta a cada afirmación, ubicando sus respuestas en una escala Likert, las mismas que van de 1 a 4.

**Calificación.** Tiene una puntuación mínima de 20 y máxima de 80 puntos, para cada escala, su aplicación puede ser individual o grupal. Se requiere tener conocimiento de los puntos obtenidos en cada ítem. Los datos obtenidos finalmente, facilitan la ubicación del sujeto en los diferentes niveles de ansiedad para cada escala, siendo baja, moderada o alta. La calificación directa y diez reactivos con calificación inversa, estos son: 1,2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19,20. Escala A-Estado: 1, 2, 5, 8, 10, 11,15, 16, 19 y 20 y Escala A-Rasgo: 1, 6, 7, 10, 13, 16 y 19. Proporciona una puntuación de ansiedad como estado y otra de ansiedad como rasgo, que toman valores 20 a 80 puntos.

Luego de conseguir los puntajes de la escala, estos serán ubicados en el percentil y puntaje T pertinente. Un percentil y puntaje T altos en la escala de Ansiedad Estado denota que el individuo posee sensaciones de presión e intranquilidad que percibe de forma consciente, en adición al incremento del funcionamiento activo del sistema nervioso independiente. Esta situación emotiva está sujeto a variaciones y fluctuaciones a lo largo del tiempo, implica sensaciones de presión, desasosiego, intranquilidad y temor. De la misma forma, un percentil y puntaje T altos en la escala de Ansiedad Estado – Rasgo quiere decir

que el individuo tiende a tener reacciones respecto a una mayor cantidad de circunstancias, como si fueran de peligro o de amenaza.

**Validez.** Fue validado para población peruana Zavaleta (2017), aunque otro estudio más reciente de Bazán (2021), demuestra la validez del cuestionario para esta población, el cual fue aplicado a una población de 120 adultos, se obtuvo una V Aiken mayor de .7, con índices de ajuste de ( $\chi^2/g.l = 1.74$ ; RSMEA = .080 (IC 95% = .072 - .088); SRMR = .096; CFI = .988 y TLI = .987), ítems de acuerdo a medición de dimensión ( $\lambda > .40$ ), así también se comprobó la fiabilidad y aceptabilidad de acuerdo a dimensiones e indicadores ( $\omega > .70$ ).

**Confiabilidad.** Se obtuvo una confiabilidad alfa de Cronbach de .82 (Zavaleta, 2017).

### Participantes

Esta se constituyó por 207 alumnos de primer año de la Escuela Académico Profesional de Psicología de la UCSM de Arequipa.

Con la aplicación de la fórmula para poblaciones finitas, quedó establecido que el conjunto muestral se compusiera de 135 alumnos (Anexo 4)

El muestreo fue no probabilístico, por interés y comodidad de la autora, se eligió este procedimiento dado que es más factible su disponibilidad al acceso de la información de los participantes (Hernández et al., 2014).

### Procedimiento

Para desarrollar el presente estudio, primero fue presentado a la Escuela Profesional de Psicología para que el Decano pueda asignar el jurado dictaminador del proyecto de tesis, una vez subsanadas las observaciones, se procedió a gestionar el permiso correspondiente para poder aplicar los instrumentos a las unidades de estudio.

En cuanto la recolección de los datos, primero se explicó por medio de una reunión virtual los aspectos relacionados al estudio, como segundo paso se aplicó un consentimiento

informado virtual; como tercer paso se procedió a indicar el link dónde los estudiantes pueden desarrollar de manera virtual los cuestionarios y como último paso la investigadora los tabuló y analizó por medio del programa de Microsoft Office Excel y SPSS versión 25 para luego realizar el informe final de la tesis.

### **Consideraciones éticas**

El estudio considera la aplicación de criterios bioéticos, la autonomía fue respetada puesto que se aplicó un consentimiento informado, dónde los participantes fueron informados de las implicancias del estudio; el criterio de justicia se refrendó puesto que todos los participantes participaron del estudio. El estudio buscó identificar información real y coyuntural que pueda usarse para el establecimiento futuro de soluciones que prevengan problemas en la salud de la juventud, por esta razón se refrendó la no maleficencia, así como la beneficencia del mismo.

### **Análisis de datos**

Los datos fueron ingresados a una matriz de sistematización de datos, luego fueron representados por medio de tablas de acuerdo a frecuencia y porcentaje, seguidamente fueron interpretados por la investigadora.

Para desarrollar esta investigación, primero fue presentado a la Escuela Profesional de Psicología para que el Decano pueda asignar el jurado dictaminador del proyecto de tesis, una vez subsanadas las observaciones, se llevaron a cabo las gestiones destinadas a la obtención del de la autorización pertinente, a fin de poder aplicar los instrumentos a las unidades de estudio.

En cuanto la recolección de los datos, primero se explicó por medio de una reunión virtual los aspectos relacionados al estudio, como segundo paso se aplicó un consentimiento informado virtual; como tercer paso se procedió a indicar el link dónde los estudiantes pueden desarrollar de manera virtual los cuestionarios y como último paso la investigadora

los tabuló y analizó por medio del programa de Microsoft Office Excel y SPSS versión 25 para luego realizar el informe final de la tesis.



### Capítulo III: Resultados

#### Resultados

Los datos resultantes del presente estudio se expresan en tablas por cada indicador y variable del estudio.

**Tabla 1**

*Niveles de adicción a las redes sociales*

		<i>f<sub>i</sub></i>	%
Adicción a las redes sociales	Baja adicción a las redes sociales	51	37.5%
	Media adicción a las redes sociales	81	59.6%
	Alta adicción a las redes sociales	4	2.9%

Nota: *f<sub>i</sub>*= frecuencias absolutas; %=frecuencias relativas.

Según lo observado en la tabla 1, se determina que 59.6% de los universitarios se ubican en el nivel medio de adicción, el 37.5% en el nivel bajo y el 2.9% en el alto.

**Tabla 2**

*Dimensiones de la adicción a las redes sociales*

		<i>fi</i>	%
Obsesión por las redes sociales	Baja obsesión por las redes sociales	82	60.3%
	Media obsesión por las redes sociales	52	38.2%
	Alta obsesión por las redes sociales	2	1.5%
Falta de control personal en el uso de las redes sociales	Baja falta de control en el uso de las redes sociales	42	30.9%
	Media falta de control en el uso de las redes sociales	85	62.5%
	Alta falta de control en el uso de las redes sociales	9	6.6%
Uso excesivo de las redes sociales	Bajo uso excesivo a redes sociales	38	27.9%
	Medio uso excesivo a redes sociales	85	62.5%
	Alto uso excesivo a redes sociales	13	9.6%

Nota: *fi*= frecuencias absolutas; %=frecuencias relativas.

La tabla 2 evidencia que el 60.3% se hallan en el nivel bajo de obsesión, el 38.2% en la escala media y solo 1.5% en el alto. Se pudo observar que el 62.5% tienen mediana de falta de control, el 30.9% una baja y solo el 6.6% una alta ausencia de control. Respecto al uso excesivo de las redes sociales, el 62.5% ocuparon un nivel medio, el 27.9% el nivel bajo y el 9.6% en el nivel alto.

**Tabla 3**

*Ansiedad general*

		<i>f<sub>i</sub></i>	%
Ansiedad general	Bajo nivel de ansiedad	47	34.6%
	Moderado nivel de ansiedad	82	60.3%
	Alto nivel de ansiedad	7	5.1%

Nota: *f<sub>i</sub>*= frecuencias absolutas; %=frecuencias relativas.

La tabla 3, nos muestra que el 60.3% se hallan en un nivel moderado, el 34.6% en el nivel bajo y el 5.1% en el alto.



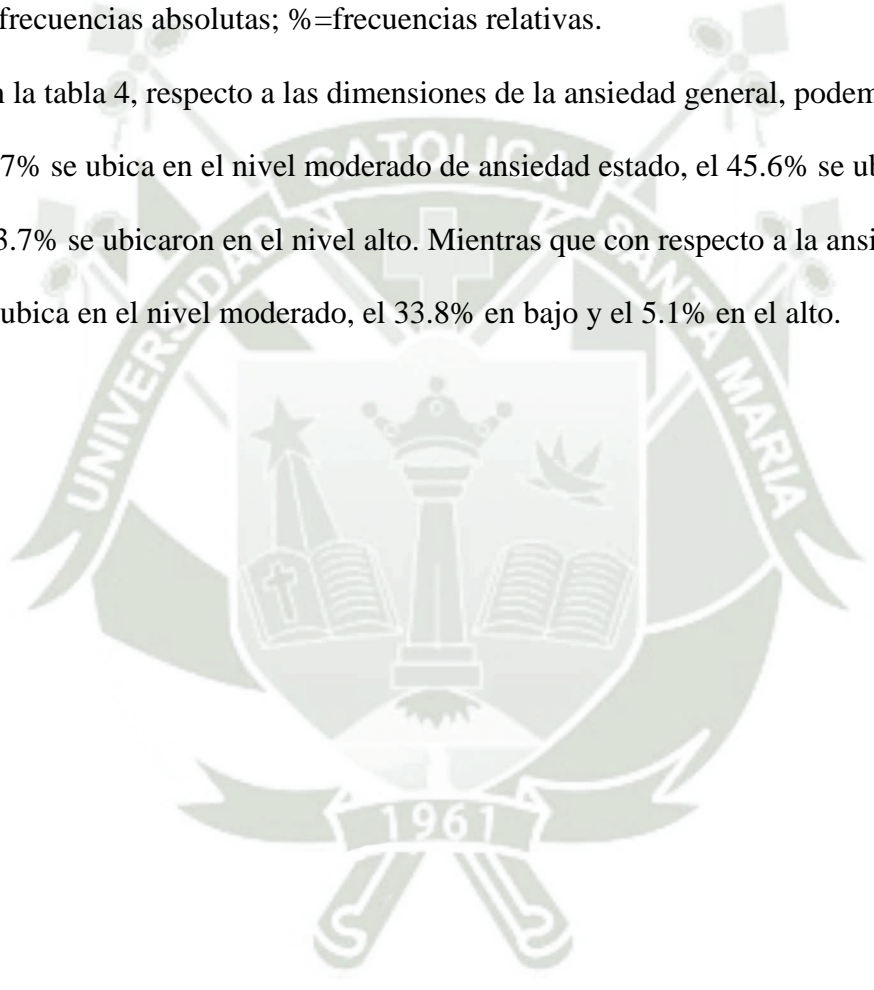
**Tabla 4**

*Dimensiones de la ansiedad general*

		<i>f<sub>i</sub></i>	%
Ansiedad estado	Baja ansiedad estado	62	45.6%
	Moderada ansiedad estado	69	50.7%
	Alta ansiedad estado	5	3.7%
Ansiedad rasgo	Baja ansiedad rasgo	46	33.8%
	Moderada ansiedad rasgo	83	61.0%
	Alta ansiedad rasgo	7	5.1%

Nota: *f<sub>i</sub>*= frecuencias absolutas; %=frecuencias relativas.

En la tabla 4, respecto a las dimensiones de la ansiedad general, podemos observar que el 50.7% se ubica en el nivel moderado de ansiedad estado, el 45.6% se ubicó en el nivel bajo y el 3.7% se ubicaron en el nivel alto. Mientras que con respecto a la ansiedad rasgo, el 61.0% se ubica en el nivel moderado, el 33.8% en bajo y el 5.1% en el alto.



**Tabla 5**

*Datos sociodemográficos de la muestra de estudio*

		<i>f<sub>i</sub></i>	%
Edad	Entre 17 y 21 años	109	80.7%
	Entre 22 y 26 años	21	15.6%
	Entre 27 y 31 años	4	3.0%
	Entre 32 y 36 años	1	.7%
Sexo	Femenino	98	72.1%
	Masculino	38	27.9%

Nota: *f<sub>i</sub>*= frecuencias absolutas; %=frecuencias relativas.

En la tabla 5 se puede observar que 80.7% de las personas que conformaron el estudio tienen edades entre 17 y 21 años, el 15.6% se ubican entre 22 y 26 años, el 3.0% tienen entre 27 y 31 años, y solo el .7% se halla entre 32 a 36 años. De igual modo, la muestra la conformaron 72.1% por personas del sexo femenino y en un 27.9% por personas del sexo masculino.

**Tabla 6**

*Adicción a las redes sociales y el sexo*

		Adicción a las redes sociales			Total
		Baja adicción a las redes sociales	Media adicción a las redes sociales	Alta adicción a las redes sociales	
Sexo	Femenino	<i>f<sub>i</sub></i> 35 35.7%	59 60.2%	4 4.1%	98 100.0%
	Masculino	<i>f<sub>i</sub></i> 16 42.1%	22 57.9%	0 .0%	38 100.0%
Total		<i>f<sub>i</sub></i> 51 37.5%	81 59.6%	4 2.9%	136 100.0%

*p*=0.392 *Chi*=1.874

La tabla 6 evalúa la asociación entre adicción a redes sociales respecto al sexo, el mismo que se observa con una significancia de .392, determinándose así, que no hay valor correlativo entre ambos.

**Tabla 7**

*Adicción a las redes sociales y la edad*

		Adicción a las redes sociales			Total
		Baja adicción a las redes sociales	Media adicción a las redes sociales	Alta adicción a las redes sociales	
Edad	Entre 17 y 21 años	<i>fi</i> 42	65	2	109
		% 38.5%	59.6%	1.8%	100.0%
	Entre 22 y 26 años	<i>fi</i> 7	13	1	21
		% 33.3%	61.9%	4.8%	100.0%
	Entre 27 y 31 años	<i>fi</i> 2	1	1	4
		% 50.0%	25.0%	25.0%	100.0%
	Entre 32 y 36 años	<i>fi</i> 0	1	0	1
		% .0%	100.0%	.0%	100.0%
Total		<i>fi</i> 51	80	4	135
		% 37.8%	59.3%	3.0%	100.0%

$p=.171$   $Chi=9.045$

La tabla 7 relaciona la variable adicción de acuerdo a la edad. Se puede observar una significancia de .171, lo mismo que indica inexistencia de relación entre ambas.

**Tabla 8**

*Ansiedad general y el sexo*

		Ansiedad general			Total
		Bajo nivel de ansiedad	Moderado nivel de ansiedad	Alto nivel de ansiedad	
Sexo	Femenino	<i>fi</i> 29	63	6	98
		% 29.6%	64.3%	6.1%	100.0%
Sexo	Masculino	<i>fi</i> 18	19	1	38
		% 47.4%	50.0%	2.6%	100.0%
Total		<i>fi</i> 47	82	7	136
		% 34.6%	60.3%	5.1%	100.0%

$p=.130$

$Chi=4.079$

La tabla 8 da a conocer la asociación entre ansiedad general en función del sexo, se puede observar también un nivel de significancia de .130, lo mismo que implica que no existe relación entre las variables.

**Tabla 9**

*Ansiedad general y la edad*

			Bajo nivel de ansiedad	Ansiedad general Moderado nivel de ansiedad	Alto nivel de ansiedad	Total
Edad	Entre 17 y 21 años	<i>fi</i>	35	68	6	109
		%	32.1%	62.4%	5.5%	100.0%
	Entre 22 y 26 años	<i>fi</i>	9	11	1	21
		%	42.9%	52.4%	4.8%	100.0%
	Entre 27 y 31 años	<i>fi</i>	3	1	0	4
		%	75.0%	25.0%	.0%	100.0%
	Entre 32 y 36 años	<i>fi</i>	0	1	0	1
		%	.0%	100.0%	.0%	100.0%
Total		<i>fi</i>	47	81	7	135
		%	34.8%	60.0%	5.2%	100%
			$p=.609$		$Chi=4.501$	

En la tabla 9 se muestra la asociación entre ansiedad general respecto a la edad. Se observa un valor de significancia de .609, indicador de inexistencia de relación entre ambas.

**Tabla 10***Distribución de normalidad de la adicción a las redes sociales y la ansiedad general*

	Estadístico	Kolmogorov-Smirnov gl	Sig.
Adicción a las redes sociales	,366	136	,000
Ansiedad general	,355	136	,000

La tabla 10, muestra la distribución de normalidad de los datos, a través del procedimiento de *Kolmogorov-Smirnov*. Los datos presentan una significancia menor a .05, por lo mismo, la estadística inferencial se realizó con la prueba *R<sub>s</sub> de Spearman*.

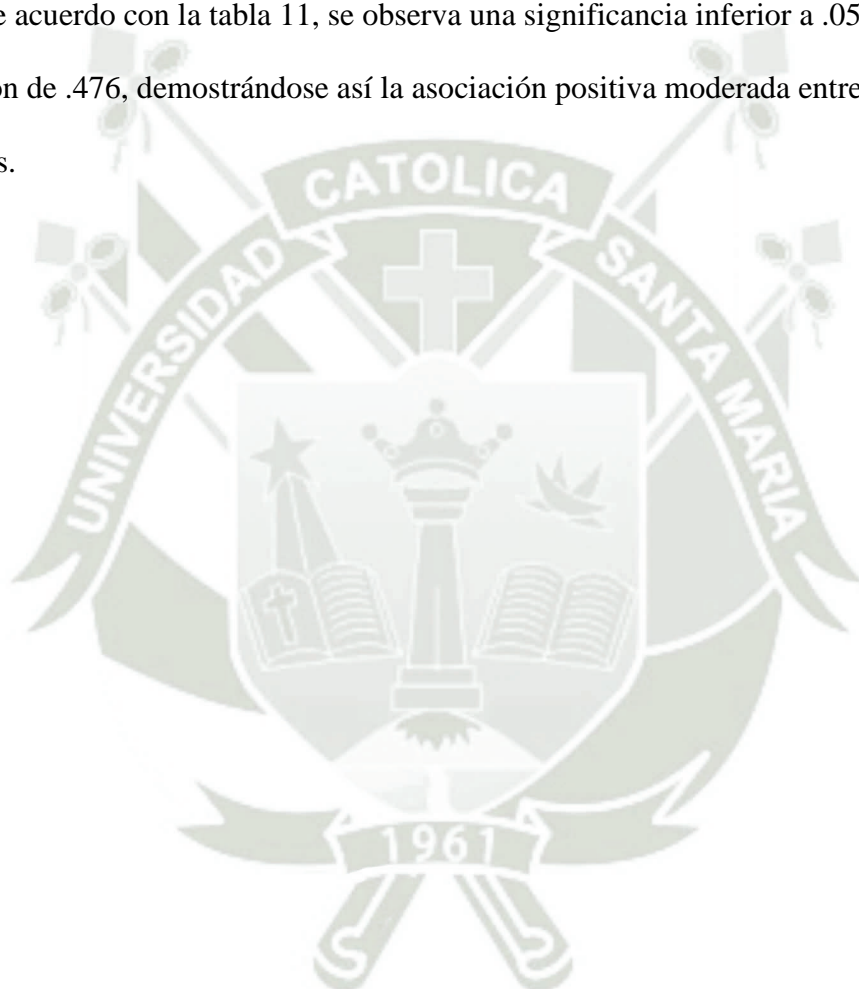


**Tabla 11**

*Correlación entre la ansiedad general y la adicción a las redes sociales*

		Adicción a las redes sociales	
R <sub>s</sub> de Spearman	Ansiedad general	Coefficiente de correlación	,476
		Sig. (bilateral)	,000
		N	136

De acuerdo con la tabla 11, se observa una significancia inferior a .05 y una correlación de .476, demostrándose así la asociación positiva moderada entre las variables estudiadas.



**Tabla 12**

*Correlaciones con la ansiedad general*

<b>Correlación entre la obsesión por las redes sociales y la ansiedad general</b>			
			Obsesión por las redes sociales
Rs de Spearman	Ansiedad general	Coeficiente de correlación	,340
		Sig. (bilateral)	,000
		N	136
<b>Correlación entre la falta de control personal en el uso de las redes sociales y la ansiedad general</b>			
			Falta de control personal en el uso de las redes sociales
Rs de Spearman	Ansiedad general	Coeficiente de correlación	,361
		Sig. (bilateral)	,000
		N	136
<b>Correlación entre el uso excesivo a redes sociales y la ansiedad general</b>			
			Uso excesivo a redes sociales
Rs de Spearman	Ansiedad general	Coeficiente de correlación	,456
		Sig. (bilateral)	,000
		N	136

La tabla 12 evidencia en cuanto a la Correlación entre la obsesión por las redes sociales y la ansiedad general, una significancia menor a .05, con .340 de correlación, lo cual sugiere asociación positiva de grado bajo entre las variables evaluadas.

Vemos en la Correlación entre la falta de control personal en el uso de las redes sociales y la ansiedad general, una significancia inferior a .05 y una correlación de .361, indicando existencia de relación positiva baja entre las variables.

En la Correlación entre el uso excesivo a redes sociales y la ansiedad general, se obtuvo una significancia menor a .05, y una correlación de .456, indicador de una relación positiva moderada entre las variables.

## Discusión

El objetivo planteado en esta investigación consistió en determinar la relación entre a adicción a las redes sociales con el nivel de ansiedad que presentan los estudiantes universitarios del primer año de psicología.

De esta forma, la hipótesis hace referencia a la relación significativa y positiva entre ambas variables del estudio. En base a los datos resultantes se evidenció una asociación positiva moderada, presumiendo que a mayor adicción a las redes sociales le corresponde una mayor ansiedad. Estos resultados se sostienen de los estudios que revelan que la utilización excesiva de dispositivos a fin de acceder a las plataformas digitales de comunicación genera estados de supeditación en los que se presentan síntomas de ansiedad que solo son reducidos gracias al uso de estas (Escurre & Salas, 2014). A su vez, esta reducción de síntomas ansiosos refuerza el usar las redes sociales (Montaño, 2007) y está relacionada significativamente a un nivel moderado con el aumento de la frecuencia de uso, y a un nivel leve con el control personal.

Los datos resultantes se asemejan mucho a los que hallaron Mohanna y Romero (2019), los mismos que en su investigación evidenciaron asociación positiva entre las variables de estudio ( $r=.31$ ;  $p>.05$ ), por el contrario, Portal (2019) quien también investigó sobre conductas adictivas y rasgos ansiosos en estudiantes, señaló que no existía asociación relevante entre las variables. Finalmente, Huanca (2016) relacionó las redes sociales con los síntomas y rasgos ansiosos en los individuos, comprobó la relación entre la prolongación del

tiempo en que se utilizan estas primeras y los trastornos de ansiedad ( $r=23.158$ ;  $p=.00.1$ ).

El primer objetivo específico se encuentra orientado a valorar la adicción a las redes sociales. Al realizar el análisis, se puede establecer que 59.6% de los encuestados se ubican

en el nivel medio de adicción y solo el 2.9% se ubicó en el nivel alto. Estos datos resultantes, se ven contrastados por los que Portal (2019) obtuvo en su propia investigación, donde el 60% de los sujetos evaluados se vinculaban a los niveles altos, por su parte, Trinidad y Varillas (2021) encontraron que 27.4% se ubicaron en el nivel alto de adicción. Finalmente, Cruz (2017) encontró que 48.5% de las personas encuestadas en su investigación se ubicaron en el nivel leve, sin embargo, también encontró que 5.5% de los participantes se encontraron en el nivel severo de adicción.

El segundo objetivo específico se encuentra orientado a conocer el nivel de ansiedad general en los universitarios, en donde, de acuerdo al análisis de los resultados se puede observar que 60.3% de las personas evaluadas se ubica en un nivel moderado y solo se observa 5.1% de personas ubicadas en el nivel alto. Estos datos se encuentran corroborados por la investigación realizada por Munayco (2020) en una muestra similar a la investigación actual, evidenció que el 50.7% de los individuos se hallan en un nivel normal, mientras que, solo .5% se hallan en el nivel máximo, de igual manera Portal (2019) encontró que 91% de las personas encuestadas se ubicaban en el nivel moderado de ansiedad, mientras que solo el 9% de su muestra se encontró en el nivel marcado.

El tercer objetivo específico se enfoca en identificar las características sociodemográficas de los estudiantes universitarios, observando que 80.7% de las personas que participaron del estudio tienen edades entre 17 y 21 años, siendo 72.1% de los estudiantes evaluados de sexo femenino, habiendo realizado la investigación en una muestra similar a la tomada por Huanca (2016), quien estudió sobre las redes sociales y los trastornos ansiosos y su muestra se encontraba conformada en un 100% por estudiantes de entre 15 y 17 años, de este conjunto 57% eran mujeres y 43% varones, por otro lado, la muestra de la investigación es similar a la que fue investigada por Portal (2019), la que estuvo compuesta

en un 100% por alumnos de edades entre 15 y 17 años, así mismo, el 55% de las personas evaluadas son del sexo femenino y solo 45% de ellas son de sexo masculino.

El cuarto objetivo específico, se encontró destinado a determinar la relación entre las características de corte sociodemográfico con la adicción a las redes sociales, donde pudo evidenciarse que no existe asociación entre esas variables. Estos resultados se ven contrastados con los encontrados por Mohanna y Romero (2019) los cuales determinaron la existencia de asociación entre las variables, con una significancia de .00.

El quinto objetivo específico estuvo destinado a determinar la relación entre las características sociodemográficas y la ansiedad general en estudiantes universitarios, habiendo encontrado una significancia mayor a .05, se determinó que no existe correlación entre la ansiedad general y los datos sociodemográficos, como son, la edad y el sexo, sin embargo, Mohanna y Romero (2019) encontraron que la ansiedad general si presenta relación significativa con respecto al sexo, con una significancia de .00, sin embargo, no se encuentra datos de correlación con respecto a la edad.

## Conclusiones

**Primera.** Se concluye que existe relación positiva moderada entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad general en estudiantes universitarios del primer año de la carrera de psicología, con un grado significativo y un valor de correlación moderado.

**Segunda.** Al valorar la adicción a las redes sociales, se determinó que la mayoría de las personas encuestadas se ubican en el nivel medio, seguidos por quienes se ubican en el nivel bajo y, por último, un pequeño porcentaje que se encuentra en el nivel alto.

**Tercera.** Al indagar sobre el nivel de ansiedad general, se encontró que la mayor parte de los participantes se ubica en un nivel moderado, seguido por quienes tienen nivel bajo y luego por los de nivel alto.

**Cuarta.** Se identificó las características de corte sociodemográfico en los alumnos universitarios, encontrando que gran parte de ellos se encontraban en edades entre 17 y 21 años y un porcentaje muy bajo se ubicó en edades entre 32 y 36 años, así mismo, se determinó que la mayoría de la muestra se encontró conformada por mujeres y una parte minoritaria por varones.

**Quinta.** Al relacionar las características sociodemográficas y la adicción a las redes sociales, se concluyó que estas no se relacionan.

**Sexta.** Al determinar la relación entre los datos sociodemográficos y la ansiedad general se determinó que no existe relación entre las variables.

## Sugerencias

**Primera.** Se sugiere ampliar la muestra de investigación para investigaciones futuras con base en estos temas, pues la muestra no es representativa a nivel de la institución, más si a nivel de la escuela profesional.

**Segunda.** Se sugiere el planteamiento de un nuevo estudio que sea capaz de considerar no solo a los estudiantes de niveles inferiores, sino también a aquellos que ya se han adaptado al ritmo académico, para poder comparar si los resultados en ambos niveles son similares.

**Tercera.** Se recomienda la implementación de programas psicológicos para poder orientar y educar a los estudiantes con respecto a los problemas que pueden generar las adicciones y expresar también como la presencia de estos problemas pueden ser un detonante para la ansiedad.

**Cuarta.** Se recomienda hacer un seguimiento a los estudiantes pues se encontraron personas con niveles elevados de ansiedad, por lo mismo, se hará importante ayudarles a poder recuperar un nivel estable de salud mental, mejorando en el proceso su rendimiento académico.

**Quinta.** Se recomienda ampliar la muestra para futuros estudios para poder determinar claramente si existe o no relación entre los datos sociodemográficos y las variables del estudio.

### Limitaciones

**Primera.** Poco acceso a los estudiantes, para poder llevar a cabo el estudio de manera generalizada.

**Segunda.** Muestra por debajo de los estimados para poder ser generalizada a la realidad de la universidad.

**Tercera.** Poca disponibilidad por parte de los alumnos universitarios para participar en la investigación



## Referencias

- Andreassen, C. (2015). Online social network site addiction: A comprehensive review, *Current Addiction Reports*. *SpringerLink*, 175 - 184. <http://dx.doi.org/10.1007/s40429-015-0056-9>
- Araujo, E. (Diciembre de 2016). *Indicadores de adicción a las redes sociales en universitarios de Lima*. Revista digital de investigación en docencia universitaria: [https://www.researchgate.net/publication/311164297\\_Indicadores\\_de\\_adiccion\\_a\\_las\\_redes\\_sociales\\_en\\_universitarios\\_de\\_Lima](https://www.researchgate.net/publication/311164297_Indicadores_de_adiccion_a_las_redes_sociales_en_universitarios_de_Lima)
- Baena, G. (2018). *Metodología de la investigación*. Grupo Editorial Patria.
- Bazan, L. (2021). Adaptación, validez y fiabilidad del inventario ansiedad rasgo - estado para adultos de la ciudad de Trujillo. *Revista de Investigación en Psicología*, 101 - 116. <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/20614/16766>
- Beck, A., & Clark, D. (1997). An information processing model of anxiety: automatic and strategic processes. *Behavior, Research and Therapy*, 49 - 58. [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(96\)00069-1](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(96)00069-1)
- Behobi, W., García, F., & Fernández, H. (2013). Psicoterapia cognitiva individual del TOC. *Salud mental*, 36(4). [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0185-33252013000400010](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-33252013000400010)
- Berdazco, D. (2013). El trastorno de ansiedad generalizada. *Rev. UNAM*, 26(1), 1-2. <https://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/rep/article/view/85469>

- Blachnio, A., & Przepiorka, A. (2016). Personality and positive orientation in Internet and Facebook addiction. An empirical report from Poland. En R. Tennyson, & University of Minnesota, *Computers in Human Behavior* (págs. 230 - 236). Minnesota: Elsevier.  
<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S074756321630070x>
- Boyd, D., & Ellison, N. (2007). Social Network Sites: Definition, History and Scholarship. *Journal of Computer - Mediated Communication*, 210 - 230.
- Cahuari, R., & Ochoa, E. (2016). *Dimensiones de personalidad y adicción a las redes sociales en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín*. Arequipa: Universidad Nacional de San Agustín.  
<http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/3629/Pscacora.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Candale, C. (2017). Las características de las redes sociales y las posibilidades de expresión abiertas por ellas. La comunicación de los jóvenes españoles en Facebook, Twitter e Instagram. *Revista de Red de Hispanistas de Europa Central*, 201.  
<https://www.ceeol.com/search/article-detail?id=742155>
- Candale, C. (2017). Las características de las redes sociales y las posibilidades de expresión abiertas por ellas. La comunicación de los jóvenes españoles en Facebook, Twitter e Instagram. *Revista de la Red de Hispanistas de Europa Central*, 201-2018.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/revista?codigo=23680>
- Castro, A., & de la Villa, M. (2017). Uso problemático de redes sociales 2.0 en nativos digitales: Análisis bibliográfico. *Salud y Drogas*, 73 - 85.
- Chacón, E., De la Cera, D., & Fernández, M. (2021). Generalidades sobre el trastorno de ansiedad. *Revista cúpula*, 35(1), 23-36.  
<https://www.binasss.sa.cr/bibliotecas/bhp/cupula/v35n1/art02.pdf>

Clemente, L., Guzmán, I., & Salas, E. (2018). Adicción a redes sociales e impulsividad en universitarios en Cusco, Perú. *Revista de Psicología*, 15 - 37.

<http://revistas.ucsp.edu.pe/index.php/psicologia/article/download/119/117/>

Cruz, C. (2017). *Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Particular de la ciudad de Tarapoto.*

Pimentel: Universidad Señor de Sipán.

Curioso, W. (2022). Sobre la importancia de las redes sociales para la divulgación de las revistas científicas biomédicas. *Rev. Cuerpo Med. HNAAA*, 1-4.

<https://doi.org/https://doi.org/10.35434/rcmhnaaa.2022.154.1856>

de la Hera, C. (2 de Junio de 2022). *Historia de las redes sociales: cómo nacieron y cuál fue su revolución.* Marketing 4 Ecommerce: <https://marketing4ecommerce.net/historia-de-las-redes-sociales-evolucion/>

Del Prete, A., & Rendon, S. (2019). Las redes sociales on-line: Espacios de socialización y definición de identidad. *Psicoperspectivas*, 19(1), 1-11.

<http://dx.doi.org/10.5027/psicoperspectivas-vol19-issue1-fulltext-1834>

Díaz, C., & Santos, L. (2017). La ansiedad en la adolescencia. *Enfermería comunitaria*, 6(1), 21-31. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6317303.pdf>

Dominguez, S., Villegas, G., & Padilla, O. (2013). Propiedades psicométricas de la escala de ansiedad manifiesta en niños - CMASR en niños y adolescentes de Lima Metropolitana. *Revista Peruna de Psicología y Trabajo Social*, 15 - 32.

Echeburúa, E., & de Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales de jóvenes: Un nuevo reto. *Adicciones*, 91 - 96.

Epinoza, E., Cruz, L., & Espinoza, E. (2018). Las redes sociales y rendimiento académico.

*Revista Metropolitana de Ciencias Aplicadas*, 1(3), 38-44.

<http://remca.umet.edu.ec/index.php/>

Escurra, M., & Salas, B. (2014). Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales. *Liberabit*, 73 - 91.

[http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1729-](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272014000100007&lng=es&tlng=pt)

[48272014000100007&lng=es&tlng=pt.](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272014000100007&lng=es&tlng=pt)

Fernández, O., Jiménez, B., Alfonso, R., Sabina, D., & Cruz, J. (21 de Septiembre de 2012).

*Manual para diagnóstico y tratamiento de trastornos ansiosos*. Revista Electrónica de las Ciencias Médicas en Cienfuegos: <http://scielo.sld.cu/pdf/ms/v10n5/ms19510.pdf>

Figueiredo, M., Vasconelos, V., Marques, M., Cavalcante, M., Bastos, R., Silvano, A., &

Carvalho, A. (2022). Síntomas de ansiedad y factores asociados en los profesionales de la salud durante la pandemia de Covid-19. *Cogitare Enferm*, 27, 1-9.

<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.5380/ce.v27i0.79739>

Flores, J., Morán, C., & Roríguez, J. (2009). *Las redes sociales*. Enlace Virtual - Perú:

<https://docplayer.es/3211325-Las-redes-sociales-resumen.html>

Fonzález, R., & Parra, N. (2023). Neuropsicología de los trastornos de ansiedad.

*Multidisciplinar*, 7(1). <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/4825>

Fresno, C., Consuegra, M., & Gumá, V. (2020). Características de las Redes Académicas.

Estado del arte. *Revista Cubana de Informática Médica*, 132-150.

<http://scielo.sld.cu/pdf/rcim/v12n1/1684-1859-rcim-12-01-132.pdf>

Freud, S. (1964). *A disturbance of memory on the Acropolis.* .

<https://www.encyclopedia.com/psychology/dictionaries-thesauruses-pictures-and-press-releases/disturbance-memory-acropolis>

García, M., del Olmo, J., & del Hoyo, M. (2017). Jóvenes, privacidad y dependencia en las redes sociales. *Acta del II Congreso Internacional Move.net sobre Movientos Sociales y TIC 25 - 27 de octubre 2017* (págs. 128 - 138). Sevilla: Universidad de Sevilla.

[https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/70629/Pages%20from%20actas\\_ii-congreso-internacional-movenet\\_candon-mena-10.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/70629/Pages%20from%20actas_ii-congreso-internacional-movenet_candon-mena-10.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Gómez, A., & Arela, R. (2017). Nativos digitales: dependencia de las redes sociales en internet y su relación con el desempeño académico. *Educationis momentum*, 107 - 143. <https://revistas.ucsp.edu.pe/index.php/emomentum/article/view/113/196>

Gonzales, A. (2016). *Influencia del uso de las redes sociales en el manejo del lenguaje en estudiantes de ciencias de la comunicación, 2016*. Trujillo: Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI.

Griffiths, M. (2005). A componets model of aiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*, 191 - 197.

<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/14659890500114359>

Griffiths, M., Kuss, D., & Demetrovics, Z. (2014). Social networking adiction: An overview and preliminary finding. *Behavioral adictions, Criteria, evidence and treatment*, 119 - 141. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/B9780124077249000069>

Griffits, M. (1998). *Internet Addiction: Does it really exist?* Academic Press.

Heinze, G. (2003). La ansiedad: cómo se la concibe actualmente. *Revista Cuiebncia*, 2(54), 1-8.

[https://www.revistaciencia.amc.edu.mx/images/revista/54\\_2/anisedad\\_como\\_concibe.pdf](https://www.revistaciencia.amc.edu.mx/images/revista/54_2/anisedad_como_concibe.pdf)

Helmold, M. (2021). *New Work, Transformationl and Virtual Leadership: Lessons from COVID - 19 and Other Crises*. Berlin: Springer.

[https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=FPQTEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA113&dq=Zuckerberg+marc&ots=mRYZA2lC9\\_&sig=UNq214U\\_JACM0oRfDYvbrn6F134#v=onepage&q=Zuckerberg%20marc&f=false](https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=FPQTEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA113&dq=Zuckerberg+marc&ots=mRYZA2lC9_&sig=UNq214U_JACM0oRfDYvbrn6F134#v=onepage&q=Zuckerberg%20marc&f=false)

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. McGraw Hill.

Huamán, H., Macikacchi, K., & Velazco, J. Y. (2022). La adicción a redes sociales en adolescentes. Revisión sistemática. *Reflexiones en Trabajo Social*, 2(1), 46-56.

<https://revistas.uncp.edu.pe/index.php/reflexiones/article/view/1648>

Huanca, J. (2016). *Asociación entre las redes sociales de internet y trastorno de ansiedad en adolescentes de dos academias preuniversitarias de la ciudad de Arequipa*. Arequipa: Universidad Nacional de San Agustín.

<http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/3464/MDhubaj.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Hull, C. (1952). *A behavior system: An Introuction to Behavior Theory Concerning the Individual Organism*. Jhon Wilwy & Sons.

Jasso, J., López, F., & Díaz, R. (2017). Conducta adictiva a las redes sociales y su relación con el us problemático del móvil. *Acta de Investigación Psicológica*, 2832 - 2838.

<https://doi.org/10.1016/j.aippr.2017.11.001>

- La Huerta, E., & Cordero, R. (2018). *Redes Sociales: un antes y un después en el comportamiento humano*. Fundación telefónica.  
<https://telos.fundaciontelefonica.com/redes-sociales-un-antes-y-un-despues-en-el-comportamiento-humano/>
- López, F., Jasso, J., & Díaz, R. (2017). Conducta adictiva a las redes sociales y su relación con el uso problemático del móvil. *Elseiver*, 7(3), 2832-2838.  
<https://www.elsevier.es/es-revista-acta-investigacion-psicologica-psychological-111-articulo-conducta-adictiva-redes-sociales-su-S2007471917300546>
- Macía, M., Pérez, C., López, L., & Morgado, C. (2019). Trastornos de ansiedad: revisión bibliográfica de la perspectiva actual. *Neurobiología*, 14(23).  
<https://www.uv.mx/eneurobiologia/vols/2019/24/Mac%C3%ADas/HTML.html>
- Marin, F., Duque, M., & Marrufo, R. (2014). Redes sociales como plataforma de posicionamiento de un programa radial. *Centro de Investigación de Ciencias Administrativas y Gerenciales*, 194 - 206.  
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5028158.pdf>
- Marín, V., Sampedro, B., & Muñoz, J. (2015). ¿Son adictos a las redes sociales los estudiantes universitarios? *Revista Complutense de Educación*, 233 - 251.  
<https://helvia.uco.es/bitstream/handle/10396/15860/46659-85490-1-PB.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Medrano, J., López, F., & Díaz, R. (2017). Conducta adictiva a las redes sociales y su relación con el uso problemático del móvil. *Acta de Investigación Psicológica*, 2832 - 2837.
- Mendez, P. (2019). *Clima social familiar y adicción a las redes sociales en estudiantes ingresantes a la carrera profesional de Ingeniería Civil de la Universidad Católica*

*San Pablo Arequipa 2018*. Arequipa: Universidad Nacional de San Agustín.

<http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/10193/PSMmemapj.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Miguel, J., & Cano, A. (Enero de 1990). *La evaluación de la ansiedad, situación presente y direcciones futuras*. ResearchGate:

[https://www.researchgate.net/publication/230577096\\_La\\_evaluacion\\_de\\_la\\_ansiedad\\_Situacion\\_presente\\_y\\_direcciones\\_futuras\\_The\\_assessment\\_of\\_anxiety\\_Present\\_and\\_futur/link/09e4150197a78be9cd000000/download](https://www.researchgate.net/publication/230577096_La_evaluacion_de_la_ansiedad_Situacion_presente_y_direcciones_futuras_The_assessment_of_anxiety_Present_and_futur/link/09e4150197a78be9cd000000/download)

Mohanna, G., & Romero, D. (2019). *Adicción a las Redes Sociales y Ansiedad en estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana*. Lima: Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas.

Montaño, H. (2007). *Adictos a la Internet*. Pachuca de Soto: Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo.

<http://dgsa.uaeh.edu.mx:8080/bibliotecadigital/bitstream/handle/231104/237/Adictos%20a%20la%20internet.pdf?sequence=1>

Moriana, J., & Herruzo, J. (2004). Estrés y Burnout en profesores. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 597 - 621.

<https://www.redalyc.org/pdf/337/33740309.pdf>

Munayco, S. (2020). *Ansiedad y su relación con la adicción a las redes sociales en una muestra de jóvenes de la provincia de Chincha*. Chincha: Universidad Autónoma de Ica.

Nicuesa, M. (15 de Marzo de 2013). *Adicción a Internet y las Tecnologías*. Web consultas, revistas de salud y bienestar: <https://www.webconsultas.com/mente-y-emociones/adicciones/por-que-somos-adictos-a-internet>

OMS. (2019). *CIE-11*. Organización Mundial de la Salu. <https://icd.who.int/dev11/l-m/en>

OMS. (5 de Mayo de 2020). *Las redes sociales y COVID-19: la contribución de BIREME*.

Organización Panamericana de la Salud: [https://www.paho.org/es/noticias/5-5-2020-](https://www.paho.org/es/noticias/5-5-2020-redes-sociales-covid-19-contribucion-bireme#:~:text=Un%20comportamiento%20esperado%20durante%20la,y%20segmentos%20de%20la%20sociedad.)

[redes-sociales-covid-19-contribucion-](https://www.paho.org/es/noticias/5-5-2020-redes-sociales-covid-19-contribucion-bireme#:~:text=Un%20comportamiento%20esperado%20durante%20la,y%20segmentos%20de%20la%20sociedad.)

[bireme#:~:text=Un%20comportamiento%20esperado%20durante%20la,y%20segmentos%20de%20la%20sociedad.](https://www.paho.org/es/noticias/5-5-2020-redes-sociales-covid-19-contribucion-bireme#:~:text=Un%20comportamiento%20esperado%20durante%20la,y%20segmentos%20de%20la%20sociedad.)

OMS. (2020). *Plan de acción sobre salud mental 2013 - 2020*. Organización Mundial de la Salud.

[https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/97488/9789243506029\\_spa.pdf;jsessionid=CBF591888FE4331ED4B636FAA68A52A7?sequence=1](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/97488/9789243506029_spa.pdf;jsessionid=CBF591888FE4331ED4B636FAA68A52A7?sequence=1)

Pazmiño, P. (2010). *El impacto de las redes sociales y el internet en la formación de los jóvenes de la Universidad Politécnica Salesiana: Caso carrera de Comunicación Social Sede Quito*. Quito: Universidad Politécnica Salesiana Sede Quito.

<https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/2618/1/Tesis%20Impacto%20de%20las%20Redes%20Sociales%20y%20el%20Internet.pdf>

Portal, M. (2019). *Adicción a redes sociales y nivel de ansiedad en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la Institución Educativa Pedro Ruiz Gallo 3074 Carabayllo, 2019*.

Lima: Universidad César Vallejo.

[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/38323/Portal\\_RMZ.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/38323/Portal_RMZ.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Rojas, C., Villanueva, Z., Bentolilla, M., Briuela, R., & Mercado, D. (2022). Trastorno generalizado de ansiedad y factores asociados incidencia, prevalencia y comorbilidad.

*Revista científica*, 15(2).

<https://revistascientificas.una.py/index.php/rcff/article/view/3081>

Rojas, E. (2021). *Inteligencia emocional y adicción a Internet en adolescentes de secundaria de una Institución Educativa Parroquial del Cercado de Lima*. Lima: Universidad Católica Sedes Sapientae.

Sahagún, M., Martínez, B., Delgado, E., & Salamanca, C. (2015). Adicción a redes sociales y su relación con problemas de autoestima en la población de 15 a 19 años de población derechohabiente del Instituto Mexicano del Seguro Social. *Revista Médica MD*, 286 - 289. <https://www.medigraphic.com/pdfs/revmed/md-2015/md154m.pdf>

Sierra, J., Oretga, V., & Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista Mal-estar e Subjetividade*, 10 - 59.  
[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1518-61482003000100002&lng=pt&tlng=es](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1518-61482003000100002&lng=pt&tlng=es).

Sierra, J., Ortega, V., & Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista Mal Estar y Subjetividad*, 3(1), 10-59.  
<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/malestar/v3n1/02.pdf>

Spielberger, C., Rebeiser, E., & Sydeman, S. (1995). Measuring the Experience, Expression and Control of Anger. *Issues in Comprehensive Pediatric Nursing*, 207 - 232.  
<https://doi.org/10.3109/01460869509087271>

Ticona, F., & Ramos, M. (2015). Uso de las redes sociales en el Perú. *Revista científica "Investigación Andina"*, 7 - 14.  
<http://www.repositorio.uancv.edu.pe/bitstream/handle/UANCV/2714/VOL15N2%282015%29%202.pdf?sequence=3&isAllowed=y>

Ticona, Y., & Tupac, E. (2016). *Características del uso y dependencia al móvil en estudiantes de enfermería - UNSA Arequipa 2016*. Arequipa: Universidad Nacional de San Agustín.

<http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/2363/ENtichyg.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Trinidad, L., & Varillas, G. (2021). *Adicción a redes sociales y ansiedad estado - rasgo en estudiantes de secundaria del colegio privado Nikola Tesla, Huacho 2021*. Lima: Universidad César Vallejo.

Tsitsika, A., Tzavela, E., & Mavromati, F. (2013). *Investigación sobre conductas adictivas a internet entre los adolescentes europeos*. Funded by the European Union; Safer internet plus.

Valencia, R., Cabrero, J., & Garay, U. (2021). Adicción a las redes sociales en estudiantes mexicanos: percepciones de discentes y docentes. *Revista Tecnología, Ciencia y Educación*(19). <https://doi.org/https://doi.org/10.51302/tce.2021.616>

Walsh, S., White, K., Cox, S., & Young, R. (2011). Keeping in constant touch; The predictors of young Australians' mobile phone involvement. *Computers In Human Behavior*, 333 - 342.  
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0747563210002682>

Weinreich, H., Merz, M., & Boger, M. (1999). *Electronic Contracting im Internet*. SpringerLink: [https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-642-60111-8\\_27](https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-642-60111-8_27)

West, R., & Brown, J. (2013). *Theory of addiction*. John Wiley & Sons.

Yudes, C., Rey, L., & Extremera, N. (2020). *Ciberagresión, adicción al internet e inteligencia emocional en adolescentes: un análisis de diferencias de género*. Malaga: Universidad de Malaga.

Zambrano, E., Maji, C., & Pin, A. (2020). El uso del Internet asociado al rendimiento académico en estudiantes universitarios ecuatorianos. *Polo de conocimiento*, 328-340.  
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7518094.pdf>

Zavaleta, G. (2017). *Propiedades Psicométricas del Cuestionario de Ansiedad Estado - Rasgo en Adolescentes de la Localidad de Cartavio*. Trujillo: Universidad César Vallejo.  
[http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/314/zavaleta\\_gl.pdf?sequence=1](http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/314/zavaleta_gl.pdf?sequence=1).



## Anexos

### Anexo 1.

#### Consentimiento informado

Mediante la presente, se le invita a participar de la investigación denominada “**ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DEL PRIMER AÑO DE LA CARRERA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**”, desarrollada por la bachiller en Psicología Urure Flores, Cleydi Ariana pertenecientes a la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Católica de Santa María de Arequipa.

Asimismo, se pone de conocimiento que como objetivo principal se pretende determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y el nivel de ansiedad que presentan los estudiantes universitarios. Resaltando que la investigación no implicará ningún daño a la integridad y los datos serán tratados solo con fines investigativos.

Gracias por su colaboración.

Fecha:

---

FIRMA



Anexo 2.

**Cuestionario de adicción a las redes sociales**

ARS  
*De Escurra y Salas (2014)*

Edad: \_\_\_\_\_

Sexo: \_\_\_\_\_

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

Siempre	<b>S</b>	Rara vez	<b>RV</b>
Casi Siempre	<b>CS</b>	Nunca	<b>N</b>
Algunas Veces	<b>AV</b>		

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

Anexo 3.

Cuestionario de Ansiedad rasgo – Estado (IDARE)

**Instrucción:** Algunas expresiones que la gente usa para describirse aparecen abajo. Lee cada frase y marca con una equis (X) e indica *cómo te sientes ahora mismo, o sea, en este momento*. No hay contestaciones buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero trate de dar respuesta que mejor describe sus sentimientos ahora.

N°	ÍTEM	No en lo absoluto	Un poco	Bastante	Mucho
1	Me siento calmado (a)	1	2	3	4
2	Me siento inseguro (a)	1	2	3	4
3	Me siento tenso (a)	1	2	3	4
4	Estoy contrariado (a)	1	2	3	4
5	Estoy a gusto	1	2	3	4
6	Me siento alterado (a)	1	2	3	4
7	Estoy preocupado (a) actualmente por un posible contratiempo.	1	2	3	4
8	Me siento descansado (a)	1	2	3	4
9	Me siento ansioso (a)	1	2	3	4
10	Me siento cómodo (a)	1	2	3	4
11	Me siento con confianza en mí mismo (a)	1	2	3	4
12	Me siento nervioso (a)	1	2	3	4
13	Me siento agitado (a)	1	2	3	4
14	Me siento "a punto de explotar"	1	2	3	4
15	Me siento reposado (a)	1	2	3	4
16	Me siento satisfecho (a)	1	2	3	4
17	Estoy preocupado (a)	1	2	3	4
18	Me siento muy agitado (a) y aturdido (a)	1	2	3	4
19	Me siento alegre	1	2	3	4
20	Me siento bien	1	2	3	4

**Instrucción:** Algunas expresiones que la gente usa para describirse aparecen abajo. Lee cada frase y marca con una equis (X) e indica *cómo te sientes generalmente, o sea, en este momento*. No hay contestaciones buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero trate de dar respuesta que mejor describa cómo te sientes generalmente.

N°	ÍTEM	Casi nunca	Algunas veces	Frecuentemente	Casi siempre
21	Me siento bien	1	2	3	4
22	Me canso rápidamente	1	2	3	4
23	Siento ganas de llorar	1	2	3	4
24	Quiero ser tan feliz como otros parecen serlo	1	2	3	4
25	Pierdo oportunidades por no decidirme rápidamente	1	2	3	4
26	Me siento descansado (a)	1	2	3	4
27	Soy una persona "tranquila, serena y sosegada"	1	2	3	4
28	Siento que las dificultades se me amontonan al punto de no poder superarlas.	1	2	3	4
29	Me preocupo demasiado por cosas sin importancia	1	2	3	4
30	Soy feliz.	1	2	3	4
31	Tomo las cosas muy a pecho.	1	2	3	4
32	Me falta confianza en mí mismo (a)	1	2	3	4
33	Me siento seguro (a)	1	2	3	4
34	Procuro evitar enfrentarme a la crisis y a las dificultades	1	2	3	4
35	Me siento melancólico (a)	1	2	3	4
36	Me siento satisfecho (a)	1	2	3	4
37	Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente y me molestan	1	2	3	4
38	Me afectan tanto los desengaños que no me los puedo quitar de la cabeza.	1	2	3	4
39	Soy una persona estable	1	2	3	4
40	Cuando pienso en mis preocupaciones actuales me pongo tenso (a) y alterado (a)	1	2	3	4

Anexo 4.

Base de datos

		Adicción a las redes sociales																									
	Edad	Sexo	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	
ESTU1	24	1	2	2	2	3	2	1	1	2	2	2	1	3	3	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	
ESTU2	35	1	2	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1	
ESTU3	25	1	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	1	2	2	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	0	
ESTU4	27	1	3	3	2	4	2	3	3	3	4	3	3	4	0	3	3	3	3	4	2	3	3	3	2	4	
ESTU5	28	2	3	3	2	3	2	0	0	1	0	4	3	2	4	0	0	0	0	2	0	0	2	0	0	0	
ESTU6	25	1	2	2	1	3	2	0	1	2	3	1	0	0	1	1	2	2	3	1	2	2	1	2	2	0	
ESTU7	25	1	2	2	0	2	0	0	1	0	3	2	2	2	1	1	0	2	2	2	1	1	1	0	0	0	
ESTU8	24	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	
ESTU9	24	1	2	1	0	3	2	1	2	2	3	2	1	1	1	2	1	2	2	2	1	2	3	1	2	1	
ESTU10	21	1	3	2	1	4	1	0	1	1	2	3	0	0	4	3	0	3	3	3	0	0	3	0	1	0	
ESTU11	28	2	1	0	2	1	1	0	0	2	1	2	1	1	2	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	
ESTU12	24	1	4	3	2	3	3	1	2	1	2	2	3	3	2	2	2	1	2	2	1	2	1	1	3	2	
ESTU13	23	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	0	4	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	
ESTU14	22	1	0	0	0	3	1	1	1	2	2	2	2	1	1	0	0	3	3	2	0	1	2	0	1	0	
ESTU15	21	1	3	1	1	3	0	0	0	2	1	3	2	4	2	3	0	3	2	0	2	2	2	2	1	2	
ESTU16	23	1	3	2	2	3	2	3	3	4	4	2	2	2	1	2	1	3	3	3	1	2	1	2	1	2	
ESTU17	21	1	1	2	2	3	1	0	1	0	2	2	1	1	0	1	0	2	3	0	0	1	1	1	1	1	
ESTU18	22	2	3	1	2	1	1	1	2	3	4	3	1	2	3	3	1	3	2	1	1	2	4	1	2	2	
ESTU19	21	1	1	4	2	4	2	1	2	1	2	4	2	3	1	2	2	2	1	2	0	4	1	4	1	2	
ESTU20	19	2	3	3	2	3	2	2	2	4	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
ESTU21	18	1	2	1	1	2	0	0	1	2	0	1	0	3	4	1	0	2	2	0	0	0	1	2	1	0	
ESTU22	17	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	0	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
ESTU23	20	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	
ESTU24	19	2	1	1	1	2	1	0	0	1	2	1	1	1	3	2	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	
ESTU25	19	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	
ESTU26	17	1	3	2	1	2	2	1	1	2	2	1	2	3	2	2	2	2	1	2	1	1	1	1	2	1	
ESTU27	18	2	1	2	0	1	0	0	0	0	1	1	0	1	2	1	0	1	1	0	0	0	0	1	0	1	
ESTU28	18	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	
ESTU29	28	1	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	1	2	1	3	1	2	2	2	1	1	2	2	2	1	
ESTU30	25	2	2	2	0	4	2	0	2	3	4	3	2	2	2	1	2	2	2	4	0	0	4	0	3	0	
ESTU31	17	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
ESTU32	18	1	3	3	2	4	1	2	1	2	4	2	2	4	3	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	
ESTU33	18	1	3	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	1	3	3	1	1	1	2	0	0	1	1	0	0	
ESTU34	18	1	3	2	0	2	1	0	2	1	3	3	1	4	1	2	0	3	3	3	0	2	2	2	1	2	
ESTU35	18	1	1	1	0	1	1	0	1	2	2	1	1	1	4	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	
ESTU36	23	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
ESTU37	18	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
ESTU38	17	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	1	0	
ESTU39	18	1	2	2	1	3	2	1	0	2	1	2	2	2	2	1	2	1	2	2	1	0	2	1	2	2	
ESTU40	19	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	2	1	0	1	1	1	0	0	1	2	1	2	
ESTU41	18	1	2	2	1	3	2	0	1	2	2	3	2	2	2	2	1	2	3	3	2	1	2	0	1	2	
ESTU42	20	1	0	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
ESTU43	19	1	2	2	1	1	1	1	0	3	3	2	1	2	2	1	1	2	1	2	0	1	1	0	1	1	
ESTU44	18	2	0	0	0	3	1	0	0	0	2	2	1	3	4	1	1	2	2	2	0	0	1	0	0	1	
ESTU45	19	1	2	2	1	3	0	1	2	2	2	1	0	2	2	1	0	2	3	3	1	0	1	1	1	2	0
ESTU46	18	1	3	3	2	3	2	1	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	1	3	3	2	2	
ESTU47	18	1	2	1	1	3	1	0	1	2	3	2	1	2	3	1	1	2	2	1	1	2	1	1	2	1	
ESTU48	17	1	2	2	1	2	2	1	1	0	1	1	2	2	2	2	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	
ESTU49	18	1	1	1	0	2	0	0	0	2	1	1	1	2	3	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	2	
ESTU50	17	2	3	2	2	3	1	2	3	2	1	3	1	2	1	2	1	3	3	0	0	0	2	2	1	1	



ESTU101	18	2	4	3	3	4	2	1	1	2	3	2	2	3	1	2	1	2	3	2	2	0	0	0	1	1
ESTU102	17	2	2	1	0	2	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0
ESTU103	18	1	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	2	1	1	2	1	1	1
ESTU104	19	1	2	1	1	0	1	0	0	2	0	0	3	2	2	2	2	0	1	2	0	0	0	0	1	1
ESTU105	18	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2
ESTU106	17	1	1	1	1	3	2	1	1	1	2	2	1	2	0	1	1	2	3	3	1	2	2	1	2	1
ESTU107	22	1	3	3	2	4	4	2	3	3	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
ESTU108	19	1	2	1	1	3	1	1	1	1	2	2	1	2	3	1	1	1	2	1	1	1	2	2	2	1
ESTU109	18	2	2	1	1	2	1	1	0	2	2	2	3	1	2	1	2	3	2	4	0	1	2	0	2	1
ESTU110	19	1	2	2	1	2	1	0	0	2	2	2	3	4	3	3	1	3	2	3	3	2	1	2	1	4
ESTU111	18	1	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	1	2	2	2	1	2	2
ESTU112	22	1	2	1	1	2	0	0	0	2	1	1	0	0	3	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0
ESTU113	18	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ESTU114	18	2	1	1	1	1	2	0	0	2	4	1	1	1	4	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1
ESTU115	17	1	1	1	1	3	2	1	0	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	1	2	1	2	1
ESTU116	18	2	3	2	1	2	2	2	0	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	0	0	0	0	0	0
ESTU117	18	1	0	0	0	1	0	0	0	2	1	1	2	3	2	1	1	1	1	0	0	1	2	0	0	0
ESTU118	21	2	1	1	0	0	0	0	0	1	0	2	0	4	1	0	2	2	1	0	0	0	0	0	0	0
ESTU119	18	2	2	0	1	1	1	1	0	1	1	1	2	3	4	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1
ESTU120	19	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	2	1	1	2	2	2	4	2	1
ESTU121	18	2	2	1	1	3	1	2	2	2	0	2	1	2	1	2	0	3	2	3	0	1	2	2	1	0
ESTU122	20	1	2	2	1	2	2	1	0	2	3	2	2	3	2	2	1	3	2	1	1	1	1	0	1	2
ESTU123	19	2	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	1	1	2	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0
ESTU124	19	2	3	1	3	3	1	2	3	4	2	1	2	2	3	2	2	3	1	1	3	3	3	3	1	1
ESTU125	22	1	2	2	1	4	1	0	0	0	2	1	2	3	3	1	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0
ESTU126	22	2	3	2	2	3	1	0	0	3	2	2	1	3	3	1	1	3	2	2	1	2	0	0	1	1
ESTU127	19	2	2	3	2	3	2	1	1	2	2	3	2	3	2	2	1	2	2	3	1	2	2	1	2	2
ESTU128	18	1	3	4	3	4	3	2	3	3	4	3	4	4	0	3	3	3	3	4	2	4	3	4	3	4
ESTU129	19	1	2	1	1	3	1	1	1	1	2	2	1	1	3	1	1	1	1	2	0	0	1	0	2	1
ESTU130	18	1	3	2	1	3	1	1	1	1	3	3	3	2	1	1	1	3	2	3	2	2	1	1	1	2
ESTU131	19	1	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	4	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ESTU132	22	1	2	3	1	2	1	1	1	2	2	3	3	4	1	3	2	3	3	4	1	1	1	1	1	2
ESTU133	19	2	2	3	0	2	1	0	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	2	3	1	1	1	0	1	1
ESTU134	19	2	3	3	2	3	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	1	1	2	1	2
ESTU135	24	2	1	2	1	3	1	0	1	3	1	2	1	2	1	2	0	1	2	3	0	2	2	1	2	2
ESTU136	18	1	3	3	3	4	2	3	3	4	2	3	2	2	0	2	2	3	3	4	3	0	3	2	4	3



	Ansiedad Rasgo																			
	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8	R9	R10	R11	R12	R13	R14	R15	R16	R17	R18	R19	R20
ESTU1	3	1	2	1	2	1	2	2	1	4	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2
ESTU2	3	3	3	3	4	3	3	4	2	3	3	1	1	2	4	4	3	2	3	3
ESTU3	2	2	1	1	2	1	2	2	2	4	1	1	1	1	2	2	1	1	2	2
ESTU4	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	4	1	2	3	3	3	1	3	3
ESTU5	1	1	1	2	3	1	2	2	1	4	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1
ESTU6	3	2	2	1	2	2	4	2	2	4	3	2	1	2	4	4	2	1	4	3
ESTU7	2	2	1	1	2	1	1	2	1	4	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2
ESTU8	2	1	1	1	2	1	1	2	1	4	1	1	1	1	2	2	1	1	2	2
ESTU9	2	2	1	1	2	1	2	3	1	4	2	1	1	1	2	3	1	1	3	2
ESTU10	3	1	2	2	2	1	2	2	1	3	1	2	1	1	2	2	1	1	2	2
ESTU11	2	2	1	2	2	1	2	3	1	4	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2
ESTU12	3	2	3	4	3	2	3	3	3	3	2	2	4	2	4	2	2	2	3	1
ESTU13	1	1	1	1	2	1	1	2	1	4	2	1	1	1	2	2	1	1	2	2
ESTU14	1	2	2	1	2	1	2	2	3	4	2	3	1	1	4	4	2	1	3	2
ESTU15	3	3	3	2	3	1	3	2	1	3	2	2	1	1	4	3	1	1	3	3
ESTU16	3	3	3	2	3	1	1	4	2	3	4	2	1	1	3	3	2	1	3	2
ESTU17	2	2	3	1	2	1	1	3	3	4	4	1	1	1	4	3	1	1	3	2
ESTU18	3	3	3	3	4	3	4	4	3	2	4	4	3	3	3	4	4	3	4	3
ESTU19	2	1	3	4	3	3	3	4	1	1	3	1	3	1	4	1	1	4	2	4
ESTU20	2	2	2	1	1	1	2	2	2	4	2	2	1	1	2	2	2	1	2	2
ESTU21	1	2	1	1	2	1	1	1	1	4	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1
ESTU22	2	2	1	1	2	1	2	2	2	4	2	1	2	1	3	2	1	1	2	2
ESTU23	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3
ESTU24	2	2	2	1	2	1	2	3	2	4	2	2	1	1	3	3	1	1	1	2
ESTU25	2	2	4	1	2	1	1	4	1	4	2	4	2	1	4	4	1	3	3	4
ESTU26	2	2	2	2	2	2	3	3	4	4	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2
ESTU27	2	2	2	1	2	1	1	2	2	4	2	1	1	1	3	2	1	1	2	1
ESTU28	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2
ESTU29	2	2	2	2	2	1	1	2	2	4	2	1	2	1	2	2	2	1	2	1
ESTU30	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
ESTU31	4	4	2	2	4	1	1	4	3	2	4	2	1	1	4	4	3	1	4	4
ESTU32	2	3	2	1	3	1	1	3	1	4	2	1	1	1	3	3	1	1	4	3
ESTU33	2	1	1	1	1	1	1	3	1	4	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1
ESTU34	3	3	3	2	3	2	3	3	3	4	3	1	1	2	4	3	3	1	3	3
ESTU35	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	4	2	2	2	3	3	2	2	4	4
ESTU36	2	2	1	1	2	1	1	1	1	4	3	1	1	1	1	1	1	1	3	2
ESTU37	2	2	1	2	2	3	1	2	1	3	2	1	2	1	2	2	1	1	1	2
ESTU38	4	4	2	2	4	1	1	4	1	3	3	2	1	1	3	4	2	1	4	4
ESTU39	2	3	2	2	2	1	2	3	2	2	3	3	1	2	3	3	2	1	3	3
ESTU40	2	2	1	2	2	1	2	1	1	4	1	1	1	1	1	2	2	1	3	2
ESTU41	1	1	2	1	2	1	2	2	2	4	2	1	1	1	2	2	1	1	2	1
ESTU42	1	2	1	1	1	1	2	3	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2
ESTU43	2	3	1	1	2	1	2	3	1	4	3	2	1	1	2	3	1	2	2	2
ESTU44	2	1	1	1	1	1	1	2	1	4	4	1	1	1	2	1	1	1	2	1
ESTU45	3	2	1	1	2	1	2	2	1	4	3	1	1	1	3	2	1	1	4	2
ESTU46	3	3	3	2	2	2	4	3	3	4	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3
ESTU47	3	3	2	3	3	2	1	3	1	4	3	1	1	1	3	3	1	1	3	3
ESTU48	2	2	2	2	1	1	3	3	2	4	1	2	1	1	2	1	2	1	1	3
ESTU49	3	3	2	1	3	2	2	3	2	3	3	2	1	1	3	3	2	1	3	3
ESTU50	4	4	2	1	4	1	1	4	3	3	4	2	1	1	4	4	2	2	4	4

ESTU51	2	2	2	1	1	1	1	1	1	4	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2
ESTU52	2	2	2	1	2	1	1	2	1	4	2	1	1	1	2	2	2	2	3	2
ESTU53	2	3	3	2	3	2	1	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	4	3
ESTU54	1	2	1	1	1	1	1	2	2	4	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1
ESTU55	2	2	1	1	1	1	1	2	2	4	2	1	1	1	2	1	1	1	2	2
ESTU56	2	3	1	1	3	1	1	2	1	4	3	1	1	1	2	2	2	1	3	3
ESTU57	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	4	2	1	1	3	3	2	2	3	3
ESTU58	4	2	3	3	4	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3
ESTU59	2	2	1	1	2	1	1	2	1	4	3	1	1	1	2	2	1	1	3	2
ESTU60	3	2	2	1	2	2	2	3	2	4	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2
ESTU61	4	4	3	3	4	3	3	4	3	2	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4
ESTU62	1	1	1	1	2	1	1	2	1	4	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1
ESTU63	2	2	2	2	2	2	4	3	2	3	2	2	1	1	2	2	3	1	2	2
ESTU64	3	4	1	1	4	1	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3
ESTU65	1	1	1	1	1	1	1	2	1	4	1	1	1	1	2	2	1	1	2	2
ESTU66	2	2	1	1	2	1	2	2	2	4	2	2	1	1	2	2	2	1	2	3
ESTU67	3	3	2	2	3	1	1	3	1	4	2	1	1	1	3	3	1	1	3	3
ESTU68	4	4	3	2	3	3	4	2	3	1	4	3	2	3	3	3	3	2	4	4
ESTU69	1	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3
ESTU70	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3
ESTU71	2	2	2	1	3	1	1	3	1	4	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1
ESTU72	1	1	1	1	2	1	2	1	1	4	1	1	1	1	1	3	1	1	3	1
ESTU73	4	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	1	2	4	3	2	2	2	2
ESTU74	4	4	2	2	4	2	2	1	3	1	4	2	2	1	4	4	2	1	4	4
ESTU75	2	3	2	2	3	1	3	3	3	3	2	3	1	1	3	3	2	2	2	2
ESTU76	3	3	2	2	3	1	2	4	2	3	3	2	2	1	3	3	2	2	3	3
ESTU77	1	1	2	1	2	1	2	1	2	2	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1
ESTU78	2	3	2	1	2	1	2	3	2	3	2	2	3	1	4	2	2	1	3	2
ESTU79	1	1	1	1	2	1	1	3	1	4	2	1	1	1	2	2	1	1	3	2
ESTU80	3	2	2	2	3	1	2	3	1	4	3	1	1	1	3	4	2	1	4	3
ESTU81	2	3	2	1	2	2	2	3	3	4	4	2	1	1	3	3	2	2	3	3
ESTU82	2	2	2	4	2	2	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3
ESTU83	1	1	1	1	1	1	1	2	1	4	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1
ESTU84	2	1	1	1	2	1	2	2	2	4	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1
ESTU85	3	2	1	1	4	1	1	4	1	4	4	1	1	1	4	4	1	1	4	4
ESTU86	2	3	2	1	3	1	3	3	3	4	3	1	1	1	2	3	3	1	3	2
ESTU87	3	3	2	1	2	2	2	3	1	4	3	2	2	3	2	1	2	4	3	2
ESTU88	2	2	1	1	2	3	2	3	2	4	2	2	1	1	2	2	2	1	1	1
ESTU89	2	2	2	2	1	1	2	3	4	2	1	3	1	1	3	3	2	2	2	2
ESTU90	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	4	2	1	3	3	3	2	1	3	3
ESTU91	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	4	4	4	4	1	4	4	4	4
ESTU92	3	3	3	3	4	2	3	4	3	2	4	3	1	1	4	4	3	1	4	4
ESTU93	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	1	2	3	4	2	2	3	3
ESTU94	3	3	2	2	2	1	2	3	2	4	3	1	1	1	3	2	2	1	3	3
ESTU95	1	1	1	1	2	1	2	2	1	3	2	1	1	1	2	2	2	3	2	2
ESTU96	4	1	3	2	1	4	2	3	2	1	3	2	2	2	4	2	2	4	2	1
ESTU97	4	4	3	3	4	2	3	4	4	1	4	2	2	4	4	4	3	2	4	4
ESTU98	2	2	2	1	2	1	1	3	1	3	2	1	1	1	2	3	1	1	3	3
ESTU99	2	2	2	1	3	1	1	4	1	4	4	1	1	1	4	3	1	1	3	4
ESTU100	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	4	4	2	2

ESTU101	1	2	1	1	2	1	3	3	1	4	2	2	1	1	3	3	4	1	2	2
ESTU102	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
ESTU103	2	2	2	2	2	2	1	4	2	4	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2
ESTU104	3	1	1	1	2	1	2	3	2	4	2	2	1	1	4	3	1	1	2	1
ESTU105	2	2	2	1	2	1	1	2	1	4	1	3	2	2	3	2	1	1	2	2
ESTU106	2	2	1	1	2	1	1	2	1	4	3	1	1	1	2	2	1	1	4	2
ESTU107	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3
ESTU108	2	2	2	2	3	1	1	3	3	4	3	3	1	3	3	3	1	1	3	3
ESTU109	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	4	3	3	2	3	3
ESTU110	2	2	1	2	3	1	3	2	1	4	3	2	1	1	3	3	3	1	3	3
ESTU111	3	3	1	1	3	1	1	3	2	4	3	1	1	1	2	3	1	1	3	2
ESTU112	2	2	1	1	2	1	2	2	1	4	2	1	1	1	2	2	1	1	2	2
ESTU113	2	2	1	1	2	1	1	2	1	4	2	1	1	1	2	2	1	1	2	2
ESTU114	1	2	2	1	2	2	2	2	3	4	1	2	2	2	1	1	2	3	2	2
ESTU115	2	3	2	2	3	2	3	4	2	2	3	2	1	2	2	3	3	2	3	1
ESTU116	3	4	3	3	4	2	1	4	1	4	3	1	1	1	3	4	2	1	3	3
ESTU117	2	2	2	2	3	2	2	2	2	4	3	1	2	1	2	3	2	1	3	3
ESTU118	1	1	2	1	1	1	2	3	1	4	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1
ESTU119	1	1	1	1	1	1	2	2	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1
ESTU120	3	3	2	1	1	1	2	2	2	4	3	2	1	1	4	1	2	1	3	1
ESTU121	2	3	1	1	2	1	2	2	2	4	3	2	1	1	2	1	2	1	3	2
ESTU122	2	2	1	1	2	1	2	2	2	4	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2
ESTU123	3	3	1	2	2	2	1	4	3	3	3	2	1	1	4	2	2	1	3	3
ESTU124	3	2	2	3	4	3	3	2	2	3	2	3	3	1	2	3	3	3	2	3
ESTU125	2	2	1	1	2	1	3	2	1	4	2	2	1	1	3	2	2	1	2	2
ESTU126	2	2	1	1	2	1	1	4	1	4	1	2	1	1	2	2	1	1	2	2
ESTU127	3	3	2	1	3	1	3	3	2	4	3	1	1	1	2	3	2	1	3	2
ESTU128	3	3	4	2	3	2	3	3	4	4	3	1	1	1	3	3	2	1	1	3
ESTU129	2	2	2	1	2	1	1	3	1	4	3	1	1	1	3	3	2	1	2	2
ESTU130	2	2	2	1	2	2	2	3	1	4	2	1	1	1	2	2	1	1	2	2
ESTU131	1	1	1	1	2	1	2	2	2	3	1	1	1	1	1	2	2	1	2	2
ESTU132	2	2	2	2	4	2	1	2	1	4	2	2	1	1	2	2	1	1	3	2
ESTU133	2	2	1	1	2	1	1	2	1	4	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1
ESTU134	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	1	3	3	2	2	3	3
ESTU135	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	1	2	3	4	2	2	3	3
ESTU136	3	3	2	2	3	2	1	3	2	3	3	2	2	1	3	3	2	1	3	3

	Ansiedad estado																			
	E1	E2	E3	E4	E5	E6	E7	E8	E9	E10	E11	E12	E13	E14	E15	E16	E17	E18	E19	E20
ESTU1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	1	2	2	3	2	2
ESTU2	3	2	3	4	2	4	3	2	1	3	2	2	3	3	4	3	2	3	2	2
ESTU3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
ESTU4	3	2	2	4	4	3	3	2	4	3	2	4	3	2	2	3	4	4	3	4
ESTU5	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	4	1	2	1	1	1	1
ESTU6	3	3	2	3	2	3	4	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2
ESTU7	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	2	4
ESTU8	2	1	1	1	1	3	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1
ESTU9	3	3	2	3	2	4	3	2	2	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3
ESTU10	2	3	2	4	3	3	1	4	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	3	4
ESTU11	2	2	1	2	2	3	2	1	2	2	1	3	3	2	2	2	2	2	2	1
ESTU12	2	2	4	2	2	2	4	1	4	2	4	2	3	2	3	3	1	2	2	3
ESTU13	2	2	1	1	1	2	2	1	1	2	2	1	2	1	1	2	1	1	2	1
ESTU14	2	1	2	2	3	3	3	1	3	2	3	2	3	2	1	4	2	3	2	2
ESTU15	3	3	3	3	3	3	2	1	2	3	1	3	3	1	3	3	3	3	4	1
ESTU16	2	1	2	3	3	3	2	2	1	2	2	4	3	3	2	3	1	1	3	3
ESTU17	2	2	3	3	1	3	2	1	2	2	2	3	2	3	2	3	1	1	2	1
ESTU18	3	3	1	4	4	3	3	3	3	4	3	2	3	4	4	4	4	4	3	3
ESTU19	1	4	4	1	1	2	3	2	1	1	4	4	1	3	4	4	2	2	1	2
ESTU20	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2
ESTU21	1	2	2	1	3	2	2	1	3	1	2	1	2	2	1	2	2	1	1	1
ESTU22	2	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	2	2	2	1	2	1	2	2	2
ESTU23	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2
ESTU24	2	2	1	1	3	3	3	1	2	2	2	2	3	3	1	2	2	1	2	1
ESTU25	2	1	1	4	2	4	2	3	1	4	2	1	1	2	1	2	3	1	1	1
ESTU26	2	3	3	2	3	3	2	2	4	1	3	2	2	3	2	2	4	3	3	4
ESTU27	1	2	1	1	2	4	2	1	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2
ESTU28	3	2	2	1	1	3	4	2	1	1	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2
ESTU29	1	2	1	3	3	2	3	1	2	1	4	1	1	2	2	1	3	2	2	2
ESTU30	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1
ESTU31	4	1	3	2	1	4	3	2	2	4	1	3	4	2	2	4	2	1	3	2
ESTU32	4	2	2	2	2	3	3	2	1	3	2	1	3	2	2	3	1	1	2	1
ESTU33	1	2	1	2	2	3	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	3	1	1
ESTU34	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	1	2	3	1	1	4	3
ESTU35	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2
ESTU36	1	1	1	1	2	2	2	1	1	2	1	2	3	2	1	2	3	1	4	2
ESTU37	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	3	1	1	3	3	2	2
ESTU38	3	2	3	2	2	2	3	3	4	1	1	2	3	1	1	3	2	2	2	2
ESTU39	3	2	3	2	2	3	2	2	4	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2
ESTU40	2	2	1	1	1	2	1	2	1	2	2	2	2	1	1	2	1	2	2	1
ESTU41	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	2	1	1	3	2	2	2	2	1	1
ESTU42	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	4	2
ESTU43	2	3	1	1	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2
ESTU44	2	2	1	1	2	2	2	2	1	2	2	1	1	3	1	1	2	2	1	2
ESTU45	2	2	1	2	2	2	4	2	2	3	2	2	2	3	1	3	2	1	3	2
ESTU46	3	3	3	2	4	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3
ESTU47	3	1	3	4	2	3	3	3	2	3	1	3	3	2	3	4	2	2	4	2
ESTU48	3	3	1	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2
ESTU49	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	2	2	3	3	3	3	3
ESTU50	4	4	3	4	3	4	3	1	1	4	1	3	4	4	4	4	2	1	4	2

ESTU51	2	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	2	1	2	1	1	2	1
ESTU52	2	2	1	2	4	2	3	2	3	2	2	3	2	3	1	2	2	3	2	2
ESTU53	3	2	1	2	3	2	3	2	1	2	3	2	2	1	1	2	2	3	3	3
ESTU54	1	2	1	1	1	2	2	1	2	1	2	1	2	2	1	1	2	1	2	1
ESTU55	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	4	3	3	3	2	3	3	3	3
ESTU56	3	2	1	2	3	2	2	1	2	3	1	2	3	1	1	2	1	2	2	1
ESTU57	3	2	3	4	4	4	3	2	3	3	2	4	3	1	4	3	2	4	3	3
ESTU58	3	3	2	1	2	3	3	3	3	3	2	3	2	1	3	2	3	2	1	2
ESTU59	3	2	2	1	1	3	3	1	2	2	3	3	3	2	1	2	2	1	3	1
ESTU60	3	3	2	1	3	3	4	2	2	2	1	3	2	2	2	3	2	2	1	2
ESTU61	4	3	4	2	1	4	3	3	3	4	1	2	4	3	3	4	2	1	3	2
ESTU62	2	1	1	3	1	2	2	1	1	2	2	1	2	1	1	2	1	1	2	1
ESTU63	2	2	2	2	2	3	2	3	4	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2
ESTU64	2	2	3	4	4	1	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3
ESTU65	1	2	1	1	3	2	1	2	2	2	2	1	1	2	1	1	1	2	2	1
ESTU66	3	2	1	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	2
ESTU67	3	2	1	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	1	3	2	2	2	2
ESTU68	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3
ESTU69	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2
ESTU70	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2
ESTU71	1	2	2	1	1	4	2	1	2	1	2	2	1	1	2	1	2	1	2	1
ESTU72	1	3	1	1	2	3	1	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	1	2	1
ESTU73	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	1	2	3	2	2	2	4	3	3
ESTU74	4	2	2	4	2	3	1	2	2	4	1	3	4	3	4	4	2	1	4	4
ESTU75	2	3	3	4	4	3	1	4	4	2	2	2	4	2	3	4	2	2	4	4
ESTU76	3	2	1	1	3	4	3	2	2	3	1	2	3	2	1	3	2	1	3	2
ESTU77	1	1	1	1	1	1	2	3	3	1	1	2	1	1	3	2	3	1	1	2
ESTU78	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	1
ESTU79	2	2	1	1	3	3	2	1	3	2	2	1	1	3	1	1	2	2	2	2
ESTU80	3	2	1	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	1	3	2	2	3	2
ESTU81	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	1	4	3	1	2	3	2	2	4	2
ESTU82	2	2	3	3	3	4	4	4	2	3	2	4	3	3	2	4	4	3	3	4
ESTU83	1	1	1	2	2	2	1	1	2	1	2	1	1	3	1	1	2	2	1	1
ESTU84	1	2	2	3	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2
ESTU85	1	1	1	1	1	4	4	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	2	3	2
ESTU86	2	1	1	1	3	3	2	2	3	3	1	3	3	1	2	3	1	2	3	3
ESTU87	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	1	3	2
ESTU88	1	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
ESTU89	2	4	2	2	3	3	3	4	4	2	2	2	2	4	2	3	3	3	2	2
ESTU90	3	2	1	2	2	3	1	3	3	2	2	4	3	2	2	3	1	3	3	2
ESTU91	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4
ESTU92	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	2	4	4	3	3	3	3	3	4	3
ESTU93	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	4	2	2	3	2
ESTU94	3	3	3	3	2	3	3	2	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
ESTU95	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	3	1	2	3	1	2	2	2	1	4
ESTU96	4	4	3	4	4	1	3	3	3	3	2	2	1	3	3	2	3	3	2	3
ESTU97	4	3	4	4	2	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4
ESTU98	4	2	1	3	1	4	4	3	1	3	1	3	3	2	2	3	2	2	3	2
ESTU99	3	2	2	1	2	2	3	3	2	3	1	2	4	2	2	3	2	2	4	2
ESTU100	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2

ESTU101	2	2	1	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2
ESTU102	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
ESTU103	2	2	3	3	2	4	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3
ESTU104	2	1	1	2	1	4	3	1	1	1	2	1	2	2	1	2	1	1	3
ESTU105	2	1	3	2	2	3	2	2	3	1	4	2	3	3	2	2	3	3	3
ESTU106	2	1	1	3	3	1	3	1	3	3	2	3	2	3	1	3	3	3	4
ESTU107	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3
ESTU108	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	1	3	3	2	3	3	1	3	3
ESTU109	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	2	4
ESTU110	3	2	1	2	2	2	1	2	2	3	2	3	3	2	2	4	2	2	2
ESTU111	2	2	2	3	2	3	3	2	4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3
ESTU112	2	1	2	2	1	2	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	1	1	3
ESTU113	2	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2
ESTU114	1	2	2	1	2	1	1	2	3	2	3	1	1	2	2	1	2	2	1
ESTU115	1	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	4	2	3	3	3	3
ESTU116	3	2	1	1	1	3	2	2	2	4	2	2	4	1	3	4	2	2	2
ESTU117	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3
ESTU118	1	1	1	1	2	4	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2
ESTU119	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1	2	2	2	3	1	1	2	2	1
ESTU120	3	4	1	1	4	1	2	1	2	2	2	4	2	2	2	3	3	2	3
ESTU121	2	1	2	1	1	3	3	1	2	2	3	2	3	3	1	2	1	2	2
ESTU122	2	2	1	1	2	2	3	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3
ESTU123	3	3	1	1	2	4	3	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	3
ESTU124	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	1	1	2	3	2	3
ESTU125	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3
ESTU126	1	2	2	4	2	4	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2
ESTU127	3	3	1	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3
ESTU128	3	2	2	4	4	3	3	2	2	1	2	4	3	2	2	3	4	4	3
ESTU129	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	1	3	3	3	3
ESTU130	2	2	1	1	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2
ESTU131	2	1	1	1	2	2	2	1	1	2	1	1	2	2	1	2	1	1	2
ESTU132	2	2	1	3	4	2	1	3	3	2	4	3	2	3	1	2	3	3	2
ESTU133	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1
ESTU134	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	1	3	2	2	3
ESTU135	3	2	2	4	3	3	2	2	2	3	1	2	2	2	4	3	3	2	2
ESTU136	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3