Universidad Católica de Santa María

Facultad de Ciencias Sociales y Humanidades

Escuela Profesional de Psicología

Adicción a las redes sociales y su relación con la ansiedad social en estudiantes femeninas de nivel secundario de una institución educativa pública, año 2025

Tesis presentada por:

Cerpa Chavez, Marcelo Guisseppe

ORCID: 0009-0006-4176-9475

para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología

Asesor (a):

Mg. Yana Calla, Victor Ritchar

ORCID: 0000-0001-6380-3693

Arequipa - Perú

2026

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

PSICOLOGIA

TITULACIÓN CON TESIS

DICTAMEN APROBACIÓN DE BORRADOR

Arequipa, 30 de Abril del 2026

Dictamen: 015384-C-EPSIC-2026

Visto el borrador del expediente 015384, presentado por:

2020201131 - CERPA CHAVEZ MARCELO GUISSEPPE

Titulado:

ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y SU RELACIÓN CON LA ANSIEDAD SOCIAL EN ESTUDIANTES FEMENINAS DE NIVEL SECUNDARIO DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, AÑO 2025

Nuestro dictamen es:

APROBADO

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

LICENCIADO (A) EN PSICOLOGÍA

29238564 - ZEVALLOS CORNEJO ASUNTA VILMA
DICTAMINADOR

F0000012 - NUEZ TRUJILLO AARON
DICTAMINADOR

29722458 - VILLANUEVA KUONG LESLIE
DICTAMINADOR

ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y SU RELACIÓN CON LA ANSIEDAD SOCIAL EN ESTUDIANTES FEMENINAS DE NIVEL SECUNDARIO DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, AÑO 2025

INFORME DE ORIGINALIDAD

9%	14%	7%	10%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.uct.edu.pe Fuente de Internet	2%
2	repositorio.usmp.edu.pe Fuente de Internet	2%
3	Submitted to Universidad Continental Trabajo del estudiante	1%
4	Submitted to Universidad Católica de Santa María Trabajo del estudiante	1%
5	api-repositorio.unapiquitos.edu.pe Fuente de Internet	1%
6	hdl.handle.net Fuente de Internet	1%
7	repositorio.ucsm.edu.pe Fuente de Internet	1%
8	repositorio.continental.edu.pe Fuente de Internet	1%
9	Submitted to Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga Trabajo del estudiante	1%

Excluir citas	Apagado	Excluir coincidencias	< 1%
Excluir bibliografía	Apagado		

DEDICATORIA

Dedico este trabajo de investigación a mis padres, por su amor incondicional, esfuerzo y constante apoyo en cada etapa de mi formación académica. A ellos, que me enseñaron el valor del compromiso, la perseverancia y la responsabilidad, les ofrezco este logro como muestra de gratitud y cariño.

AGRADECIMIENTOS

Expreso mi más sincero agradecimiento a Dios, por brindarme la fortaleza y sabiduría necesarias para culminar este proceso. A mis docentes, por compartir sus conocimientos y orientarme con paciencia y dedicación. A mis compañeros y amigos, por su colaboración y ánimo constante. Finalmente, agradezco a mi familia, por su comprensión, motivación y confianza, pilares fundamentales para alcanzar esta meta.

RESUMEN

Según el Ministerio de Salud (2023), se registraron 433,816 casos de ansiedad, posicionándose como el trastorno psicológico más frecuente en el país, con mayor incidencia en mujeres de entre 17 y 25 años, asimismo, se evidencia el incremento del uso de dispositivos móviles y redes sociales entre niños y adolescentes. Por ende, el estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad social en estudiantes femeninas de nivel secundario de una institución educativa pública, año 2025, considerando que el uso excesivo de redes sociales puede afectar el bienestar emocional y social de las adolescentes. Con un enfoque cuantitativo, tipo básico y diseño no experimental correlacional, se encuestó a 260 estudiantes para evaluar la adicción a las redes sociales (obsesión, falta de control y uso excesivo) y la ansiedad social (miedo a la evaluación negativa, ansiedad y evitación ante extraños y ante situaciones sociales). Los resultados descriptivos mostraron que el 36.5 % de las estudiantes presentó adicción moderada y el 30 % alta, mientras que el 20.4 % presentó ansiedad social moderada y el 39.6 % alta. Asimismo, la correlación de Spearman evidenció una relación positiva y significativa entre ambas variables ($\rho = 0.367$; $p < .001$), indicando que a mayor adicción a las redes sociales, mayor ansiedad social.

Palabras claves: Adicción a las redes sociales, Ansiedad social, estudiantes femeninas

ABSTRACT

According to the Ministry of Health (2023), 433,816 cases of anxiety were registered, positioning it as the most frequent psychological disorder in the country, with a higher incidence in women between 17 and 25 years old. Likewise, the increase in the use of mobile devices and social networks among children and adolescents is evident. Therefore, the study aimed to determine the relationship between social media addiction and social anxiety in female secondary school students from a public educational institution, year 2025, considering that excessive use of social networks can affect the emotional and social well-being of adolescents. With a quantitative approach, basic type and correlational non-experimental design, 260 students were surveyed to evaluate social media addiction (obsession, lack of control and excessive use) and social anxiety (fear of negative evaluation, anxiety and avoidance of strangers and social situations). The descriptive results showed that 36.5% of the students had moderate addiction and 30% had high addiction, while 20.4% had moderate social anxiety and 39.6% had high addiction. The Spearman correlation showed a positive and significant relationship between both variables ($\rho = 0.367$; $p < .001$), indicating that the greater the social media addiction, the greater the social anxiety.

Keywords: Social media addiction, social anxiety, female students.

ÍNDICE GENERAL

DEDICATORIA

AGRADECIMIENTOS

RESUMEN

ABSTRACT

ÍNDICE DE TABLAS

INDICE DE ANEXOS

CAPÍTULO I: MARCO TEÓRICO

Introducción 1

Pregunta de Investigación 5

Variables y Definición operacional 5

Variable 1: Adicción a Redes sociales 5

Variable 2: Ansiedad Social 5

Objetivos 6

Objetivo general 6

Objetivos específicos 6

Antecedentes Teórico-Investigativos 7

Adicción a redes sociales 11

Ansiedad social 15

La familia 17

Teorías de la investigación 19

Hipótesis 20

CAPÍTULO II: MÉTODO 21

Diseño de investigación 21

Instrumentos 22

Cuestionario de adicción a redes sociales (ARS) 22
Escala de Ansiedad Social en adolescentes (SAS-A) 23
Participantes 24
Población 24
Muestra 25
Procedimiento 26
Consideraciones Éticas 27
Análisis de datos 27
CAPÍTULO III: RESULTADOS 29
Resultados descriptivos 29
Resultados inferenciales 31
Discusión de resultados 37
Conclusiones 42
Sugerencias 44
Limitaciones 45
Referencias 46
ANEXOS 51
Anexo 1: Matriz de consistencia 51
Anexo 2: Operacionalización de variable 52
Anexo 3: Instrumentos de recolección 53
Anexo 5: Consentimiento informado 56
Anexo 6 : Asentimiento informado 57
Anexo 7: Base de datos 58

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Población de estudio 24

Tabla 2 Nivel de la variable adicción a las redes sociales en estudiantes femeninas de una institución 29

Tabla 3 Nivel de la variable adicción a las redes sociales en estudiantes femeninas de una institución 30

Tabla 4 Prueba de normalidad 31

Tabla 5 Prueba U de Mann-Whitney según tipos de familia en estudiantes femeninas de una institución 32

Tabla 6 Prueba U de Mann-Whitney según grupo etario en estudiantes femeninas de una institución 33

Tabla 7 Matriz de correlación entre adición a las redes sociales y ansiedad social en estudiantes femeninas de nivel secundario de una institución educativa pública 35

INDICE DE ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia.....51

Anexo 2: Operacionalización de variable.....52

Anexo 3: Instrumentos de recolección.....53

Anexo 5: Consentimiento informado.....56

Anexo 6 : Asentimiento informado.....60

Anexo 7: Base de datos.....58

CAPÍTULO I

Marco Teórico

Introducción

En los últimos años, el avance de la tecnología y el acceso masivo a internet han transformado la manera en que los adolescentes se relacionan, comunican e interactúan con su entorno. Las redes sociales se han convertido en herramientas de uso cotidiano, especialmente entre la población juvenil, debido a que permiten compartir información, establecer vínculos sociales y acceder a diversas formas de entretenimiento. Sin embargo, el uso excesivo e inadecuado de estas plataformas digitales ha generado preocupación en el ámbito de la salud mental, ya que puede desencadenar problemas emocionales, conductuales y sociales, principalmente en los adolescentes, quienes constituyen una población vulnerable por encontrarse en una etapa de desarrollo personal y social.

Por ello, la presente investigación tiene como propósito determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad social en estudiantes femeninas de nivel secundario de una institución educativa pública durante el año 2025. El estudio busca aportar información relevante que permita comprender el impacto del uso excesivo de redes sociales en la salud mental de las adolescentes y contribuir al diseño de estrategias preventivas y programas de intervención orientados a promover un uso responsable de las plataformas digitales y fortalecer el bienestar psicológico de las estudiantes.

La presente investigación se encuentra estructurada en tres capítulos principales, desarrollados de manera ordenada para facilitar la comprensión del estudio y el análisis de las variables investigadas. En el Capítulo I, denominado Marco Teórico, se presenta la problemática de investigación relacionada con la adicción a las redes sociales y la ansiedad social en estudiantes femeninas de nivel secundario. Asimismo, se desarrolla la formulación del problema, los objetivos generales y específicos, las hipótesis y la definición operacional de las variables. Del mismo modo, se incluyen los antecedentes teórico-investigativos, las

bases teóricas y conceptuales que sustentan el estudio, así como las teorías relacionadas con ambas variables.

En el Capítulo II, correspondiente al Método, se describe el enfoque metodológico utilizado en la investigación. En este apartado se detalla el tipo y diseño de investigación, la población y muestra de estudio, así como las características de los participantes. Además, se presentan los instrumentos empleados para la recolección de datos, el procedimiento seguido durante la aplicación de los cuestionarios, las consideraciones éticas y las técnicas utilizadas para el análisis estadístico de la información obtenida.

En el Capítulo III, denominado Resultados, se exponen los hallazgos obtenidos a través del procesamiento y análisis de los datos recolectados. Se presentan los resultados descriptivos e inferenciales relacionados con las variables de estudio, permitiendo identificar la relación existente entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad social. Asimismo, se desarrolla la discusión de resultados, comparando los hallazgos con investigaciones previas y fundamentos teóricos. Finalmente, se incluyen las conclusiones, sugerencias, limitaciones del estudio, referencias bibliográficas y anexos correspondientes.

Según la Organización Mundial de la Salud (2023), los trastornos de ansiedad son los más comunes a nivel mundial, afectando a 301 millones de personas en 2019, lo que representa aproximadamente el 4 % de la población. Estos trastornos afectan con mayor frecuencia a las mujeres y sus síntomas suelen manifestarse desde la infancia o la adolescencia. Las personas con ansiedad experimentan miedo y preocupación de manera intensa y excesiva, acompañados de síntomas físicos y cognitivos que pueden interferir en su vida diaria, afectando su entorno familiar, social, escolar o laboral.

En el caso del Perú, el Ministerio de Salud (2023) reportó 433,816 casos de ansiedad, siendo este el trastorno psicológico más común en el país, con mayor incidencia en mujeres entre 17 y 25 años. Paralelamente, el acceso a dispositivos móviles y redes sociales ha

crecido significativamente entre niños y adolescentes de 5 a 17 años, aumentando del 43 % en 2018 al 75 % en 2022 (Chumpitaz, 2022). Asimismo, Alvino (2021) señala que, entre 2020 y 2021, aproximadamente 27 millones de peruanos estuvieron registrados en al menos una red social, representando el 81.4 % de la población. Este incremento en el uso de redes sociales está generando efectos negativos en la salud mental de los adolescentes, como el aislamiento social, la ansiedad y la disminución en el rendimiento académico.

Diversos estudios han demostrado que los jóvenes prefieren establecer vínculos interpersonales a través de aplicaciones como Facebook, Instagram y WhatsApp, en lugar de interacciones cara a cara, lo que afecta su autoestima, autoimagen y habilidades comunicativas (Portillo, Ávila & Capps, 2021). Esta dependencia excesiva de las redes sociales puede generar una desconexión del entorno real, impactando la vida cotidiana de las adolescentes y aumentando el riesgo de desarrollar fenómenos como el síndrome de hikikomori, caracterizado por un aislamiento extremo.

El fenómeno del Hikikomori guarda una estrecha relación con la adicción a las redes sociales y la ansiedad social en adolescentes, debido a que estas problemáticas comparten factores como el aislamiento, la evitación de interacciones presenciales y la preferencia por entornos digitales. El Hikikomori, descrito por Tamaki Saito en 1998, se caracteriza por un aislamiento extremo en el que los jóvenes evitan el contacto social y permanecen recluidos, dedicando gran parte de su tiempo al uso de internet, videojuegos o redes sociales (Osorio et al., 2024). Este comportamiento evidencia cómo el uso excesivo de medios digitales puede reforzar patrones de retraimiento social.

En este contexto, la adicción a las redes sociales no solo implica un uso excesivo de estas plataformas, sino que también actúa como un mecanismo de evitación frente a situaciones sociales reales. Es decir, las adolescentes que experimentan ansiedad social tienden a refugiarse en entornos virtuales, donde perciben menor riesgo de rechazo, mientras

que el uso prolongado de estas redes limita el desarrollo de habilidades sociales, reforzando así la ansiedad en interacciones cara a cara. De este modo, se establece una relación bidireccional entre ambas variables.

Por otro lado, el uso indiscriminado de redes sociales afecta especialmente a las adolescentes mujeres, quienes están más expuestas a contenidos idealizados, violentos o sexualizados, lo que puede impactar negativamente en su autoestima y bienestar emocional. Asimismo, la exposición a dinámicas como el ciberbullying incrementa la probabilidad de desarrollar síntomas de ansiedad, depresión y alteraciones del sueño (Minsa, 2024). Estas experiencias digitales negativas pueden intensificar la ansiedad social al generar temor al juicio o rechazo en entornos reales.

Diversos estudios respaldan esta relación. Ochoa et al. (2024) encontraron que el 53.47% de las participantes fueron estudiantes mujeres, evidenciando una relación significativa y positiva entre la adicción a las redes sociales y los síntomas de ansiedad, explicando hasta un 39% de su variabilidad. Asimismo, Cabello (2024) reporta una correlación positiva moderada y estadísticamente significativa entre ambas variables en estudiantes de una institución educativa de Lima.

Por lo tanto, resulta fundamental analizar la relación entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad social en estudiantes femeninas de nivel secundario en instituciones educativas públicas, con el fin de comprender cómo el uso excesivo de entornos digitales puede influir en el desarrollo de dificultades emocionales y sociales. Esta investigación permitirá generar información relevante para el diseño de estrategias de prevención e intervención que promuevan un uso saludable de las redes sociales y fortalezcan la salud mental de las adolescentes en el Perú.

Pregunta de Investigación

La pregunta general es: ¿Cuál es la relación entre la adicción a las redes sociales y ansiedad social en estudiantes femeninas de nivel secundario de una institución educativa pública, año 2025?

Asimismo, las preguntas secundarias son: ¿Cuál es el nivel de adicción a las redes sociales en estudiantes femeninas de nivel secundario de una institución educativa pública, año 2025?

¿Cuál es el nivel de ansiedad social en estudiantes femeninas de nivel secundario de una institución educativa pública, año 2025?

¿Existen diferencias en la adicción a las redes sociales según el tipo de familia de las estudiantes femeninas de nivel secundario de una institución educativa pública, año 2025?

¿Existen diferencias en la ansiedad social según el tipo de familia de las estudiantes femeninas de nivel secundario de una institución educativa pública, año 2025?

Variables y Definición operacional

Variable 1: Adicción a Redes sociales

La adicción a las redes sociales, caracterizada por un uso continuo y descontrolado, conlleva diversos riesgos, incluida la falta de autorregulación y conflictos entre los usuarios. No se trata únicamente de un problema tecnológico, sino de la forma en que las personas interactúan con estas plataformas y los motivos subyacentes que impulsan su uso (Chiza-Lozano et al., 2021). Este fenómeno se evalúa a través de tres factores principales: obsesión por las redes sociales, falta de control personal en su uso y empleo excesivo de estas plataformas.

Variable 2: Ansiedad Social

La ansiedad social es un trastorno caracterizado por un miedo intenso y persistente a ser evaluado negativamente en situaciones sociales o de desempeño, lo que genera evitación

o malestar significativo al interactuar con otras personas (Caballo et al., 2010). Esta condición se manifiesta en diversas situaciones, como la interacción con desconocidos, el contacto con el sexo opuesto, la dificultad para expresar opiniones o emociones de manera asertiva, el temor a hacer el ridículo y la ansiedad al hablar en público.

Objetivos

Objetivo general

Determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad social en estudiantes femeninas de nivel secundario de una institución educativa pública, año 2025.

Objetivos específicos

Identificar el nivel de adicción a las redes sociales en estudiantes femeninas de nivel secundario de una institución educativa pública, año 2025.

Identificar el nivel de ansiedad social en estudiantes femeninas de nivel secundario de una institución educativa pública, año 2025.

Comparar la adicción a las redes sociales según el tipo de familia de estudiantes femeninas de nivel secundario de una institución educativa pública, año 2025.

Diferenciar la ansiedad social según el tipo de familia de estudiantes femeninas de una institución educativa pública, año 2025.

Compara la adicción a las redes según el grupo etario en las estudiantes femeninas de una institución educativa pública, año 2025.

Compara la ansiedad social según el grupo etario en las estudiantes femeninas de una institución de una institución educativa pública, año 2025.

Analizar la relación entre la adicción a las redes sociales y las dimensiones de una institución educativa pública, año 2025.

Antecedentes Teórico-Investigativos

Coapaza et al., (2024), busco determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad en estudiantes de la Institución Educativa Joaquín Capelo, ubicada en la ciudad de La Merced, durante el año 2023. Se llevó a cabo un estudio de tipo básico, con un enfoque cuantitativo, de nivel correlacional, diseño no experimental y de corte transversal. La hipótesis central planteada fue que existe una relación directa entre ambas variables. La población estuvo conformada por 330 estudiantes pertenecientes al séptimo ciclo, que incluye a quienes cursan tercero, cuarto y quinto grado de secundaria. Se utilizó un muestreo censal, por lo que se trabajó con la totalidad de esta población. Para la recolección de datos, se emplearon el Cuestionario de Adicción y la Escala de Ansiedad de Zung. Los hallazgos evidenciaron una relación positiva y significativa entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad. Asimismo, se encontró que las dimensiones obsesión por las redes sociales, falta de control personal y uso excesivo de estas plataformas también se asocian con niveles más altos de ansiedad. Todas las correlaciones obtenidas fueron significativas ($p=0,000 < \alpha = 0.05$). En conclusión, se determinó que la adicción a las redes sociales puede incrementar la probabilidad de desarrollar ansiedad en los estudiantes, y a su vez, la ansiedad puede fomentar un mayor uso problemático de estas plataformas.

Klimenko et al., (2024) tuvieron como objetivo identificar el riesgo de adicción a las redes sociales e internet y su relación con las habilidades sociales, el bienestar psicológico y las variables sociodemográficas en adolescentes colombianos. Se desarrolló con un enfoque cuantitativo y contó con la participación de 324 estudiantes de educación secundaria, utilizando la Escala de Riesgo de Adicción a Redes Sociales e Internet (ERA-RSI), la Escala de Habilidades Sociales y la Escala de Bienestar Psicológico para Adolescentes. Los resultados evidenciaron un mayor riesgo en el uso de redes sociales en las mujeres y un mayor uso de videojuegos y páginas de contenido sexual en los hombres, además de una

correlación baja y positiva entre el riesgo de adicción y las habilidades sociales, sin relación significativa con el bienestar psicológico. Se concluye que el uso de redes sociales requiere un adecuado desarrollo de habilidades sociales y emocionales, siendo necesario promover en el ámbito educativo estrategias para la gestión del tiempo, la regulación emocional y el uso responsable de la tecnología.

Mohana y Romana (2019) analizar la relación entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad manifiesta en adolescentes de una institución educativa privada en Lima. El estudio adoptó un diseño no experimental, correlacional y de corte transversal. La muestra, seleccionada mediante un muestreo no probabilístico intencional, estuvo compuesta por 227 estudiantes, de los cuales el 42.3% eran mujeres y el 57.7% varones. Para la recolección de datos, se emplearon el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) de Salas y Escurra (2014) y la Escala de Ansiedad Manifiesta en Niños (CMAS-R), adaptada a la población peruana por Domínguez, Villegas y Padilla (2013). Los resultados evidenciaron una correlación entre ambas variables, lo que indica que un mayor nivel de adicción a las redes sociales se asocia con un incremento en la ansiedad manifiesta. Además, se identificaron diferencias significativas entre géneros, con las mujeres obteniendo puntajes más altos en ambas escalas. Asimismo, se confirmó que un mayor tiempo de conexión a redes sociales se relaciona con una mayor adicción a estas plataformas.

Asimismo, Cabello (2024), tuvo como objetivo determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad en estudiantes de una institución educativa de Lima en el año 2024. Se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, de tipo básico, nivel descriptivo correlacional y diseño no experimental de corte transversal. La muestra fue no probabilística por conveniencia y estuvo conformada por 302 adolescentes de entre 14 y 17 años, a quienes se les aplicó el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) y el Inventario de Ansiedad Estado–Rasgo. Los datos fueron procesados con Microsoft Excel 2010 y SPSS, obteniéndose

un coeficiente Rho de Spearman de 0.529, lo que indica una correlación positiva moderada: a mayor adicción a las redes sociales, mayores niveles de ansiedad. Asimismo, el 61% de los participantes presentó un nivel promedio de adicción y el 59% un nivel promedio de ansiedad. Se concluye que existe una relación significativa y positiva entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad, lo que evidencia la necesidad de fomentar un uso equilibrado de las plataformas digitales entre los adolescentes.

Moreno (2021) determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad en estudiantes universitarios de instituciones privadas de Lima Metropolitana, con edades comprendidas entre los 16 y 35 años. Se empleó un enfoque cuantitativo con un diseño no experimental y nivel correlacional. La muestra estuvo conformada por 384 estudiantes universitarios, a quienes se les aplicó el Test de Adicción a las Redes Sociales y el Inventario de Ansiedad de Beck para evaluar las variables de interés. Los hallazgos indicaron que el 7% de los participantes presentó un nivel alto de adicción a las redes sociales, el 51.8% un nivel moderado y el 41.1% un nivel bajo. Respecto a la ansiedad, el 31.3% mostró un nivel mínimo, el 34.1% un nivel leve, el 21.9% un nivel moderado y el 12.8% un nivel grave. Asimismo, se encontró una relación altamente significativa ($p < 0.01$) y positiva entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad, evidenciando que un mayor uso de redes sociales está asociado con un incremento en los síntomas cognitivos, afectivos y somáticos de ansiedad. Se concluye que, existe una relación directa y significativa entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. A medida que aumenta el nivel de adicción, también se incrementan los síntomas de ansiedad, reflejándose en una mayor obsesión, falta de control y uso excesivo de redes sociales.

Inocente y Román (2022) buscó determinar la relación significativa entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad en estudiantes de tercero a quinto de secundaria de la

institución educativa Andrés Avelino Cáceres Dorregaray. Se desarrolló una investigación de enfoque cuantitativo, nivel básico y diseño descriptivo correlacional, con una población de 100 estudiantes y una muestra no probabilística de tipo censal. La recolección de datos se realizó mediante encuestas, utilizando el cuestionario de adicción a las redes sociales y la escala de ansiedad de Beck. Los resultados evidenciaron una relación significativa entre ambas variables, con un coeficiente de correlación de Pearson de ,270. Además, se identificó que el 52% de los estudiantes presentaba un nivel medio de adicción a las redes sociales, mientras que el 50% mostraba un nivel alto de ansiedad. En conclusión, se confirmó que a mayor nivel de adicción a las redes sociales, mayor es el nivel de ansiedad en los estudiantes de la institución educativa evaluada.

Cifuentes et al. (2023) busco analizar la relación entre el uso excesivo de redes sociales y la ansiedad en jóvenes de 12 a 17 años de la I.E. Departamental Técnica Comercial de Tocancipá, Cundinamarca. A través de un enfoque cuantitativo y un diseño correlacional, se evaluaron los factores que contribuyen tanto a la adicción a las redes sociales como a la ansiedad, considerando aspectos como la búsqueda de validación social, la comparación constante con otros usuarios y la alteración de los patrones de sueño. Los resultados indicaron que los jóvenes que pasan más tiempo en redes sociales tienden a presentar niveles más altos de ansiedad, lo que sugiere una relación directa entre ambas variables. Además, se identificó que la dependencia a las interacciones en línea puede generar aislamiento social y dificultades para gestionar emociones. En conclusión, el uso desmedido de estas plataformas impacta negativamente en la salud mental de los adolescentes, por lo que es fundamental implementar estrategias educativas y psicológicas que promuevan un uso equilibrado de las redes sociales y brinden herramientas para el manejo de la ansiedad.

García (2022), buscó determinar la relación entre la adicción a redes sociales y la ansiedad en adolescentes de una institución educativa en Quito, considerando los riesgos

asociados al uso excesivo de estas plataformas. La investigación se desarrolló bajo un enfoque positivista, con un método cuantitativo, un diseño no experimental y un alcance correlacional de tipo transversal. Para la recolección de datos, se aplicaron la Escala de Adicción a Redes Sociales (ARS) y el Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI) a una muestra de 100 adolescentes. Los resultados indicaron que dos dimensiones de la adicción a redes sociales mostraron una correlación positiva y significativa con los factores de ansiedad: el uso excesivo de redes sociales se asoció con la ansiedad estado, mientras que la falta de control personal se relacionó con la ansiedad rasgo. Aunque no se identificaron altos niveles de adicción en la mayoría de los participantes, más de la mitad de la muestra presentó dificultades en la autorregulación del uso de redes sociales, lo que sugiere posibles complicaciones futuras. Se concluye que la adicción a redes sociales está vinculada a la ansiedad en adolescentes, especialmente en términos de falta de control personal y uso excesivo.

Adicción a redes sociales

Sabemos que las redes sociales se han posicionado en la actualidad como una herramienta que permite a las personas realizar diferentes tareas en el ámbito laboral, educativo, etc. Esto nos permite incluso realizar diversas tareas al mismo tiempo permitiéndonos así tener una mayor productividad e incluso la realización de diversas tareas al mismo tiempo. Carlos Amador (Amador-Ortiz, 2021) en su investigación nos informa que la comunicación es uno de los ámbitos más notables en los que ha impactado la revolución tecnológica; los diferentes dispositivos tecnológicos se han masificado y con mayor accesibilidad a internet se han creado nuevos espacios, uno de ellos son las redes sociales.

Las redes sociales presentan un tipo de relación que permite reunir a un grupo de personas, objetos y/o eventos, de manera que la red se asocia a una persona que mantiene relaciones, lo que permite la existencia de relaciones y presenta una formación social que

solo existe cuando la persona lo conoce y lo utiliza. Las redes sociales permiten a los usuarios comunicarse entre sí y programar todo tipo de información que se utiliza con fines profesionales, educativos y de otro tipo.

Redes sociales y la comunicación

Las aplicaciones y sitios web dedicados a las redes sociales ofrecen a los usuarios la posibilidad de construir el contenido expuesto al público, en base a sus experiencias y sus emociones. Además, proporcionan el servicio de interacción con amigos y búsqueda, seguimiento y opinión sobre intereses y actividades compartidos con otras personas. Esta versatilidad hace que los usuarios se sientan ansiosos por estar conectados a dispositivos electrónicos en cualquier momento (Ciacchini et al.,2023); también la búsqueda de la gratificación individual al ser aceptado por un grupo o elogiado por las hazañas realizadas. Por lo tanto, hubo un aumento en el número de suscriptores en redes sociales con un aumento exponencial, consecuencias ligadas a su uso problemático y desproporcionada, lo que provoca problemas de salud mental en la población, especialmente entre los adolescentes. (Victor Alfonso Guzmám Brand, 2023).

Se sabe que el ser humano es un ser social, decía Aristóteles" El hombre es un ser social por naturaleza" esto indica que nacemos con la característica social y la desarrollamos a lo largo de nuestra vida, porque necesitamos de los demás para sobrevivir. (Minerva Cobis, 2021) es por esto que a lo largo de su evolución se ha esforzado en crear diferentes medios para satisfacer esta necesidad social de poder trasladar sus pensamientos, esto comenzó con los jeroglíficos hasta la imprenta, invento que permitió la expansión de las ideas y pensamientos a otras partes del mundo, desde la invención del teléfono hasta el internet, la evolución de estas herramientas cada vez más eficientes, debido a que presenta un mayor alcance y potencia en el sentido de que los mensajes pueden entregarse casi de inmediato.

Estas continuas actualizaciones generan una situación de querer renovar continuamente los aparatos electrónicos, estas actualizaciones hacen que las redes sociales se estén actualizando continuamente para dar una mayor gama de servicios que ofrecen.

Uso de internet

El uso de internet se ha convertido en una herramienta indispensable en la vida de las personas hoy en día, ya que permite trabajar, estudiar, relajarse y acceder a una gran cantidad de información desde cualquier lugar del mundo. En este sentido, internet se ha convertido en una importante herramienta de comunicación; las redes sociales ofrecen nuevos patrones y recursos para la interacción social en un entorno de comunicación. Se podría decir que el uso de internet es uno de los principales instrumentos de cambio social en la actualidad, afectando particularmente a la comunicación social, que poco a poco ha ido sustituyendo a la comunicación personal, dando acceso a una comunicación rápido y fluida sin límites de distancia ni de tiempo.

Redes sociales más usadas

Aproximadamente a nivel mundial se puede decir que 1.200 millones utilizan WhatsApp; aproximadamente 1.00 millones consumen vídeos de YouTube; 600 millones de personas utilizan Instagram y 319 millones Twitter; por otro lado, estas redes sociales generan un riesgo muy alto de adicción, lo que puede provocar alteraciones en su salud emocional y/o mental. (Doris Chiza-Lozano, 2020)

Por lo tanto, la tecnología ha provocado cambios fundamentales en la sociedad, no solo cambiando la forma en que comerciamos, educamos y nos curamos, sino que también ha influido en la forma en que nos comunicamos emocionalmente, influyendo en el cambio social actual.

No hay duda de que estamos ante una realidad cada vez más tecnológica y que la tendencia de uso de internet por parte de los usuarios ya no es pasar horas conectadas frente a

un ordenador depuse del colegio o el trabajo, sino estar conectados en cualquier momento y lugar a través de dispositivos móviles, lo que es por eso que la adherencia excesiva a las redes sociales puede convertirse en una preocupación entre los jóvenes.

Adicción a redes en los adolescentes

El uso excesivo de las redes sociales puede provocar efectos contraproducentes entre los jóvenes: aislamiento social, distorsión entre el mundo real y virtual, falta de atención a otras actividades, depresión, ansiedad, problemas de salud y fracaso académico. Desde esta perspectiva educativa; sin embargo, observamos que la adolescencia se caracteriza por una búsqueda constante de nuevas sensaciones, conocimientos y una búsqueda de integración con los amigos y su entorno inmediato. Hoy en día muchos de ellos suelen utilizar las redes sociales para interactuar con diferentes personas al mismo tiempo, lo que les permite conocer más personas, aprender y compartir diferentes experiencias. Mientras tanto, el uso constante y prolongado de las redes sociales puede llevarlos a desarrollar una especie de adicción, a buscar siempre la manera de pasar más tiempo en línea, a generar consecuencias negativas en su vida personal, a dejar de lado el logro de sus actividades escolares, pasar poco tiempo con la familia, descuidar sus estudios o experimentar síntomas como ansiedad, depresión o irritabilidad si su uso es limitado. (Torres, 2021)

Anteriormente al concepto de adicción se encontraba únicamente relacionado al consumo de sustancias; sin embargo, hoy en día a este concepto se han incorporado comportamientos o conductas que califican como adictivas ya que interfieren en la vida de la persona. Las adicciones psicológicas se caracterizan por comportamientos repetitivos que inicialmente eran agradables, pero gradualmente se convierten en conductas difíciles de controlar; dentro de ello se encuentra la adicción a las redes sociales que hace referencia a una dependencia psicológica, conductual y afectiva por la falta de control de su uso.

Ansiedad social

La ansiedad social es un trastorno psicológico caracterizado por un miedo intenso y persistente a ser evaluado, criticado o juzgado negativamente por otros (Caballo et al., 2010; Robles, 2020). Este trastorno genera malestar significativo, afectando la vida académica, laboral, familiar y social del individuo, y puede manifestarse mediante síntomas físicos, cognitivos y conductuales, tales como sudoración, palpitaciones, temblores, tensión, evitación de situaciones sociales, pensamientos negativos sobre la propia actuación y retraimiento social (Ponce-Alencastro, 2021; Flores, 2023).

Se reconoce que la ansiedad social puede aparecer desde la adolescencia, etapa crítica del desarrollo en la que los jóvenes enfrentan cambios biológicos, psicológicos y sociales significativos (Rodríguez Gonzales, 2020). La intensidad y manifestación de la ansiedad social varía entre individuos, siendo ligeramente más prevalente en mujeres y en adolescentes con menores recursos socioeconómicos (Flores, 2023; Ochoa, 2024). Este trastorno puede desencadenar comorbilidades psiquiátricas y afectar el rendimiento académico, las relaciones familiares y la integración social, además de aumentar la tendencia a recurrir a redes sociales como medio de interacción percibido como menos riesgoso (Ochoa, 2024).

Miedo a la evaluación negativa

El miedo a la evaluación negativa se define como la preocupación constante por ser desaprobado, criticado o rechazado por otras personas, lo que conduce a un comportamiento de autocontrol excesivo y, en muchos casos, a la evitación de situaciones donde el individuo podría ser juzgado (Caballo et al., 2010). Esta dimensión de la ansiedad social se considera central, ya que condiciona la percepción que la persona tiene de su entorno y de sus interacciones, generando pensamientos anticipatorios negativos que afectan la comunicación,

la toma de decisiones y la participación en actividades cotidianas (Robles, 2020). En contextos judiciales, como los procesos de pensión alimenticia, el miedo a la evaluación puede influir directamente en la disposición de los progenitores a colaborar con el tribunal, declarar sobre sus ingresos o aportar información veraz sobre sus actividades económicas. La ansiedad generada por la posible desaprobación o juicio del juez, abogados o terceros puede limitar la transparencia en la presentación de pruebas, afectando la correcta valoración de los ingresos informales y, por ende, el cumplimiento del derecho del menor a recibir una pensión adecuada.

Ansiedad y evitación social ante extraños

La ansiedad y evitación social ante extraños se manifiesta como incomodidad y tendencia a evitar el contacto o interacción con personas desconocidas, acompañada de síntomas físicos como taquicardia, sudoración y tensión muscular, así como de manifestaciones cognitivas como preocupación excesiva por la propia imagen y el juicio de los demás (Flores, 2023). Este tipo de ansiedad limita la capacidad del individuo para establecer nuevas relaciones o enfrentar situaciones que involucren a personas ajenas a su entorno familiar o laboral, generando aislamiento social y dificultades para cumplir responsabilidades cotidianas (Ochoa, 2024). En el marco de los procesos judiciales de alimentos, esta dimensión es especialmente relevante, puesto que los progenitores pueden sentirse intimidados o ansiosos frente a la presencia de jueces, abogados, peritos o testigos desconocidos, lo que podría afectar su disposición a declarar correctamente sobre sus ingresos formales e informales. La evitación social, por lo tanto, no solo impacta en la interacción personal, sino que puede generar vacíos en la información proporcionada, comprometiendo la adecuada determinación de la pensión alimenticia y la protección integral del interés superior del menor.

Ansiedad y evitación social ante situaciones sociales

La ansiedad y evitación social ante situaciones sociales se caracteriza por la experiencia de temor, tensión y retraimiento en contextos grupales o actividades de desempeño público, como reuniones, exposiciones, presentaciones o conversaciones en grupo, generando aislamiento y limitando la participación efectiva del individuo (Rodríguez Gonzales, 2020). Esta dimensión implica una preocupación intensa por la evaluación de terceros y una autocrítica constante que puede afectar el rendimiento académico, laboral y social, así como la capacidad para asumir responsabilidades en situaciones de interacción colectiva (Prieto, 2020). En el ámbito judicial, esta forma de ansiedad es crucial para entender cómo los progenitores pueden sentirse intimidados durante audiencias o procedimientos en los que se requiere exponer información sobre su situación económica, incluyendo los ingresos informales. La presencia de ansiedad frente a situaciones sociales grupales puede inducir retraimiento, omisión de información o respuestas imprecisas, lo que repercute directamente en la valoración de la prueba por parte del juez y, en consecuencia, en la garantía del derecho del menor a recibir una pensión alimenticia acorde con sus necesidades.

La familia

La familia es considerada la unidad básica de la sociedad y cumple funciones esenciales en la socialización, educación, transmisión de valores y provisión de apoyo afectivo y económico a sus miembros (Guatrochi, 2020). Representa el primer contexto en el que los individuos desarrollan habilidades sociales, aprenden normas de convivencia y construyen vínculos emocionales duraderos. Además, la familia actúa como un espacio de protección y cuidado, donde los menores reciben apoyo material, emocional y educativo, y donde se establece la estructura que influye en su desarrollo integral (Olson, 2000). Existen diferentes tipos de familias según su organización, dinámica y relaciones entre sus miembros, entre las cuales destacan la familia funcional y la familia disfuncional.

Familia funcional

La familia funcional se caracteriza por mantener relaciones equilibradas, comunicación efectiva y un ambiente afectivo positivo, donde cada miembro cumple roles claros y las responsabilidades se distribuyen de manera adecuada (Olson, 2000). En este tipo de familia, los conflictos se abordan mediante la negociación y el diálogo, promoviendo la resolución de problemas y el respeto mutuo. Los hijos que crecen en familias funcionales suelen presentar mayor seguridad emocional, desarrollo social adecuado y capacidad de adaptación frente a situaciones estresantes, ya que reciben orientación, apoyo y límites consistentes (Aguirre y Zambrano, 2021). En el contexto de esta investigación, la familia funcional constituye un factor protector que puede facilitar la cooperación de los progenitores en los procesos judiciales de alimentos y garantizar que se cumpla adecuadamente el derecho del menor.

Familia disfuncional

Por otro lado, la familia disfuncional se caracteriza por la presencia de conflictos constantes, comunicación ineficaz y patrones de interacción negativos, como el abuso, la negligencia o la sobreprotección (Paredes, 2021). En estas familias, los roles no están claramente definidos y las responsabilidades suelen ser desiguales o inexistentes, lo que genera un ambiente inestable y afecta el desarrollo emocional y social de los hijos. Los niños y adolescentes que crecen en familias disfuncionales pueden presentar dificultades de conducta, problemas de autoestima, ansiedad y baja capacidad para establecer relaciones interpersonales saludables (Olson, 2000). En relación con la presente investigación, la disfuncionalidad familiar puede influir en la valoración de los ingresos informales por parte de los progenitores, dificultando la transparencia en los procesos judiciales de alimentos y aumentando el riesgo de vulneración del derecho del menor a recibir una pensión adecuada.

Teorías de la investigación

Teoría del Refuerzo Social (Social Reinforcement Theory)

Esta teoría plantea que las conductas se repiten y se refuerzan cuando producen consecuencias gratificantes. En el contexto de las redes sociales, los “likes”, comentarios y reconocimientos generan recompensas sociales que refuerzan el uso excesivo y constante de estas plataformas (Bandura, 1977). La teoría explica cómo la interacción positiva y la aprobación virtual motivan la conducta repetitiva, que puede derivar en dependencia tecnológica. En otros términos, esta teoría sustenta la dimensión de obsesión y uso excesivo de redes sociales, permitiendo comprender cómo los adolescentes priorizan la interacción digital sobre actividades presenciales, afectando su bienestar y desempeño social y académico.

Teoría del Uso y Gratificación (Uses and Gratifications Theory)

Propuesta por Katz, Blumler y Gurevitch (1973), esta teoría sostiene que los individuos utilizan los medios de comunicación de forma activa para satisfacer necesidades psicológicas y sociales, como entretenimiento, interacción social o autoafirmación. Aplicada a las redes sociales, ayuda a entender cómo los usuarios buscan constantemente gratificación inmediata, generando patrones de consumo problemático y dependencia. En adición, explica la falta de control en el uso de redes sociales, proporcionando un marco para analizar cómo los adolescentes priorizan la interacción digital sobre la atención a obligaciones académicas, familiares o judiciales.

Teoría Cognitivo-Conductual de la Ansiedad Social

Según Clark y Wells (1995), la ansiedad social surge por la interpretación distorsionada de situaciones sociales como amenazas, generando miedo intenso a la evaluación negativa. Esto provoca evitación de situaciones sociales y comportamientos de autocontrol excesivo, perpetuando la ansiedad. La teoría sostiene que los pensamientos,

emociones y conductas están interconectados, y que la modificación cognitiva puede disminuir los síntomas. En otros términos, permite comprender cómo la ansiedad social puede afectar la interacción de los progenitores con procesos judiciales y su capacidad de proporcionar información o cumplir responsabilidades de manera efectiva.

Teoría del Aprendizaje Social (Social Learning Theory)

Propuesta por Bandura (1977), sostiene que las personas aprenden comportamientos a través de la observación de modelos significativos y la experiencia social. En la ansiedad social, los patrones de evitación y miedo a la evaluación negativa pueden ser aprendidos por imitación de padres, pares o experiencias previas negativas en contextos sociales. Asimismo, esta teoría ayuda a explicar cómo los progenitores con ansiedad social pueden mostrar dificultades al interactuar en procedimientos legales o al manejar conflictos familiares, afectando indirectamente el bienestar del menor.

Hipótesis

Existe una relación significativa entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad social en estudiantes femeninas de nivel secundario de una institución educativa pública.

CAPÍTULO II
Método

Diseño de investigación

Según Sánchez et al. (2018), el estudio se enmarca dentro del tipo de investigación básica, ya que busca profundizar en el conocimiento teórico sobre ambas variables y mejorar la comprensión de los conceptos fundamentales sin pretender aplicaciones inmediatas.

El enfoque adoptado en esta investigación es cuantitativo. De acuerdo con Hernández et al. (2014), este enfoque se centra en la recolección y análisis de datos numéricos para identificar patrones y establecer relaciones entre variables. En este caso, se emplearán instrumentos estandarizados para medir el nivel de adicción a las redes sociales y la ansiedad social en la población estudiada.

El alcance del estudio es correlacional, ya que busca analizar la relación existente entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad social. Según Hernández y Mendoza (2018), este tipo de estudios permite evaluar la asociación entre dos o más variables sin establecer causalidad, lo que permitirá determinar si existe una relación significativa entre el uso problemático de redes sociales y los niveles de ansiedad social en las estudiantes.

El diseño de la investigación es no experimental y transversal. Según Hernández et al. (2014), un diseño no experimental implica observar y analizar los fenómenos en su contexto natural sin manipular variables, mientras que el carácter transversal significa que los datos serán recopilados en un solo momento o punto en el tiempo. Esto permitirá obtener una visión general sobre la relación entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad social en la población estudiada.

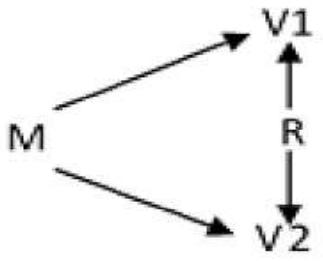
Donde:

M = Muestra

V1 = Adicción a las redes sociales

V2= Ansiedad social

R = Relación



Instrumentos

Cuestionario de adicción a redes sociales (ARS)

Este instrumento fue creado en el Perú, por los autores Miguel Escurra Mayaute y Edwin Salas Blas. En la construcción del (ARS) se partió del DSM-IV.TR instrumento de diagnóstico que no reconoce las adicciones psicológicas como trastornos; sin embargo, la mayoría de estos autores tratan este tipo de adicciones toma como referencia los indicadores de las adicciones a sustancias. Para fortalecer la confiabilidad y validez de los instrumentos utilizados en investigaciones, es importante considerar estudios que hayan demostrado evidencia empírica de consistencia interna y validez de constructo. En este sentido, Escurra Mayaute y Salas Blas (2014) desarrollaron y validaron el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS), conformado por tres factores: obsesión por las redes sociales, falta de control personal y uso excesivo. El instrumento fue evaluado mediante análisis factorial confirmatorio, cumpliendo con los supuestos teóricos del Modelo de Respuesta al Ítem de Samejima, lo que garantiza la robustez de las dimensiones analizadas. Este enfoque metodológico respalda la importancia de aplicar técnicas estadísticas y de validación rigurosas, tal como se realiza en la presente investigación al analizar y valorar la prueba documental de ingresos informales del alimentante, asegurando que los criterios utilizados sean consistentes y confiables.

La escala de adicción a las redes sociales aplicada en este estudio demostró una confiabilidad excelente, evidenciada por un Alfa de Cronbach de 0.966 y un ω de McDonald de 0.967 para el instrumento completo, lo que indica que los ítems miden de manera consistente la variable general de adicción a las redes sociales. A nivel individual, los ítems presentaron valores de confiabilidad entre 0.990 y 0.991, lo que refuerza la estabilidad interna de la escala y garantiza que los resultados obtenidos reflejan de manera confiable el constructo que se pretende evaluar. Según Sampieri et al. (2014), valores de Alfa superiores a

0.90 se consideran excelentes, por lo que los datos confirman que el instrumento utilizado es altamente adecuado para medir la adicción a las redes sociales en la población de estudiantes femeninas de nivel secundario analizada.

Escala de Ansiedad Social en adolescentes (SAS-A)

Esta escala ha sido validad en el Perú, en la ciudad de Chimbote por Zavaleta De La Cruz Sharon Yulissa. La SAS-A está integrada por 22 reactivos de los cuales 18 son auto descriptivos y los otros 4 constituyen elementos distractores que no se toman en cuenta para la puntuación. Contiene tres sub escalas a) miedo a la evaluación negativa con ocho reactivos, b) ansiedad y evitación social ante extraños o situaciones sociales nuevas con seis ítems y c) la última sub-escala incluye cuatro reactivos que miden ansiedad y evitación social ante las situaciones sociales en general. El formato de respuesta es de tipo Liker con cinco opciones que van desde 1=nunca hasta 5=siempre. La calificación se obtiene sumando las puntuaciones asignadas a cada uno de los reactivos con excepción de los neutros. Altas puntuaciones reflejan elevados niveles de ansiedad social. En su confiabilidad se aprecia los índices de consistencia interna a través de los coeficientes Omega y Alfa de Cronbach, según el primer coeficiente los índices varían de .662 a .707, de modo similar los valores de fiabilidad según el coeficiente alfa de Cronbach varia de .657 a .701. De forma similar, Jiménez et al. (2013) realizaron un análisis factorial confirmatorio de la Escala de Ansiedad Social para Adolescentes, demostrando que los pesos factoriales de cada reactivo fueron superiores a 0.40 y que los índices de ajuste mostraron un buen ajuste del modelo, lo que evidencia la validez estructural del instrumento. Este tipo de análisis respalda metodologías similares en investigaciones jurídicas para corroborar la consistencia y fiabilidad de escalas o instrumentos de medición documental y cuantificación de variables.

La escala de ansiedad social utilizada en este estudio mostró una confiabilidad excelente, con un Alfa de Cronbach de 0.966 y un ω de McDonald de 0.967 para el

instrumento completo, lo que indica consistencia interna elevada en la medición del constructo general de ansiedad social. Al analizar los ítems de manera individual, los valores de confiabilidad oscilan entre 0.962 y 0.967, lo que evidencia que ningún ítem disminuye significativamente la estabilidad de la escala y refuerza la fiabilidad de los resultados obtenidos. Según Sampieri et al. (2014), valores de Alfa superiores a 0.90 se consideran excelentes, por lo que el instrumento es adecuado y confiable para evaluar la ansiedad social en estudiantes femeninas de nivel secundario.

Participantes

Población

La población se define como el conjunto total de individuos que poseen las características necesarias para ser considerados dentro del ámbito de una investigación (Hernández y Mendoza, 2018). En el presente estudio, la población está conformada por 325 estudiantes de una institución educativa pública.

Tabla 1

Población de estudio

Nivel	Sección	Número de estudiantes	Porcentaje (%)
4° Secundaria	A	26	8.00%
	B	25	7.69%
	C	25	7.69%
	D	25	7.69%
	E	24	7.38%
	F	25	7.69%
5° Secundaria	A	26	8.00%
	B	25	7.69%
	C	24	7.38%
	D	25	7.69%
	E	26	8.00%
	F	24	7.38%
	G	23	7.08%
Total		325	100.00%

Se consideró exclusivamente a las estudiantes de sexo femenino, dado que el propósito de la investigación fue analizar la relación existente entre las variables de estudio del género femenino.

Muestra

La muestra se entiende como un subconjunto representativo de la población, seleccionado mediante procedimientos estadísticos que permiten generalizar los resultados obtenidos al total de la población (Hernández y Mendoza, 2018). Para determinar el tamaño de la muestra se aplicó la fórmula del muestreo aleatorio simple para poblaciones finitas. Considerando una población total de 325 estudiantes femeninas, un nivel de confianza del 95 % (Z = 1.96) y una proporción esperada p = q = 0.5, se estableció un error muestral del 2 %

$$n = \frac{N \cdot Z^2 \cdot p \cdot q}{E^2(N-1) + Z^2 \cdot p \cdot q}$$

$$n = \frac{296(1.96)^2(0.5)(0.5)}{0.021^2(296-1) + (1.96)^2(0.5)(0.5)}$$

En esta investigación, la muestra estuvo conformada por 260 estudiantes femeninas pertenecientes de una institución educativa pública. No obstante, atendiendo al criterio del investigador y con el fin de equilibrar la carga de recolección de datos en campo, se decidió establecer un número uniforme de 20 estudiantes por sección, lo que garantiza homogeneidad en la aplicación de los instrumentos y facilita la comparación entre grupos.

En este contexto, se consideró la participación total de 260 estudiantes femeninas, pertenecientes a 13 secciones, equivalentes aproximadamente a 20 estudiantes por salón, representando así la población general de 325 alumnas de una institución educativa pública.

Por otro lado, se presenta los criterios de inclusión de los participantes:

- Estudiantes de sexo femenino.
- Estudiantes entre las edades de 16 y 17 años.

- Estudiantes que tengan la voluntad de participar.

En adición, se presenta los criterios de exclusión de los participantes:

- Estudiantes que no se encuentran en las edades de 16 y 17 años.
- Estudiantes que no estén cursando regularmente sus estudios escolares en este momento.
- Estudiantes que no desean participar en el estudio

Procedimiento

Como primer paso, se redactó y envió una carta de solicitud a la una institución educativa pública, dirigida a las autoridades correspondientes. El propósito de esta carta fue solicitar la autorización para la aplicación de los instrumentos de medición a los estudiantes que participaron en la investigación. Además, se requirió información sobre los horarios y espacios disponibles para llevar a cabo la recolección de datos, con el fin de minimizar cualquier interferencia con las actividades académicas.

Una vez obtenida la aprobación de la institución, se procedió a solicitar la autorización de los docentes responsables de las aulas seleccionadas. A ellos se les explicó la finalidad del estudio, la importancia de su colaboración y la metodología que se empleó durante la aplicación de los cuestionarios.

Previo a la aplicación de los instrumentos, se entregó a los padres o tutores legales un consentimiento informado, en el cual se detalló el propósito de la investigación, los procedimientos seguidos en la aplicación de los cuestionarios, la confidencialidad y anonimato de las respuestas, así como la voluntariedad de la participación. Se brindó una explicación clara y accesible para resolver cualquier duda que pudieran tener. Solo los estudiantes cuyos padres firmaron el consentimiento informado participaron en el estudio.

Con los consentimientos debidamente firmados, se procedió a la aplicación de los cuestionarios en los horarios previamente acordados con la institución y los docentes. La

administración de los instrumentos se realizó en un ambiente adecuado y libre de distracciones, asegurando que los estudiantes comprendieran cada sección del cuestionario antes de responder. Durante la evaluación, los investigadores estuvieron presentes para supervisar el proceso, resolver dudas y garantizar una atmósfera de confianza y respeto.

Consideraciones Éticas

Esta investigación se llevó a cabo respetando en su totalidad los principios éticos establecidos para la práctica científica y psicológica. Se garantizaron los derechos de los participantes, cumpliéndose con lo dispuesto en el Código de Ética y Deontología del Psicólogo (Colegio de Psicólogos, 2017), el cual enfatiza la protección de la dignidad, autonomía y bienestar de las personas involucradas en el estudio.

En particular, se observaron los principios de confidencialidad y secreto profesional, asegurando que la información proporcionada por los participantes fuera utilizada exclusivamente con fines investigativos y resguardada conforme a la normativa vigente. Asimismo, se obtuvo el consentimiento informado de todos los participantes, explicándoles de manera clara y precisa los objetivos del estudio, la voluntariedad de su participación y su derecho a retirarse en cualquier momento sin repercusiones.

Además, se tomaron medidas para evitar cualquier tipo de sesgo o coerción en la recolección de datos, asegurando un ambiente seguro y respetuoso. Se garantizó el anonimato y codificación de los datos, protegiendo la identidad de los participantes y evitando cualquier posible vinculación entre las respuestas y la identidad de los sujetos estudiados.

Análisis de datos

Para el procesamiento de los datos obtenidos en las pruebas aplicadas, se seguirá un enfoque estructurado y riguroso. Inicialmente, los datos serán organizados y depurados en Microsoft Excel, asegurando su correcta codificación y reduciendo posibles errores en el ingreso de información. Posteriormente, el análisis estadístico será realizado con el software

JAMOVI 26.4.4, el cual permitirá la ejecución de análisis descriptivos e inferenciales que sustentarán los hallazgos de la investigación.

Análisis Descriptivo: Se calcularán medidas de tendencia central (media, mediana, moda), dispersión (desviación estándar, varianza) y distribución de frecuencias para caracterizar las variables estudiadas.

Análisis Inferencial: Se aplicarán pruebas estadísticas adecuadas a la naturaleza de los datos y los objetivos del estudio, tales como pruebas de correlación, dependiendo de la comparación entre grupos o variables de interés.

Verificación de Supuestos: Se evaluarán la normalidad y homogeneidad de varianzas antes de aplicar pruebas paramétricas. En caso de incumplimiento de estos supuestos, se recurrirá a pruebas no paramétricas adecuadas.

CAPÍTULO III
Resultados

Resultados descriptivos

En esta sección se presentan los resultados descriptivos obtenidos a partir de la aplicación de los instrumentos de medición sobre adicción a las redes sociales y ansiedad social en estudiantes femeninas de nivel secundario de una institución educativa pública durante el año 2025.

En primer lugar, se propuso identificar el nivel de adicción a las redes sociales en las estudiantes participantes. De acuerdo con la hipótesis específica, se planteó que las estudiantes presentan un nivel moderado o alto de adicción a las redes sociales.

Tabla 2

Nivel de la variable adicción a las redes sociales en estudiantes femeninas de una institución

		Nivel	f	%
Variable	**Adicción a las redes sociales**	Muy bajo	34	13.10%
		Bajo	53	20.40%
		Moderado	95	36.50%
		Alto	78	30.00%
Dimensión	**Obsesión**	Muy bajo	44	16.90%
		Bajo	63	24.20%
		Moderado	82	31.50%
		Alto	71	27.30%
	Falta de control	Muy bajo	10	3.80%
		Bajo	49	18.80%
		Moderado	70	26.90%
		Alto	131	50.40%
	Uso excesivo	Muy bajo	14	5.40%
		Bajo	49	18.80%
		Moderado	65	25.00%
		Alto	132	50.80%

A nivel general, predomina el nivel moderado (36.5 %), seguido del nivel alto (30 %), lo que evidencia que más de la mitad de las estudiantes presenta un grado moderado o

elevado de adicción, sugiriendo un uso constante y emocionalmente significativo de las redes sociales. En la dimensión Obsesión, prevalece el nivel moderado (31.5 %), seguido del alto (27.3 %), lo cual indica que una proporción importante de estudiantes piensa de forma recurrente en las redes o siente necesidad de revisarlas con frecuencia. En Falta de control, destaca el nivel alto (50.4 %), lo que refleja serias dificultades para limitar el uso de las plataformas digitales, tendencias impulsivas y problemas para regular el tiempo de conexión. En la dimensión Uso excesivo, también predomina el nivel alto (50.8 %), lo cual confirma que las estudiantes pasan un tiempo prolongado en redes sociales, incluso más del que ellas mismas consideran adecuado. En conjunto, estos resultados muestran un patrón consistente de dependencia conductual y emocional, caracterizado por uso prolongado, dificultad para desconectarse y pensamientos persistentes sobre las redes.

Tabla 3

Nivel de la variable adicción a las redes sociales en estudiantes femeninas de una institución

		Nivel	Frecuencias	% del Total
Variable	**Ansiedad social**	Muy bajo	14	5.40%
		Bajo	90	34.60%
		Moderado	53	20.40%
		Alto	103	39.60%
Dimensión	**Miedo a la evaluación negativa**	Muy bajo	43	16.50%
		Bajo	87	33.50%
		Moderado	53	20.40%
		Alto	77	29.60%
	Ansiedad y evitación social ante extraños	Muy bajo	11	4.20%
		Bajo	66	25.40%
		Moderado	67	25.80%
		Alto	116	44.60%
	Ansiedad y evitación social ante situaciones sociales	Muy bajo	3	1.20%
		Bajo	48	18.50%
		Moderado	88	33.80%
		Alto	121	46.50%

La Tabla 3 revela que la ansiedad social presenta un predominio del nivel alto (39.6 %) y moderado (20.4 %), lo que indica que una proporción considerable de las estudiantes

experimenta malestar, nerviosismo o temor en situaciones sociales. En la dimensión Miedo a la evaluación negativa, los niveles más frecuentes son bajo (33.5 %) y alto (29.6 %), lo que evidencia que, aunque muchas estudiantes manejan adecuadamente este miedo, existe un grupo importante que teme ser juzgado o criticado por los demás. En Ansiedad y evitación social ante extraños, el nivel alto (44.6 %) es el más representativo, indicando que para casi la mitad de las estudiantes resulta difícil interactuar con personas poco conocidas, generando evitación y tensión emocional. En la dimensión Ansiedad y evitación social ante situaciones sociales, predomina también el nivel alto (46.5 %), confirmando que situaciones como reuniones, exposiciones o interacciones grupales generan altos niveles de ansiedad y conductas de evitación. En conjunto, los resultados evidencian que la población estudiada presenta niveles significativos de ansiedad social, especialmente relacionados con la interacción con extraños y la participación en contextos sociales, respaldando la hipótesis planteada.

Resultados inferenciales

Con el propósito de determinar el tipo de análisis estadístico más adecuado para establecer la relación entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad social en estudiantes femeninas de nivel secundario, se procedió inicialmente a evaluar la normalidad de los datos mediante las pruebas de Shapiro–Wilk y Kolmogorov–Smirnov.

Tabla 4

Prueba de normalidad

		statistic	p
Variable ansiedad social	**Shapiro-Wilk**	0.975	<.001
	Kolmogorov-Smirnov	0.119	0.001
Variable adicción a las redes sociales	**Shapiro-Wilk**	0.944	<.001
	Kolmogorov-Smirnov	0.165	<.001

Nota. Additional results provided by *moretests*

En la Tabla 4 se observa que para ambas variables los valores de significancia (p) son menores a .05 ($p < .001$), lo que indica que las distribuciones no se ajustan a la normalidad. En consecuencia, los datos no cumplen con los supuestos necesarios para aplicar pruebas paramétricas como la correlación de Pearson.

Por esta razón, se optó por emplear la correlación de Spearman (ρ), la cual permite analizar la relación entre variables de tipo ordinal o con distribución no normal. Esta prueba es adecuada para determinar el grado y la dirección de la asociación entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad social, sin requerir que los datos presenten normalidad ni homocedasticidad.

Tabla 5

Prueba U de Mann-Whitney según tipos de familia en estudiantes femeninas de una institución

		Estadístico	p
Variable adicción a las redes sociales	U de Mann-Whitney	5758	0.221
Dimensión obsesión	U de Mann-Whitney	5568	0.112
Dimensión falta de control	U de Mann-Whitney	5710	0.185
Dimensión uso excesivo	U de Mann-Whitney	5886	0.324
Variable ansiedad social	U de Mann-Whitney	5972	0.415
Dimensión miedo a la evaluación negativa	U de Mann-Whitney	5545	0.101
Dimensión ansiedad y evitación ante extraños	U de Mann-Whitney	6378	0.964
Dimensión y evitación social ante situaciones sociales	U de Mann-Whitney	5856	0.295

Nota. $H_a\ \mu_1 \neq \mu_2$

La Tabla 5 presenta los resultados de la prueba U de Mann-Whitney para determinar si existen diferencias significativas en los niveles de adicción a las redes sociales y ansiedad social según el tipo de familia de las estudiantes. En todos los casos, los valores de p son mayores a 0.05, tanto para la variable adicción a las redes sociales ($p = 0.221$) como para la ansiedad social ($p = 0.415$), así como en todas sus dimensiones. Esto indica que no existen

diferencias estadísticamente significativas entre los tipos de familia respecto a estas variables. Asimismo, las dimensiones de obsesión (p = 0.112), falta de control (p = 0.185) y uso excesivo (p = 0.324) tampoco muestran diferencias entre grupos familiares. Lo mismo ocurre con las dimensiones de ansiedad social: miedo a la evaluación negativa (p = 0.101), ansiedad y evitación ante extraños (p = 0.964) y ansiedad y evitación social ante situaciones sociales (p = 0.295). En conjunto, los resultados evidencian que el tipo de familia no influye en los niveles de adicción a las redes sociales ni en la ansiedad social en esta población, rechazándose la hipótesis alternativa (H_a: $\mu 1 \neq \mu 2$).

Tabla 6

Prueba U de Mann-Whitney según grupo etario en estudiantes femeninas de una institución

		Estadístico	p
Variable adicción a las redes sociales	U de Mann-Whitney	7881	0.348
Dimensión obsesión	U de Mann-Whitney	7908	0.370
Dimensión falta de control	U de Mann-Whitney	8112	0.575
Dimensión uso excesivo	U de Mann-Whitney	8084	0.545
Variable ansiedad social	U de Mann-Whitney	8208	0.692
Dimensión miedo a la evaluación negativa	U de Mann-Whitney	8209	0.691
Dimensión ansiedad y evitación ante extraños	U de Mann-Whitney	8298	0.804
Dimensión y evitación social ante situaciones sociales	U de Mann-Whitney	7722	0.225

Nota. H_a $\mu_{17} \neq \mu_{16}$

La Tabla 6 muestra los resultados de la prueba U de Mann-Whitney aplicada para analizar si existen diferencias en las variables adicción a las redes sociales y ansiedad social según el grupo etario de las estudiantes. En todos los casos, los valores p obtenidos son mayores que 0.05, lo que indica que no existen diferencias estadísticamente significativas entre los grupos de edad analizados. Para la variable adicción a las redes sociales (p = 0.348) y sus dimensiones obsesión (p = 0.370), falta de control (p = 0.575) y uso excesivo (p =

0.545)— no se observan diferencias significativas entre edades. Del mismo modo, la variable ansiedad social (p = 0.692) y sus dimensiones miedo a la evaluación negativa (p = 0.691), ansiedad y evitación ante extraños (p = 0.804), y ansiedad y evitación en situaciones sociales (p = 0.225) tampoco presentan diferencias relevantes entre los grupos etarios. Por lo tanto, se concluye que la edad no constituye un factor diferenciador en los niveles de adicción a las redes sociales ni en la ansiedad social, rechazándose la hipótesis alternativa planteada (H_a: $\mu 17 \neq \mu 16$).

Tabla 7

Matriz de correlación entre adición a las redes sociales y ansiedad social en estudiantes femeninas de nivel secundario de una institución educativa pública

	Obsesión	Falta de control	Uso excesivo	Variable adicción a las redes sociales	Miedo a la evaluación negativa	Ansiedad y evitación social ante extraños	Ansiedad y evitación social ante situaciones sociales	Variable ansiedad social
Obsesión	—							
Falta de control	0.935***	—						
Uso excesivo	0.934***	0.949***	—					
Variable adicción a las redes sociales	0.968***	0.968***	0.964***	—				
Miedo a la evaluación negativa	0.362***	0.387***	0.397***	0.354***	—			
Ansiedad y evitación social ante extraños	0.355***	0.378***	0.398***	0.360***	0.867***	—		
Ansiedad y evitación social ante situaciones sociales	0.372***	0.396***	0.411***	0.366***	0.784***	0.795***	—	
Variable ansiedad social	0.367***	0.393***	0.411***	0.367***	0.951***	0.956***	0.881***	—

Nota. * p < .05, ** p < .01, *** p < .001

Los resultados de la matriz de correlaciones de Spearman muestran relaciones positivas y estadísticamente significativas ($p < .001$) entre todas las variables analizadas. En primer lugar, se observa una correlación muy alta entre las tres dimensiones que componen la adicción a las redes sociales obsesión, falta de control y uso excesivo, con coeficientes que oscilan entre $r = .934$ y $r = .949$, lo que indica una asociación casi perfecta y una consistencia interna elevada dentro del constructo. Asimismo, la variable global de adicción a las redes sociales presenta correlaciones igualmente altas con cada una de sus dimensiones ($r = .964$ a $r = .968$), lo que confirma la coherencia estructural del instrumento y la interdependencia de sus componentes.

En relación con las variables de ansiedad social, se aprecia una correlación muy fuerte entre miedo a la evaluación negativa, ansiedad y evitación social ante extraños y ansiedad y evitación social ante situaciones sociales, con coeficientes entre $r = .784$ y $r = .867$, y una correlación aún más alta con la variable global de ansiedad social ($r = .951$ a $r = .956$). Estos resultados evidencian que las dimensiones de la ansiedad social se encuentran altamente interrelacionadas, reflejando un patrón estable de respuesta emocional y comportamental ante situaciones sociales o evaluativas.

Por otro lado, las correlaciones entre las variables de adicción a las redes sociales y las de ansiedad social son moderadas y positivas, con coeficientes que van desde $r = .354$ hasta $r = .411$. Esto sugiere que a mayor nivel de adicción a las redes sociales, tienden a incrementarse los niveles de ansiedad social, especialmente el miedo a la evaluación negativa y la evitación social. En conjunto, los resultados indican que existe una asociación significativa y coherente entre ambos constructos, respaldando la hipótesis de que el uso problemático de redes sociales podría favorecer la aparición o el mantenimiento de síntomas ansiosos en contextos sociales.

Discusión de resultados

El objetivo general de esta investigación fue determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad social en estudiantes femeninas de nivel secundario de una institución educativa pública, año 2025. Los resultados obtenidos, evidencian una correlación positiva y significativa entre ambas variables ($\rho = 0.367$; $p < .001$), lo que indica que a mayor nivel de adicción a las redes sociales, mayores son los niveles de ansiedad social en las estudiantes. Este hallazgo coincide con los estudios de Coapaza et al. (2024) y Mohana y Romana (2019), quienes también reportaron relaciones directas y significativas entre la adicción a redes sociales y la ansiedad en poblaciones adolescentes y jóvenes, reforzando la consistencia de estos resultados en contextos educativos similares. Asimismo, al contrastar estos resultados con la Teoría del Refuerzo Social de Bandura (1977), se observa que la búsqueda constante de validación social mediante "likes" y comentarios puede reforzar el uso excesivo de plataformas digitales, intensificando los niveles de ansiedad al generar dependencia emocional de la aprobación externa. Desde un enfoque psicológico, estos hallazgos sugieren que la interacción digital excesiva no solo modifica patrones de conducta y atención, sino que también puede contribuir al incremento de estrés y preocupación social, afectando el bienestar emocional y la capacidad de autorregulación de las estudiantes en contextos académicos y sociales.

Asimismo, se buscó identificar el nivel de adicción a las redes sociales en estudiantes femeninas de nivel secundario de una institución educativa pública, año 2025. Los resultados obtenidos muestran que el 36.5 % de las estudiantes presenta un nivel moderado de adicción a las redes sociales, mientras que un 30.0 % alcanza un nivel alto, evidenciando que más de la mitad de la muestra tiene una implicancia significativa en el uso de estas plataformas. Estos hallazgos concuerdan con los reportes de Moreno (2021) e Inocente y Román (2022), quienes encontraron que un alto porcentaje de adolescentes y jóvenes presentan adicción a las redes

sociales, principalmente en dimensiones relacionadas con la falta de control y el uso excesivo. Desde la perspectiva de la Teoría del Uso y Gratificación de Katz, Blumler y Gurevitch (1973), estos resultados se explican porque los adolescentes buscan en las redes sociales satisfacción de necesidades sociales, de entretenimiento y autoafirmación, lo que refuerza la conducta de conexión constante. A nivel psicológico, estos hallazgos sugieren que la dependencia a las redes sociales puede interferir en la autorregulación, generar ansiedad ante la desconexión y afectar la participación en actividades académicas, familiares y sociales, evidenciando la necesidad de estrategias de intervención que promuevan un uso equilibrado y consciente de estas plataformas.

En adicción, se buscó identificar el nivel de ansiedad social en estudiantes femeninas de nivel secundario de una institución educativa pública, año 2025. Los resultados obtenidos muestran que el 39.6 % de las estudiantes presenta un nivel alto de ansiedad social, mientras que un 20.4 % se encuentra en un nivel moderado, evidenciando que aproximadamente el 60 % de la muestra experimenta manifestaciones significativas de ansiedad en contextos sociales. Al analizar las dimensiones, se observa que la ansiedad y evitación social ante extraños alcanza un 44.6 % en nivel alto, y la ansiedad y evitación social ante situaciones grupales se ubica en un 46.5 % de nivel alto, indicando que la principal manifestación de la ansiedad social se centra en la evitación y el miedo a la interacción interpersonal. Estos hallazgos coinciden con los estudios de Mohana y Romana (2019) y Cifuentes et al. (2023), quienes reportaron que los adolescentes con mayor exposición a redes sociales presentan elevados niveles de ansiedad social, especialmente en situaciones que implican juicio de terceros. Desde la perspectiva de la Teoría Cognitivo-Conductual de la Ansiedad Social de Clark y Wells (1995), estos resultados pueden explicarse por la interpretación distorsionada de las situaciones sociales como amenazas, lo que genera miedo intenso a la evaluación negativa y comportamientos de evitación que perpetúan el trastorno. A nivel psicológico, los

hallazgos sugieren que la ansiedad social puede afectar la autoestima, la interacción social y el desempeño académico de las estudiantes, evidenciando la necesidad de estrategias de intervención que promuevan habilidades sociales y manejo emocional efectivo.

También, se buscó comparar la adicción a las redes sociales según el tipo de familia de estudiantes femeninas de nivel secundario de una institución educativa pública, año 2025. Los resultados obtenidos no muestran diferencias significativas entre las estudiantes pertenecientes a familias funcionales y disfuncionales, evidenciando que no existen diferencias significativas en los niveles de adicción a las redes sociales ni en la ansiedad social según los tipos de familia, ya que todos los valores p son mayores a 0.05. Esto indica que las estudiantes presentan niveles similares en ambas variables independientemente de su estructura familiar. De esta manera, se rechaza la hipótesis alternativa y se concluye que el tipo de familia no influye en la adicción a las redes sociales ni en la ansiedad social. Estos hallazgos coinciden parcialmente con estudios previos de Coapaza et al. (2024) y Mohana y Romana (2019), quienes reportaron que adolescentes provenientes de entornos familiares con menor cohesión o supervisión parental presentan mayores niveles de dependencia tecnológica. Desde la perspectiva de la Teoría del Aprendizaje Social de Bandura (1977), estas diferencias pueden explicarse por la observación e imitación de modelos de conducta disfuncionales en el hogar, así como por la falta de estrategias efectivas de regulación emocional, lo que favorece la adopción de conductas de escape hacia las redes sociales. A nivel psicológico, estos resultados sugieren que la dinámica familiar influye significativamente en la propensión a desarrollar adicciones conductuales, evidenciando la necesidad de intervenciones que fortalezcan los vínculos y la comunicación dentro del núcleo familiar para prevenir el uso problemático de redes sociales.

También, se buscó diferenciar la ansiedad social según el tipo de familia de estudiantes femeninas de nivel secundario de una institución educativa pública, año 2025.

evidencia que tampoco se encontraron diferencias significativas en los niveles de adicción a las redes sociales ni en la ansiedad social entre los distintos grupos etarios, pues todos los valores p superan 0.05. Esto sugiere que las estudiantes, sin importar su edad, presentan patrones similares de uso de redes sociales y ansiedad social. En consecuencia, se rechaza la hipótesis alternativa, concluyéndose que la edad no afecta estas variables en la población estudiada. Estos hallazgos coinciden parciamente con estudios previos de Moreno (2021) e Inocente y Román (2022), quienes reportaron que adolescentes de entornos familiares conflictivos o con menor cohesión mostraban mayores niveles de ansiedad social y dificultades para interactuar en situaciones de evaluación o exposición pública. Desde la perspectiva de la Teoría Cognitivo-Conductual de la Ansiedad Social de Clark y Wells (1995), estas diferencias pueden explicarse por la percepción distorsionada de amenaza social y la anticipación de juicios negativos, generando comportamientos de evitación y autocontrol excesivo. A nivel psicológico, estos resultados sugieren que la disfuncionalidad familiar constituye un factor de riesgo para la ansiedad social, evidenciando la necesidad de estrategias de intervención orientadas a fortalecer la comunicación, la cohesión y el apoyo emocional dentro del núcleo familiar para favorecer el bienestar socioemocional de los adolescentes.

Finalmente, se buscó comparar los niveles de adicción a las redes sociales y de ansiedad social según el grupo etario (16 y 17 años) en estudiantes femeninas de nivel secundario de una institución educativa pública, así como analizar la relación entre ambas variables. Los resultados muestran que las estudiantes de 16 años presentan una media ligeramente superior (M = 86.1) en adicción a las redes sociales respecto a las de 17 años (M = 83.7), observándose un patrón similar en las dimensiones de obsesión, falta de control y uso excesivo. Sin embargo, las diferencias no resultaron estadísticamente significativas, lo que sugiere que ambas edades mantienen niveles semejantes de adicción, caracterizados por

un uso frecuente y elevado de las redes sociales. Estos resultados guardan coherencia con lo planteado por Cabello Reynoso (2024), quien identificó una correlación positiva moderada entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad en adolescentes, señalando que el uso excesivo de estas plataformas incrementa los niveles de preocupación y tensión emocional. Del mismo modo, se relacionan con lo hallado por Klimenko et al. (2024), quienes observaron que el riesgo de adicción a las redes sociales se asocia con una gestión emocional limitada y una mayor exposición a estados de ansiedad, especialmente en el género femenino. En ambos casos, las investigaciones confirman que, más allá de la edad, el uso excesivo a las redes sociales incrementa los niveles de preocupación y tensión emocional.

Conclusiones

Primera: Se concluye que existe una relación positiva y significativa entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad social en las estudiantes femeninas ($\rho = 0.367$; $p < .001$). Esto indica que a mayor implicancia y dependencia de las redes sociales, se presentan mayores niveles de ansiedad social, evidenciando que el uso problemático de estas plataformas puede contribuir al desarrollo de malestar emocional y conductas de evitación en contextos sociales.

Segunda: Se concluye que la mayoría de las estudiantes presenta niveles moderados y altos de adicción a las redes sociales (66.5 %), destacando en las dimensiones de obsesión, falta de control y uso excesivo. Estos resultados muestran un patrón de dependencia conductual y emocional hacia las plataformas digitales, lo que evidencia la relevancia del fenómeno en la población estudiada.

Tercera: Se concluye que el 60 % de las estudiantes presenta niveles moderados y altos de ansiedad social, con mayor afectación en las dimensiones de ansiedad y evitación ante extraños y situaciones sociales, así como en el miedo a la evaluación negativa. Esto refleja que una proporción significativa de estudiantes experimenta inseguridad, temor o evitación en contextos sociales, lo que puede estar asociado al uso intensivo de redes sociales y la exposición a juicios externos.

Cuarta: Se concluye que no existen diferencias significativas en los niveles de adicción a las redes sociales según los tipos de familia, lo que indica que la estructura familiar no influye de manera determinante en el uso, obsesión, falta de control o uso excesivo de las plataformas digitales en las estudiantes evaluadas.

Quinta: Se concluye que no se encontraron diferencias significativas en los niveles de ansiedad social según los tipos de familia, evidenciando que características como cohesión

familiar, supervisión o dinámicas internas no modifican de forma relevante la presencia de miedo a la evaluación negativa ni la evitación en situaciones sociales.

Sexta: Se concluye que no existen diferencias significativas en el nivel de adicción a las redes sociales entre las estudiantes de 16 y 17 años, ya que ambas edades presentan patrones similares de uso, obsesión, falta de control y uso excesivo de las redes sociales.

Séptima: Se concluye que no se hallaron diferencias significativas en los niveles de ansiedad social entre las estudiantes de 16 y 17 años, lo que demuestra que la edad no influye en la presencia de ansiedad ante situaciones sociales, interacción con extraños ni temor a la evaluación negativa.

Sugerencias

1. Se recomienda a los docentes implementar programas de prevención y sensibilización sobre el uso responsable de las redes sociales, orientados a fomentar hábitos digitales saludables que prevengan la adicción y reduzcan la ansiedad social en las estudiantes.

2. Se sugiere al director /a de la institución educativa promover talleres y charlas formativas sobre bienestar emocional y autocontrol digital, integrando estas acciones en el plan tutorial o de convivencia escolar.

3. Se recomienda a madres y padres de familia fortalecer la comunicación y la cohesión familiar, supervisando de manera equilibrada el uso de dispositivos electrónicos y brindando apoyo emocional ante posibles signos de ansiedad o aislamiento social.

4. Se aconseja a los estudiantes desarrollar estrategias de autorregulación y manejo del tiempo en el uso de redes sociales, priorizando actividades académicas para desarrollar habilidades académicas.

5. Se recomienda al área de tutoría y departamento psicopedagógico escolar realizar sesiones grupales e individuales enfocadas en el fortalecimiento de la autoestima, la confianza social y el manejo de la ansiedad frente a la interacción con los demás.

6. Se sugiere, en el ámbito comunitario, generar espacios de participación juvenil y actividades recreativas fuera del entorno digital que fortalezcan la interacción social y reduzcan la dependencia tecnológica.

7. Se recomienda que futuras investigaciones profundicen en el estudio de variables complementarias, como la autoestima, el rendimiento académico y el apoyo social; asimismo, que amplíen la muestra a diferentes instituciones y contextos, con el fin de reforzar la validez de los resultados.

Limitaciones

La presente investigación presenta algunas limitaciones que deben ser consideradas al momento de interpretar los resultados. En primer lugar, el estudio se centra únicamente en estudiantes femeninas de nivel secundario de una institución educativa pública, lo cual limita la generalización de los hallazgos a otros contextos, como estudiantes varones, instituciones privadas o diferentes regiones. Asimismo, el diseño correlacional no experimental impide establecer relaciones de causalidad entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad social, permitiendo solo identificar asociaciones entre las variables. Otra limitación es el uso de instrumentos de autoinforme, los cuales pueden estar sujetos a sesgos como la deseabilidad social o la falta de sinceridad en las respuestas. Además, factores externos no controlados, como el entorno familiar, el acceso a tecnología o experiencias personales, podrían influir en los resultados.

Referencias

Aguirre López, M. E., & Zambrano Acosta, J. M. (2021). *Familia disfuncional y el deterioro de la salud psicoemocional*. Dominio de las Ciencias, 7(Extra 4), 81. Recuperado de https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8383941

Alvino, C. (2021, mayo 7). *Branch*. Obtenido de https://branch.com.co/marketing-digital/estadisticas-de-la-situacion-digital-de-peru-en-el-2020-2021/

Amador-Ortiz, C. M. (2021). Influencia de la adicción a las redes sociales en la reprobación escolar de estudiantes de licenciatura. *Ciencia UAT, 15*(62), 62-72.

Caballo, V. E., Salazar, I. C., Arias, B., Irurtia, M. J., Calderero, M., & Equipo de Investigación CISO-A España. (2010). Validación del "Cuestionario de Ansiedad Social para Adultos" (CASO-A30) en universitarios españoles: Similitudes y diferencias entre carreras universitarias y comunidades autónomas. *Behavioral Psychology / Psicología Conductual, 18*(1), 5-34. https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2019/08/01.Caballo_18-1oa.pdf

Cabello Reynoso, V. R. (2024). *Relación entre adicción a las redes sociales y ansiedad en estudiantes de una institución educativa Lima, 2024* [Tesis de licenciatura, Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote]. Repositorio Institucional ULADECH. https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/39239/ADICCION_A_LAS_REDES_SOCIALES_ANSIEDAD_CABELLO_REYNOSO_VICTOR_RAUL.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Chiza-Lozano, D., Vásquez-Mendoza, D., & Ramírez Vega, C. (2021). Adicción a redes sociales y ciberbullying en los adolescentes. *Revista Muro de la Investigación, 6*(1), 1-15. https://doi.org/10.17162/rmi.v6i1.1437

Chumpitaz, O. (2022, 19 de septiembre). El 98 % de niñas, niños y adolescentes tienen acceso a Internet más de 5 veces a la semana. *La República*. Recuperado de

https://larepublica.pe/sociedad/2022/09/19/peru-el-98-de-ninas-ninos-yadolescentes-tienen-acceso-a-internet-mas-de-5-veces-a-la-semanaexplotación-sexual-trata-de-mujeres-redes-sociales

Cifuentes Idárraga, A. Y., Páez Suárez, A. V., Usma Chavarría, M. Y., & Guzmán Benítez, M. (2023). *Uso excesivo de las redes sociales: Ansiedad en jóvenes de 12 a 17 años*. Institución Universitaria Politécnico Grancolombiano. https://alejandria.poligran.edu.co/bitstream/handle/10823/7167/USO%20EXCESIVO%20DE%20LAS%20REDES%20SOCIALES%20ANSIEDAD%20EN%20JOVENES%20DE%2012%20A%2017%20A%C3%91OS.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Coapaza Torres, Y. J., Rocha Lindo, L., & Salcedo Alcantara, S. E. (2024). *Adicción a las redes sociales y ansiedad en estudiantes del VII ciclo de la I. E. Joaquín Capelo - La Merced, 2023* [Tesis de licenciatura, Universidad Continental]. Repositorio Institucional Continental. https://repositorio.continental.edu.pe/handle/20.500.12394/14815

Doris Chiza-Lozano, D. V.-M. (2020). Adicción a redes sociales y ciberbullying en los adolescentes. *Muro de la Investigación.*

Flores, D. V. (2023). Ansiedad social y habilidades sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Villa El Salvador, 2022.

García Paredes, J. R. (2022). *Adicción a las redes sociales y ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Quito* [Trabajo de integración curricular, Universidad Tecnológica Indoamérica]. Repositorio UTI. https://repositorio.uti.edu.ec/bitstream/123456789/5073/1/GARCIA%20PAREDES%20JOHANNA%20ROSALIA.pdf

Guatrochi, M. (2020). *Nuevas configuraciones familiares: tipos de familia, funciones y estructura familiar*. Redes. Revista de Psicoterapia Relacional e Intervenciones

Sociales, Núm. 41. Recuperado de https://revistas.unal.edu.co/index.php/article/view/44

Inocente Domínguez, D. Y., & Román Huayhuapuma, R. del P. (2022). *Adicción a las redes sociales y ansiedad en estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres Dorregaray - Lima - 2022* [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma de Ica]. Repositorio Institucional de la Universidad Autónoma de Ica. https://repositorio.autonomadeica.edu.pe/bitstream/20.500.14441/2444/1/INOCENTE%20DOMINGUEZ%20DAIZI%20YANET%20-%20ROMAN%20HUAYHUAPUMA%20RUHT%20DEL%20PILAR.pdf

Klimenko, O., Hernández Flórez, N. E., Carmona Carmona, P., Mesa Herrera, J. A., & Patiño Parra, J. G. (2024, septiembre-diciembre). *Riesgo de adicción a redes sociales e internet, habilidades sociales y bienestar psicológico en estudiantes de básica secundaria*. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, (73), 38–71. https://doi.org/10.35575/rvucn.n73a3

Minerva Cobis, E. V. (2021). Adicción a las redes sociales en adolescentes. *Sistemas Humanos, 18*(1), 18-33.

Ministerio de salud. (2023). Salud mental: ¿cómo detectar y superar la ansiedad? Gob.Pe. Plataforma Digital Única del Estado Peruano. https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/696706-salud-mental-comodetectar-y-superar-la-ansiedad

Mohanna Velásquez, G., & Romero Espinoza, D. V. (2019). *Adicción a las redes sociales y ansiedad en estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana* [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. Repositorio Académico UPC. https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/628014

Moreno Primo, G. S. (2021). *Adicción a las redes sociales y ansiedad en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana, 2021* [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio Institucional de la Universidad Autónoma del Perú. https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/1949/Moreno%20Primo%2c%20Geraldine%20Sofia.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Ochoa, N. G. (2024). Trastorno de ansiedad social en la era digital. *XIV Simposio de Residentes de Psiquiatría Augusto González Parra*, 115-132.

Organización Mundial de la Salud. (2023, 27 de septiembre). *Trastornos de ansiedad*. https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders

Osorio Guzmán, Á., Gordo Seco, R., Hernando Segura, M. del R., García Moreno, E., Álvarez Fernández, Y., Elúa Samaniego, A., Bernal Jiménez, A., Hostalrich Llopis, N., Díaz Piñeiro, M. D., & Romo Castillo, M. (2024). Síndrome de Hikikomori en adolescentes. A propósito de un caso. *Revista de Psiquiatría Infanto-Juvenil, 41*(Supl. 1), 100-105. https://www.aepnya.eu/index.php/revistaaepnya/article/download/1119/1124

Paredes Lema, J. V. (2021). *Estudio comparativo de la inteligencia emocional en los* estudiantes *provenientes de familias funcionales y disfuncionales de la Unidad Educativa "Miguel Ángel León Pontón"* [Trabajo de titulación, Universidad Nacional de Chimborazo]. Repositorio UNACH. http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/8272/1/UNACH-EC-FCEHT-TG-PSCE-2021-000076.pdf

Ponce-Alencastro, J. A., & Alarcón-K.-P., A. (2021). Ansiedad social: intervención desde la terapia de aceptación y compromiso a propósito de un caso. *Revista Científica Arbitrada en Investigación de la Salud "GESTAR"*.

Portillo, V., Ávila, J. A., & Capps, J. (2021). Relación del uso de redes sociales con la autoestima y la ansiedad en estudiantes universitarios. *CNEIP, 3*(1), 2-3. Recuperado de https://revistacneip.org/index.php/cneip/article/view/182/117

Prieto, J. (2020). Motivación, ansiedad social, práctica de ejercicio físico y rendimiento académico. *Journal of Sport and Health Research, 12*(1), 25-30.

Torres, B. S. (2021). Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa estatal.

Vanessa Sofía Rodríguez Gonzales, P. C. (2020). Niveles de ansiedad social en adolescentes de una institución educativa de Tembladera en Perú. *Epistemia, 5*(1), 1-9.

Victor Alfonso Guzmán Brand, L. E. (2023). Adicción o uso problemático de las redes sociales online en la población adolescente. *Psicoespacios, 17*(2).

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia

Adición a las redes sociales y ansiedad social en estudiantes femeninas de nivel secundario de una institución educativa pública, año 2025

Problemas	Objetivos	Hipótesis	Variables	Metodología
¿Cuál es la relación entre la adicción a las redes sociales y ansiedad social en estudiantes femeninas de nivel secundario de una institución educativa pública, año 2025?	Determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad social en estudiantes femeninas de nivel secundario de una institución educativa pública, año 2025	Existe una relación significativa entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad social en estudiantes femeninas de nivel secundario de una institución educativa pública, año 2025.		**Enfoque:** Cuantitativa **Tipo:** Básico **Nivel:** Correlacional **Diseño:** No Experimental y Correlacional **Población**: 325 estudiantes femeninas **Muestra:** 260 estudiantes femeninas **Técnica:** Encuesta **Instrumento:** Cuestionario
Problemas específicos	**Objetivos específicos**	**Hipótesis específicas**		
¿Cuál es el nivel de adicción a las redes sociales en estudiantes femeninas de nivel secundario de una institución educativa pública, año 2025? ¿Cuál es el nivel de ansiedad social en estudiantes femeninas de nivel secundario de una institución educativa pública, año 2025? ¿Existen diferencias en la adicción a las redes sociales según el tipo de familia de las estudiantes femeninas de nivel secundario de una institución educativa pública, año 2025? ¿Existen diferencias en la ansiedad social según el tipo de familia de las estudiantes femeninas de nivel secundario de una institución educativa pública, año 2025? ¿Existe diferencia en la adicción a las redes sociales según el grupo etario en estudiantes femeninas de una institución educativa pública, año 2025? ¿Existe diferencia en la ansiedad social según el grupo etario en estudiantes femeninas de una institución educativa pública, año 2025? ¿Existe relación entre la adicción a las redes sociales y las dimensiones de ansiedad social de la institución educativa pública en estudiantes femeninas de nivel secundario, año 2025?	Identificar el nivel de adicción a las redes sociales en estudiantes femeninas de nivel secundario de una institución educativa pública, año 2025. Identificar el nivel de ansiedad social en estudiantes femeninas de nivel secundario de una institución educativa pública, año 2025. Comparar la adicción a las redes sociales según el tipo de familia de estudiantes femeninas de nivel secundario de una institución educativa pública, año 2025. Diferenciar la ansiedad social según el tipo de familia de estudiantes femeninas de una institución educativa pública, año 2025. Compara la adicción a las redes según el grupo etario en las estudiantes femeninas de una institución educativa pública Compara la ansiedad social según el grupo etario en las estudiantes femeninas de una institución de una institución educativa pública, año 2025. Analizar la relación entre la adicción a las redes sociales y las dimensiones de ansiedad social de una institución educativa pública, año 2025.	Las estudiantes femeninas de nivel secundario de una institución educativa pública presentan un nivel moderado o alto de adicción a las redes sociales, año 2025. Las estudiantes femeninas de nivel secundario de una institución educativa pública presentan un nivel moderado o alto de ansiedad social, año 2025. Existen diferencias significativas en la adicción a las redes sociales entre las estudiantes femeninas según el tipo de familia, año 2025 Existen diferencias significativas en la ansiedad social entre las estudiantes femeninas según el tipo de familia, año 2025. Las estudiantes femeninas de diferentes grupos etarios presentan diferencias significativas en el nivel de adicción a las redes sociales. Las estudiantes femeninas de diferentes grupos etarios presentan diferencias significativas en el nivel de ansiedad social. Existe una correlación significativa entre el nivel de adicción a las redes sociales y las dimensiones de la institución educativa pública.	**Variable: Adicción a las redes sociales** - Obsesión - Falta de control - Uso excesivo **Variable: Ansiedad social** - Miedo a la evaluación negativa -Ansiedad y evitación social ante extraños - Ansiedad y evitación social ante situaciones sociales	

Anexo 2: Operacionalización de variable

Variable	Definición conceptual	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de valores	Nivel y rangos	Tipo de variable estadística
Adicción a las redes sociales	Es el uso compulsivo y descontrolado de las redes sociales que interfiere con la vida diaria, generando dependencia, ansiedad y afectando las relaciones interpersonales y el rendimiento académico o laboral (Chiza-Lozano et al., 2021).	Obsesión	Necesidad constante, ansiedad, pensamientos recurrentes	2,3,5,6,7,13 ,15,19,22,2 3	Likert - S (Siempre) - CS (Casi siempre) - AV (Algunas veces) - RV (Rara vez) - N (Nunca)	24-47 (Muy bajo) 48-71 (Bajo) 72-95 (Moderado) 96-120 Alto	Variable ordinal
		Falta de control	Intento fallido de control, descuido de tareas, autoevaluación negativa	4,11,12,14, 20,24			
		Uso excesivo	Conectividad prolongada, pérdida de tiempo, distracción en actividades	1,8,9,10,16, 17,18,21			
Ansiedad social	Ansiedad social es un trastorno caracterizado por un miedo intenso y persistente a ser evaluado o juzgado negativamente por los demás en situaciones sociales o de desempeño. (Caballo et al., 2010).	Miedo a la evaluación negativa	Necesidad constante, ansiedad, pensamientos recurrentes	1,2,6,9,11 y 13,5	Likert - S (Siempre) - CS (Casi siempre) - AV (Algunas veces) - RV (Rara vez) - N (Nunca	14-21 (Muy bajo) 36-53 (Bajo) 54-71 (Moderado) 72-90 Alto	Variable ordinal
		ansiedad y evitación social ante extraños	Intento fallido de control, descuido de tareas, autoevaluación negativa	3,4,8,10,12, 7,14,16			
		Ansiedad y evitación social ante situaciones sociales	Conectividad prolongada, pérdida de tiempo, distracción en actividades	15,17,18			

Anexo 3: Instrumentos de recolección

Cuestionario de Adicción a las redes sociales

A continuación, se presentan 24 ítems relacionados con el uso de las redes sociales. Se solicita a los participantes responder con sinceridad según su experiencia personal, seleccionando la opción que mejor describa la frecuencia con la que realizan cada conducta:

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

Importante: La información recopilada en este cuestionario será tratada con estricta confidencialidad y utilizada únicamente con fines académicos

1. **Preguntas sociodemográficas**

N°	Pregunta	Opciones	
1	¿Cuál es su género?	Masculino	Femenino
2	¿Cuál es su edad?		
3	¿A qué tipo de familia pertenece?	Funcional	Disfuncional
4	¿Cuál es su sección educativa?		

1. **Preguntas del instrumento adicción a las redes sociales (ARS)**

Item	ARS	S	CS	AV	RV	N
1	Siento gran necesidad de permanecer conectada 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 conectada 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 desconectada de las redes sociales.					
6	Me pongo de mal humor si no puedo conectarme a las redes sociales.					
7	Me siento ansiosa 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 conectada a las redes sociales.					
18	Estoy atenta a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.					
19	Descuido a mis amigas o familiares por estar conectada a las redes sociales.					

20	Descuido las tareas y los estudios por estar conectada a las redes sociales.					
21	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.					
22	Mi pareja, mis amigas o mis 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 aburrida.					
24	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.					

Tomado de Escurra y Salas (2014) http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v20n1/a07v20n1.pdf

Escala de Ansiedad Social para Adolescentes

A continuación, se presentan 18 ítems relacionados con el uso de las redes sociales. Por favor, responda con sinceridad a cada uno de ellos.

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

1. Preguntas del instrumento ansiedad socia (AS)

Item	AS	S	CS	AV	RV	N
1	Me preocupa hacer algo que nunca he hecho delante de los demás					
2	Me preocupa ser evaluado por los demás					
3	Me da vergüenza estar rodeado de personas que no conozco					
4	Sólo hablo con personas que conozco bien					
5	Creo que mis compañeros/as hablan de mí a mis espaldas					
6	Me preocupa lo que los demás piensen de mí					
7	Pienso que lo que voy a hacer no gustará a los demás					
8	Me pone nervioso/a hablar con gente de mi edad que no conozco bien					
9	Me preocupa lo que los demás digan de mí					
10	Me pongo nervioso/a cuando me presentan a personas desconocidas					
11	Me preocupa no gustar a los demás					
12	Me quedo callado/a cuando estoy con/en un grupo de personas					
13	Pienso que los demás se burlan de mí					
14	Me preocupa que mi opinión no guste a los demás cuando debatimos					
15	Me da miedo pedir a los demás que hagan cosas conmigo por si me dicen que no					
16	Me pongo nervioso/a cuando estoy con otras personas					
17	Siento vergüenza incluso cuando estoy con personas que conozco bien					
18	Me cuesta trabajo pedir a los demás que hagan cosas conmigo					

Tomado de Jiménez et al. (2013), https://www.redalyc.org/pdf/1339/133930525008.pdf

Anexo 5: Consentimiento informado

Sr. Padre y Madre:

Cordial saludo.

Por medio de la presente me permito solicitar su autorización y consentimiento para la participación de su hijo en el proyecto de investigación "**ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y SU RELACIÓN CON LA ANSIEDAD SOCIAL EN ESTUDIANTES FEMENINAS**", a cargo del **Br. Marcelo Guisseppe Cerpa Chávez** perteneciente a **la Escuela Profesional de Psicología** de la **Universidad Católica de Santa María**.

El objetivo del presente estudio es identificar la correlación entre los niveles de adicción a las redes sociales y la ansiedad social en estudiantes de la Institución Educativa Micaela Bastidas. El procedimiento a seguir, previa autorización y consentimiento informado por parte de los padres y la adolescente, debidamente firmado, se procederá a aplicar los siguientes instrumentos de manera anónima:

- Escala de Ansiedad Social en Adolescentes (SAS-A)
- Cuestionario de adicción a redes sociales (ARS)

Esto tomará aproximadamente 20 minutos de su tiempo. La participación en este estudio es estrictamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Sus respuestas a las dos escalas serán codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas. Si tiene alguna duda sobre este proyecto, puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación en él. Igualmente, puede retirarse del proyecto en cualquier momento sin que eso lo perjudique en ninguna forma. Desde ya le agradecemos su participación.

Cordialmente

Br. Marcelo Guisseppe Cerpa Chávez

Yo _____ identificado con N° de DNI _____

( ) Acepto ( ) No acepto que mi menor hija participe en el proyecto de investigación "ADICIÓN A LAS REDES SOCIALES Y SU RELACIÓN CON LA ANSIEDAD SOCIAL EN ESTUDIANTES FEMENINAS".

_____

Firma del Padre de Familia o Tutor

Anexo 6 : Asentimiento informado

ASENTIMIENTO INFORMADO PARA ESTUDIANTES

Estimada participante
La presente es una investigación sobre la relación entre la adicción a redes sociales y la ansiedad social en estudiantes escolares de nivel secundario de una escuela pública de la ciudad de Arequipa en el presente año 2025. Esta investigación es conducida por Marcelo Guisseppe Cerpa Chávez, de la Universidad Católica de Santa María.

El objetivo de este estudio es identificar la relación entre la adicción a las redes sociales y a la ansiedad social en estudiantes de nivel secundario.

Si usted está de acuerdo en ser parte de este estudio, se le pedirá responder preguntas de dos encuestas. Esto tomará aproximadamente 15 -20 minutos de su tiempo.

La participación de este estudio es estrictamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación manteniendo el anonimato y protegiendo su integridad en todo momento.

Cabe resaltar que contribuirá a generar conocimiento, para promover en los estudiantes factores protectores así mismo aplicar nuevas estrategias de afrontamiento que velen por el bienestar de los estudiantes en los colegios de nivel secundario.

Yo, _____, estoy de acuerdo con mi participación voluntaria en este estudio.

Anexo 7: Base de datos

