

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



Ansiedad-rasgo y nomofobia en estudiantes de la Universidad  
Nacional de Tumbes, 2024

TESIS

para optar el título profesional de Licenciado en Psicología

Autor:

Br. Jefer Jair Vicente Gonzales

Tumbes, 2025

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



Ansiedad-rasgo y nomofobia en estudiantes de la Universidad  
Nacional de Tumbes, 2024

Tesis aprobada en forma y estilo por:

Dr. Saavedra López Miguel Angel (presidente)

Mg. Quintana Sandoval Eladio Vladimir (secretario)

Dra. Rhor Garcia Godos Eva Matilde (vocal)

  
Eva Matilde Rhor Garcia Godos

Tumbes, 2025

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



Ansiedad-rasgo y nomofobia en estudiantes de la Universidad  
Nacional de Tumbes, 2024

Los suscritos declaramos que la tesis es original en su contenido y  
forma.

Br. Vicente Gonzales Jefer Jair (Autor)

Dra. Rhor García Godos Eva Matilde (Asesora)

Dra. Purizaga Sorroza Maritza Asunciona (Co-asesora)

Tumbes, 2025

# Acta de sustentación



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

*"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"*

## ACTA DE SUSTENTACION DE TESIS

En Tumbes, a los veintisiete días del mes de junio del dos mil veinticinco, siendo las nueve horas, en la Sala de Usos Múltiples del Centro Académico de Investigación Psicológica de la Universidad Nacional de Tumbes – Ciudad Universitaria, se reunieron el Jurado Calificador de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes, designado por Resolución N°046-2024/UNTUMBES-FACSO-D, Dr. Miguel Angel Saavedra López (Presidente), Mg. Eladio Vladimir Quintana Sandoval (Secretario) y Dra. Eva Matilde Rhor García Godos (Vocal), reconociendo en la misma resolución además, a la Eva Matilde Rhor García Godos como asesora, se procedió a evaluar, calificar y deliberar la sustentación de la tesis, titulada: "ANSIEDAD-RASGO Y NOMOFobia EN ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES, 2024", presentado por el:

**Br. VICENTE GONZALES JEFER JAIR**

Concluida la sustentación y absueltas las preguntas, por parte de la sustentante y después de la deliberación, el jurado según el artículo 75. Del Reglamento de Tesis para Pregrado y Posgrado de la Universidad Nacional de Tumbes, declara a la Br. VICENTE GONZALES JEFER JAIR, aprobada por unanimidad, con calificativo de bueno.

En consecuencia, queda expedita para continuar con los trámites correspondientes a la obtención del título profesional de Licenciada en Psicología, de conformidad con lo estipulado en la Ley Universitaria N°30220, el Estatuto, Reglamento General, Reglamento General de Grados y Títulos y Reglamento de Tesis de la Universidad Nacional de Tumbes.

Siendo las doce horas del mismo día, se dio por concluida la ceremonia académica, procediendo a firmar el acta en presencia del público asistente.

Tumbes, 27 de junio del 2024.

  
Dr. Miguel Angel Saavedra López  
DNI N° 46039822  
Código ORCID 0000-0003-4913-933X  
Presidente

  
Mg. Eladio Vladimir Quintana Sandoval  
DNI N° 45216370  
Código ORCID 0000-0002-9744-3400  
Secretario

  
Dra. Eva Matilde Rhor García Godos  
DNI N° 00248188  
Código ORCID 0000-0002-6972-3421  
Vocal

C.c.  
- Jurados (03)  
- Asesor  
- Interesado  
- Consejero (en)  
- Archivo (Decanato)

## Reporte de turnitin

# Ansiedad-rasgo y nomofobia en estudiantes de la Universidad Nacional de Tumbes- JEFER JAIR VICENTE GONZALES 29.docx

por Jefer Jair VICENTE GONZALES

---

**Fecha de entrega:** 30-jul-2025 10:45p. m. (UTC-0500)

**Identificador de la entrega:** 2723110578

**Nombre del archivo:** Ansiedad-  
rasgo\_y\_nomofobia\_en\_estudiantes\_de\_la\_Universidad\_Nacional\_de\_Tumbes-  
JEFER\_JAIR\_VICENTE\_GONZALES\_29.docx (348.38K)

**Total de palabras:** 11544

**Total de caracteres:** 66398



Eva Matilde Ríos García Godos

## Ansiedad-rasgo y nomofobia en estudiantes de la Universidad Nacional de Tumbes- JEFER JAIR VICENTE GONZALES 29.docx

### INFORME DE ORIGINALIDAD

**18%**

INDICE DE SIMILITUD

**19%**

FUENTES DE INTERNET

**5%**

PUBLICACIONES

**8%**

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

### FUENTES PRIMARIAS

1	<a href="http://repositorio.untumbes.edu.pe">repositorio.untumbes.edu.pe</a> Fuente de Internet	6%
2	<a href="http://hdl.handle.net">hdl.handle.net</a> Fuente de Internet	4%
3	<a href="http://bibliotecas.unsa.edu.pe">bibliotecas.unsa.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
4	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	1%
5	<a href="http://repositorio.unap.edu.pe">repositorio.unap.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
6	<a href="http://www.researchgate.net">www.researchgate.net</a> Fuente de Internet	<1%
7	Submitted to Universidad Nacional de Tumbes Trabajo del estudiante	<1%
8	<a href="http://repositorio.uandina.edu.pe">repositorio.uandina.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1%
9	Submitted to Universidad Ricardo Palma Trabajo del estudiante	<1%
10	Submitted to Universidad San Ignacio de Loyola Trabajo del estudiante	<1%
11	<a href="http://psicologia.mdp.edu.ar">psicologia.mdp.edu.ar</a> Fuente de Internet	<1%

  
Eva Matilde Ríos García Bodos

12	<a href="http://repositorio.upse.edu.ec">repositorio.upse.edu.ec</a> Fuente de Internet	<1 %
13	Submitted to UDELAS: Universidad Especializada de las Americas Panama Trabajo del estudiante	<1 %
14	Submitted to Fundacion San Pablo Andalucia CEU Trabajo del estudiante	<1 %
15	Submitted to Universidad de San Martín de Porres Trabajo del estudiante	<1 %
16	Submitted to Fundación Universitaria del Area Andina Trabajo del estudiante	<1 %
17	Submitted to Universidad de Lima Trabajo del estudiante	<1 %
18	Submitted to unsaac Trabajo del estudiante	<1 %
19	Submitted to Saint Leo University Trabajo del estudiante	<1 %
20	<a href="http://www.coursehero.com">www.coursehero.com</a> Fuente de Internet	<1 %
21	<a href="http://www.grafiati.com">www.grafiati.com</a> Fuente de Internet	<1 %
22	Submitted to Universidad Pontificia de Salamanca Trabajo del estudiante	<1 %
23	Submitted to Universidad Tecnológica Indoamerica Trabajo del estudiante	<1 %
24	<a href="http://alicia.concytec.gob.pe">alicia.concytec.gob.pe</a> Fuente de Internet	<1 %

25	Submitted to Universidad Nacional del Centro del Peru Trabajo del estudiante	<1 %
26	renati.sunedu.gob.pe Fuente de Internet	<1 %
27	Submitted to unasam Trabajo del estudiante	<1 %
28	www.polodelconocimiento.com Fuente de Internet	<1 %
29	www.resumido.info Fuente de Internet	<1 %
30	www.scribd.com Fuente de Internet	<1 %
31	Submitted to Universidad Internacional de la Rioja Trabajo del estudiante	<1 %
32	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	<1 %

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 15 words

Excluir bibliografía

Activo

  
Eva Matilde Rho García Godos

## Dedicatoria

A mis padres y hermanos, pilares fundamentales de mi vida, cuyo amor incondicional, sacrificios y enseñanzas me han formado como persona. Gracias por siempre creer en mí, por estar a mi lado en cada momento de esta travesía, y por ser mi mayor fuente de inspiración.

*Jefer Jair*

## Agradecimiento

A Dios, fuente de sabiduría y fortaleza, por su guía y bendición constantes, que me han permitido superar los desafíos y seguir adelante

A la Universidad Nacional de Tumbes por brindarme la oportunidad de formarme y crecer profesionalmente en un ambiente académico de excelencia.

A mi asesora de tesis, Dra. Rhor, García Godos Eva Matilde, y a mi co-asesora, Dra. Purizaga Sorroza Maritza Asunciona, por su invaluable orientación, apoyo y dedicación durante todo el proceso de investigación.

Al jurado de tesis por su tiempo, valiosas sugerencias y por enriquecer este trabajo con sus sugerencias.

*Jefer Jair*

## Índice general

	Pág.
Caratula .....	i
Caratula de jurado evaluador.....	ii
Caratula de autores .....	iii
Acta de sustentación.....	iv
Reporte de turnitin .....	v
Dedicatoria.....	ix
Agradecimiento .....	x
Índice general .....	xi
Índice de tablas.....	xiii
Índice de anexos.....	xiv
Resumen.....	xv
Abstract.....	xvi
I. INTRODUCCIÓN.....	17
II. REVISIÓN DE LITERATURA .....	21
III. MATERIALES Y MÉTODOS .....	34
3.1. Tipo y diseño de investigación .....	34
3.2. Hipótesis general .....	34
3.3. Hipótesis específicas .....	35
3.4. Definición conceptual.....	35
3.5. Definición operacional.....	35
3.6. Población, muestra y muestreo.....	36
3.7. Técnica e instrumentos de recolección de datos .....	38
3.8. Análisis de datos.....	40
3.9. Aspectos éticos.....	40
IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN.....	42
4.1. Resultados.....	42
4.2. Discusión .....	46
V. CONCLUSIONES.....	57

VI. RECOMENDACIONES .....	58
VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	59
ANEXOS .....	66

## Índice de tablas

<b>Tabla 1.</b>	Tabla de distribución de la población universitaria del semestre académico 2024-I.....	36
<b>Tabla 2.</b>	Distribución de la muestra de estudiantes matriculados en semestre académico 2024-I.....	37
<b>Tabla 3.</b>	Ficha técnica del Inventario de Ansiedad –Rasgo Estado (IDARE). ...	38
<b>Tabla 4.</b>	Ficha técnica del Mobile Phone Problem Use Scale .....	39
<b>Tabla 5.</b>	Relación entre la ansiedad-rasgo y la nomofobia.....	41
<b>Tabla 6.</b>	Niveles de ansiedad-rasgo en los estudiantes. ....	42
<b>Tabla 7.</b>	Niveles de nomofobia según la dimensión incomunicación en los estudiantes.....	43
<b>Tabla 8.</b>	Niveles de nomofobia según la dimensión falta de conexión en los estudiantes.....	44
<b>Tabla 9.</b>	Relación entre la Ansiedad-Rasgo y la dimensión de comunicacion	44
<b>Tabla 10.</b>	Relación entre la Ansiedad-Rasgo y la dimensión falta de conexión...	44

## Índice de anexos

Anexo 1. Matriz de consistencia.....	68
Anexo 2. Matriz operacional de variables.....	69
Anexo 3. Autorización de la investigación .....	71
Anexo 4. Inventario de Ansiedad Rasgo Estado (IDARE).....	72
Anexo 5. Instrumento Mobile Phone Problem Use Scale .....	74
Anexo 6. Consentimiento informado. ....	74
Anexo 7. Confiabilidad de los instrumentos .....	75
Anexo 8. Prueba de normalidad.....	80
Anexo 9. Acta de aprobación de informe de tesis.....	81

## Resumen

El estudio tuvo como objetivo principal determinar la relación entre la ansiedad-rasgo y la nomofobia en los estudiantes de la Universidad Nacional de Tumbes en 2024. El tipo de estudio fue básico, con un diseño no experimental, enfoque cuantitativo, alcance correlacional y corte transversal. La muestra estuvo conformada por 361 estudiantes seleccionados mediante un muestreo probabilístico aleatorio estratificado. Para la recolección de datos, se emplearon el Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE) y la *Mobile Phone Problem Use Scale*, instrumentos validados que midieron los niveles de ansiedad rasgo y nomofobia, respectivamente. Los resultados evidenciaron una correlación positiva y fuerte entre la ansiedad-rasgo y la nomofobia, con un coeficiente de 0,846, lo cual indicó que, a mayor nivel de nomofobia, también se incrementaron los niveles de ansiedad-rasgo. Asimismo, el 51,81 % de los participantes presentó niveles medios de ansiedad-rasgo, lo que sugirió una predisposición moderada a experimentar ansiedad. En cuanto a la nomofobia, el 68,52 % mostró niveles medios de incomunicación, mientras que el 71,59 % presentó una sensación moderada de falta de conexión. Cabe destacar que la ansiedad-rasgo tuvo un impacto considerable sobre ambas dimensiones de la nomofobia, en especial sobre la incomunicación, con un coeficiente de correlación de 0,855. En conjunto, estos hallazgos evidenciaron que la ansiedad-rasgo influyó directamente en la dependencia tecnológica, manifestándose en el uso problemático del teléfono móvil. En conclusión, se confirmó que la ansiedad, particularmente en su modalidad de rasgo, ejerció un efecto significativo sobre el desarrollo de la nomofobia, lo que reflejó la interacción entre factores psicológicos y sociales en los patrones de conducta tecnológica de los estudiantes universitarios.

**Palabras clave:** Ansiedad, Ansiedad-rasgo, Dependencia tecnológica, Nomofobia, Salud mental.

## Abstract

The main objective of the present study was to determine the relationship between trait anxiety and nomophobia among students at the National University of Tumbes in 2024. The study was basic in nature, with a non-experimental design, a quantitative approach, correlational scope, and a cross-sectional framework. The sample consisted of 361 students selected through probabilistic sampling. For data collection, the State-Trait Anxiety Inventory (STAI) and the Mobile Phone Problem Use Scale were used—validated instruments that measured levels of anxiety and nomophobia, respectively. The results revealed a strong and positive correlation between trait anxiety and nomophobia, with a correlation coefficient of 0.846, indicating that higher levels of nomophobia were associated with increased levels of trait anxiety. Additionally, 51.81% of participants showed moderate levels of both trait and state anxiety, suggesting a moderate predisposition to experiencing anxiety. With regard to nomophobia, 68.52% of students displayed moderate levels of disconnection, while 71.59% reported a moderate feeling of lack of connectivity. It is worth noting that trait anxiety had a considerable impact on both dimensions of nomophobia, particularly on disconnection, with a correlation coefficient of 0.855. Overall, these findings demonstrated that trait anxiety directly influenced technological dependence, which was reflected in problematic mobile phone use. In conclusion, it was confirmed that anxiety—particularly in its trait form—had a significant effect on the development of nomophobia, reflecting the interaction between psychological and social factors in the technological behavior patterns of university students.

**Keyword:** Anxiety, Mental health, Nomophobia, trait-anxiety, Technological dependence, State-anxiety, Mental health.

## I. INTRODUCCIÓN

En la última década, el avance tecnológico y la creciente popularización de los teléfonos móviles transformaron profundamente la forma en que las personas interactuaban con su entorno y entre sí (Daraj et al., 2023). Esta conectividad constante generó beneficios significativos, como el acceso inmediato a la información y la mejora en la comunicación (Karaoglan et al., 2024). No obstante, también dio lugar a nuevos desafíos psicológicos, como la nomofobia, término que describía el miedo irracional a estar desconectado del teléfono móvil (Kaviani et al., 2020).

Un estudio realizado por Medina y Veytia (2022) en México identificó que el celular se convirtió en una parte fundamental de la vida de los jóvenes, llegando incluso a sustituir el afecto humano, como el cariño materno. Esta problemática generó efectos adversos en los estudiantes, tales como ansiedad, estrés, depresión y aislamiento social, entre otros.

Los estudiantes universitarios y adolescentes fueron especialmente vulnerables a estas conductas, debido a factores de riesgo como el uso frecuente de internet y telefonía móvil, su familiaridad con las tecnologías de la información y comunicación (TIC) y la búsqueda constante de nuevas sensaciones (Pérez G. et al., 2021). Estas características, junto con ciertos rasgos de personalidad y estados emocionales, incrementaron su susceptibilidad psicológica a desarrollar adicciones como la nomofobia (Carcelén-García et al., 2023).

La nomofobia se vinculó estrechamente con la ansiedad, en particular con la ansiedad-rasgo (Sui et al., 2021), definida como una predisposición estable a experimentar ansiedad en diversas situaciones (Gidron, 2020). Este rasgo de personalidad, caracterizado por la tendencia constante a experimentar ansiedad, influyó significativamente en el comportamiento relacionado con la dependencia tecnológica.

La presencia de ansiedad-rasgo hace que las personas sean más susceptibles a desarrollar adicciones como la nomofobia, ya que la ansiedad generalizada se ve exacerbada por la necesidad de estar conectados a los dispositivos móviles. Este patrón contribuye al ciclo de dependencia tecnológica y uso compulsivo (Rodríguez-García et al., 2023).

En este contexto, los jóvenes y estudiantes universitarios representaron una población especialmente vulnerable, debido a su alto nivel de interacción con dispositivos móviles y a la ansiedad-rasgo, que exacerbaron los efectos negativos de la nomofobia en su salud mental (Sánchez, 2024).

A nivel nacional, el estudio de Juárez (2023), realizado en Cusco, reveló que el 61,95 % de los estudiantes presentó un nivel moderado de nomofobia, el 35,61 % un nivel bajo y el 2,44 % un nivel severo. En cuanto a la ansiedad en estudiantes de Enfermería, el 69,76 % mostró un nivel alto, el 21,46 % un nivel medio y el 8,78 % un nivel bajo. La prueba de Chi-cuadrado ( $p = 0,000$ ) evidenció una relación significativa entre la nomofobia y la ansiedad, lo que subrayó la importancia de abordar esta problemática de manera integral.

En la Universidad Nacional de Tumbes, aunque no se realizó una investigación formal sobre nomofobia ni dependencia tecnológica, se observó una marcada dependencia tecnológica entre los estudiantes. Estos manifestaron comportamientos como la revisión constante de notificaciones, temor a quedarse sin batería y aislamiento durante actividades sociales. Ello, no solo afectó su bienestar psicológico, sino que también tuvo consecuencias negativas en el ámbito educativo y familiar. Esto evidenció la urgencia de abordar este problema de manera preventiva y terapéutica.

Dado que esta problemática impactó diversos aspectos de la vida de los estudiantes, esta investigación buscó responder a la siguiente pregunta: ¿Qué relación existió entre la ansiedad-rasgo y la nomofobia en estudiantes de la Universidad Nacional de Tumbes en 2024?

La investigación tuvo como objetivo principal determinar la relación entre la ansiedad-rasgo y la nomofobia en los estudiantes de esta universidad. Asimismo,

los objetivos específicos fueron: identificar los niveles de ansiedad-rasgo; identificar los niveles de la dimensión incomunicación de la nomofobia; identificar los niveles de la dimensión falta de conexión de la nomofobia; y, establecer la relación entre la variable ansiedad-rasgo y la dimensión incomunicación de la variable nomofobia, establecer la relación entre la variable ansiedad-rasgo y la dimensión falta de conexión de la variable nomofobia en estudiantes de la Universidad Nacional de Tumbes, 2024.

Desde el punto de vista teórico, esta investigación fue necesaria porque profundizó en la relación entre dos variables psicológicas relevantes: la ansiedad-rasgo y la nomofobia. Aunque investigaciones previas habían abordado estos fenómenos por separado, existía una brecha en el conocimiento respecto a cómo se relacionaban en el contexto universitario de la región. Este estudio contribuyó a comprender cómo las características de personalidad (como la ansiedad-rasgo) impactó en las conductas de dependencia tecnológica, y estableció un marco para futuras investigaciones en el campo de la psicología.

Desde un enfoque práctico, los beneficios de esta investigación se fueron en proporcionar datos claves para el diseño de estrategias preventivas y de intervención dirigidas a mitigar los efectos de la nomofobia en la salud mental de los estudiantes universitarios. Los resultados sirvieron como base para que las universidades desarrollaran programas específicos de apoyo psicológico, lo que promovió el uso responsable de la tecnología y fortaleció la educación digital. Dichos programas no solo contribuyeron al bienestar emocional de los estudiantes, sino que también mejoraron su rendimiento académico, lo que permitió abordar así un problema que afectaba tanto su salud mental como su desempeño educativo.

Desde un enfoque metodológico, la aplicación de un diseño cuantitativo y correlacional permitió explorar de manera objetiva y sistemática la relación entre la ansiedad-rasgo y la nomofobia en esta población universitaria específica. Los instrumentos utilizados en la investigación fueron adaptados y validados para el contexto de estudiantes universitarios en las investigaciones de Bazán (2021) y García (2017), lo que garantizó que los datos obtenidos fueran relevantes y precisos para este grupo. Los resultados no solo aportaron evidencia empírica en este contexto particular, sino que también permitieron la replicabilidad del estudio

en otras instituciones educativas, y a su vez fortalecieron la validez de los instrumentos y metodologías empleadas.

Desde un enfoque social, esta investigación benefició principalmente a los estudiantes universitarios, proporcionándoles información sobre su estado actual respecto a la dependencia tecnológica. También fue útil para docentes y familias, quienes pudieron comprender mejor los desafíos psicológicos que enfrentaban los jóvenes, lo que favoreció así la comunicación y el apoyo mutuo. Los principales usuarios de estos hallazgos fueron las instituciones educativas y los profesionales de la salud mental, quienes pudieron utilizarlos para diseñar políticas y programas que promovieran el bienestar estudiantil.

## II. REVISIÓN DE LITERATURA

La ansiedad fue objeto de estudio en diversas disciplinas debido a su impacto en la salud mental y el comportamiento humano. En el contexto universitario, donde los estudiantes enfrentaban múltiples exigencias académicas, personales y sociales, comprender la naturaleza de la ansiedad resultaba fundamental para abordar sus efectos. En este sentido, diversos autores definieron este fenómeno desde un enfoque psicológico y fisiológico. Tuvimos los siguientes aportes:

De acuerdo con Johnson y Melamed (1979, citado por Tapia y Vivanco, 2023), se consideraba a la ansiedad una respuesta adaptativa dirigida a la supervivencia. Actuaba como un mecanismo biológico de defensa y protección ante posibles amenazas, y se manifestaba mediante pensamientos relacionados con el peligro, sentimientos de inquietud, reacciones fisiológicas y respuestas motoras.

Por su parte, Spielberger (1972) definió la ansiedad como una respuesta emocional desagradable que ocurría cuando un individuo percibía un estímulo externo como amenazante. Esta experiencia provocó cambios fisiológicos y conductuales, acompañados de sentimientos de intranquilidad, tensión y aprensión. Además, destacaron que la ansiedad se manifestó de manera dual: como un rasgo, que indicó una predisposición general y estable a responder con ansiedad, y como un estado, que se refirió a reacciones emocionales transitorias ante circunstancias específicas. Esta diferenciación permitió entender la ansiedad no solo como una experiencia emocional transitoria, sino también como una característica estable de la personalidad que influía en la manera en que los individuos enfrentaban y respondían a su entorno (Ortega et al., 2023).

Liyanage et al. (2022) complementaron esta perspectiva al describir la ansiedad como un estado emocional caracterizado por sensaciones de intranquilidad, tensión y alarma. Señalaron que este estado podía originarse tanto de factores externos como internos percibidos como amenazas.

En síntesis, la ansiedad fue entendida como un fenómeno complejo y multifacético que involucró aspectos biológicos, emocionales y conductuales (Nater, 2021). Si bien cumplió una función adaptativa de protección frente a peligros, su manifestación excesiva o prolongada generó efectos negativos en el bienestar emocional y físico del individuo (Taschereau-Dumouchel et al., 2022). Las perspectivas de estos autores permitieron comprender la ansiedad no solo como un mecanismo de supervivencia, sino también como un estado que varió según las circunstancias y la personalidad del sujeto.

La presencia constante de pensamientos ansiosos alimentó la experiencia de ansiedad. Los individuos con ansiedad-rasgo tendieron a rumiar sobre lo que podría salir mal, proyectando escenarios negativos que amplificaron sus temores (Dieguez, 2022).

Este proceso cognitivo generó una retroalimentación emocional que agravó la ansiedad, llevando a la persona a interpretar cada pequeña interacción o evento como una amenaza a su bienestar. En ocasiones, esta ansiedad se manifestó en conductas evitativas, donde el individuo trató de escapar o evitar situaciones que podían generar malestar, lo que, aunque proporcionó un alivio temporal, reforzó aún más el ciclo de ansiedad a largo plazo; donde la preocupación constante y la tensión interfirieron en su rendimiento en actividades cotidianas, ya fuera en el ámbito académico, profesional o personal (Brown et al., 2023).

La persona con alta ansiedad-rasgo se sintió incapaz de relajarse, incluso en situaciones que no debían ser motivo de estrés, lo que disminuyó su capacidad de concentración y generó un bajo rendimiento en tareas que, en otras circunstancias, podría haber realizado sin dificultades. En las relaciones interpersonales, esta tendencia a interpretar las situaciones como amenazantes llevó al individuo a sentirse incomprendido o rechazado, contribuyendo a una creciente distancia emocional con los demás (Skapinakis, 2023). Asimismo, otros problemas de salud mental, como la depresión, trastornos del sueño e incluso trastornos de ansiedad generalizada, la tensión emocional persistente también condujo a una mayor

vulnerabilidad al agotamiento físico y mental, contribuyendo a un círculo vicioso de malestar (Spytska, 2023).

Aunque la ansiedad-rasgo y la ansiedad-estado fueron conceptos distintos, estuvieron profundamente relacionados. Las personas con niveles altos de ansiedad-rasgo tuvieron una mayor probabilidad de experimentar episodios frecuentes y más intensos de ansiedad-estado, incluso en situaciones que otros considerarían neutras o poco desafiantes (Huerta et al., 2020). Esto ocurrió porque la ansiedad-rasgo influyó en la interpretación del entorno, aumentando la sensibilidad a posibles amenazas (Bazán, 2021).

La relevancia de estas categorías se amplió cuando se aplicaron a contextos específicos, como el estudio de la nomofobia o la dependencia tecnológica (Liang, 2024). Los jóvenes con altos niveles de ansiedad-rasgo resultaron particularmente propensos a desarrollar ansiedad-estado al enfrentar situaciones en las que no tenían acceso a sus teléfonos móviles, lo que reforzó el uso compulsivo de estos dispositivos. Este ciclo tuvo un impacto negativo en su salud mental, rendimiento académico y relaciones interpersonales (Saviola et al., 2020).

Otra perspectiva relevante es la propuesta por Eysenck (1967), quien, en su teoría de los rasgos de personalidad, relacionó la ansiedad-rasgo con el funcionamiento del sistema nervioso autónomo. Eysenck argumentó que las personas con alta ansiedad-rasgo tienen una mayor reactividad fisiológica al estrés debido a una mayor excitabilidad de su sistema nervioso. Según este autor, el sistema nervioso autónomo, que regulaba funciones involuntarias como el ritmo cardíaco y la respiración, jugaba un papel crucial en la manifestación de la ansiedad-rasgo, ya que las personas con alta ansiedad tendían a tener una respuesta fisiológica más pronunciada ante estímulos que otros podrían percibir como neutros.

La teoría del temperamento de Cloninger (1999) también ofrecía una explicación relacionada con la ansiedad-rasgo, al vincular la ansiedad con un rasgo fundamental de la personalidad conocido como "perseverancia"; propuso que las

personas con una alta tendencia a la perseverancia tienden a experimentar niveles más elevados de ansiedad-rasgo, son más susceptibles a la frustración y la preocupación por los resultados y estas personas tenían una alta necesidad de control y seguridad, lo que las llevaba a estar constantemente alertas y preocupadas por el futuro.

En este sentido, comprender los efectos de la ansiedad-rasgo en el contexto actual exigió considerar nuevas formas de manifestación emocional vinculadas al uso de la tecnología. Uno de los fenómenos más representativos de esta interacción entre el bienestar psicológico y la era digital fue la nomofobia.

A continuación, se expuso el desarrollo conceptual de esta segunda variable, con el fin de analizar cómo el miedo a la desconexión influyó en los comportamientos de los estudiantes universitarios y su posible relación con predisposiciones ansiosas.

La nomofobia, término derivado de la expresión en inglés "no-mobile-phone phobia" (fobia a no tener teléfono móvil), se refirió al temor irracional y angustiante de estar sin acceso a un teléfono móvil o a la red móvil. Este fenómeno psicológico emergente cobró relevancia en la sociedad moderna debido al creciente uso y dependencia de los dispositivos tecnológicos, especialmente entre los jóvenes (León-Mejía et al., 2021). No se limitó a una simple preferencia por el uso del teléfono móvil, sino que implicó una dependencia profunda que generó ansiedad, malestar emocional y, en algunos casos, síntomas físicos cuando el individuo no tuvo acceso a su dispositivo o se vio privado de la posibilidad de conectarse a la red móvil (Tomczyk y Selmanagic, 2022). Los adolescentes y jóvenes adultos eran los más vulnerables debido a su constante interacción con las tecnologías de la información y comunicación (TIC). Además, características de personalidad como la ansiedad-rasgo y la necesidad de validación social reforzaban la susceptibilidad a desarrollar nomofobia (Taylor-Jackson y Moustafa, 2020).

Además, se observó que las personas con nomofobia presentaron aislamiento personal que disminuyó el contacto social, junto con problemas fisiológicos y psicológicos asociados. Se identificaron causas sociales y personales que estimularon en los jóvenes universitarios este miedo irracional a no tener el celular, denominándose adicción tecnológica. Los síntomas psicológicos asociados incluyeron ansiedad, estrés y otros malestares emocionales, mientras que los síntomas fisiológicos abarcaron alteraciones en la calidad del sueño, cambios en la frecuencia cardíaca, pérdida de apetito y dolores somáticos, como el dolor inexplicable en los pulgares, dedos más utilizados para manipular el móvil. (Safaria et al., 2024). Asimismo, se documentaron desórdenes del sueño relacionados con la exposición a la luz de las pantallas antes de dormir, que afectaron la producción de melatonina y generaron insomnio (Luy-Montejo et al., 2020). En el ámbito académico, el uso excesivo del celular se vinculó con distracciones, plagio y deterioro en la calidad del lenguaje escrito, reflejado en mala ortografía y dificultades para comunicarse formalmente. Esta adicción tecnológica impactó negativamente en la productividad, la salud física y mental, y el futuro académico de los estudiantes (Toledo y Gamero, 2015; Universia, 2019).

En definitiva, la nomofobia reflejó cómo la dependencia a la tecnología podía transformarse en una fuente de malestar psicológico en un mundo hiperconectado (Pérez R. et al., 2021). Si bien los dispositivos móviles ofrecían innumerables beneficios, es esencial promover un uso consciente y equilibrado para prevenir los efectos negativos de esta condición y garantizar un bienestar integral en la vida de las personas (Álvarez-Cabrera et al., 2021).

En resumen, la nomofobia se consolidó como un fenómeno psicológico relevante en la era digital, especialmente entre los jóvenes universitarios, donde la dependencia al teléfono móvil generó un ciclo de ansiedad y malestar que afectó múltiples dimensiones de su vida personal, social y académica.

Desde las diversas perspectivas teóricas tenemos la conductista, donde la nomofobia podía ser vista como una forma de adicción conductual. En este marco, el uso del teléfono móvil se convertía en un comportamiento repetitivo que era reforzado por recompensas inmediatas, tales como la validación social, el acceso constante a información o el entretenimiento. Este refuerzo positivo estableció un ciclo en el cual la persona experimentaba una sensación de bienestar o alivio al utilizar el dispositivo, lo que reforzaba la conducta y la lleva a depender cada vez más de él. Cuando la persona no podía acceder a su móvil, se interrumpía este ciclo de recompensas, lo que generaba ansiedad y angustia. Este miedo a la desconexión se manifestaba en síntomas tanto emocionales como físicos, como irritabilidad, sudoración o taquicardia, especialmente cuando la persona se ve incapaz de satisfacer su necesidad de estar conectada (Miltenberger, 2016).

En este contexto, la teoría de la validación social, tomada de la teoría sociocognitiva de Bandura (1986), aportó una explicación adicional. Según esta perspectiva, la necesidad de estar conectados y disponibles en todo momento estuvo relacionada con la búsqueda constante de validación social. Las redes sociales y las interacciones a través del teléfono móvil permitieron a las personas sentirse aceptadas, reconocidas y parte de una comunidad. Para muchos, especialmente los más jóvenes, el teléfono móvil se convirtió en una extensión de su identidad social. La posibilidad de estar desconectado de estas redes provocó un sentimiento de exclusión y aislamiento, que se convirtió en un desencadenante directo de la ansiedad.

La postura teórica de esta investigación se fundamenta en un enfoque humanista, el cual reconoce al individuo como un ser integral, con capacidad de autodirección y búsqueda de sentido. Desde esta perspectiva, se considera que las experiencias emocionales, como la ansiedad rasgo y el miedo a la desconexión, deben comprenderse dentro del contexto existencial, afectivo y relacional del ser humano. En este marco, se retoma la teoría de la ansiedad propuesta por Spielberg (1972), adaptada a una mirada centrada en la persona, que diferencia entre la ansiedad-

estado como una respuesta emocional momentánea ante situaciones percibidas como amenazantes y la ansiedad-rasgo como una disposición más estable en la personalidad. Esta comprensión permite analizar cómo la vivencia subjetiva de ansiedad, en interacción con las demandas del entorno digital, puede contribuir al desarrollo de la nomofobia, entendida no solo como una dependencia tecnológica, sino como una expresión de necesidades psicológicas más profundas relacionadas con la seguridad, la pertenencia y la autorrealización

Asimismo, se consideró el modelo de respuesta adaptativa de la ansiedad propuesto por Johnson y Melamed (1979, citado por Tapia y Vivanco, 2023), que describía este estado emocional como un mecanismo biológico de protección. Aunque inicialmente adaptativo, este mecanismo podía desbordarse en contextos de dependencia tecnológica, como el temor irracional a perder acceso al teléfono móvil.

Desde una perspectiva de la psicología social y conductual, la investigación también examinó la influencia del entorno digital y las dinámicas de interacción tecnológica en los comportamientos humanos (Chen, 2024).

La dependencia tecnológica, alimentada por la presión social de estar constantemente conectado, se abordaba como un factor clave en la comprensión de la nomofobia (Udayanga *et al.*, 2022). Además, la investigación se enmarcó en la teoría de la conducta adictiva, se consideró a la nomofobia como una forma de adicción conductual en la que los dispositivos móviles actúan como estímulos reforzadores (Ardila *et al.*, 2023). Este enfoque permite analizar cómo los patrones compulsivos de uso del móvil se relacionan con síntomas de ansiedad y malestar psicológico.

Finalmente, la investigación adoptó una perspectiva integral del bienestar humano, sustentándose en el modelo bio-psico-social. Este modelo reconoció que tanto la nomofobia como la ansiedad son fenómenos complejos que resultaban de la interacción entre factores biológicos, psicológicos y sociales. La dependencia tecnológica, los estados emocionales y las dinámicas sociales modernas se

combinaban para dar forma a estas experiencias emocionales y conductas (Thakur, 2024).

A partir del marco teórico expuesto, resultó pertinente revisar estudios previos que han abordado la relación entre la ansiedad y la nomofobia, tanto a nivel internacional como nacional. Esta revisión de antecedentes permitió contextualizar la presente investigación dentro del panorama científico existente, identificar hallazgos relevantes y contrastar metodologías, poblaciones y resultados. A continuación, se presentan investigaciones que han examinado estos fenómenos en distintas realidades educativas y culturales, estas investigaciones aportan evidencia empírica sobre la naturaleza y el impacto de ambas variables.

En un contexto internacional, la ansiedad y la nomofobia han sido ampliamente estudiadas. La investigación realizada por Bacusoy (2022), en su investigación sobre la nomofobia y los trastornos psicosociales en estudiantes de enfermería de la Universidad Estatal Península de Santa Elena-Ecuador, buscó explorar la relación entre la nomofobia y los trastornos psicosociales. El estudio fue de tipo cuantitativo, descriptivo, correlacional y transversal. Encontró que el 54% de los estudiantes mostraron dependencia del celular, indicativa de nomofobia. Además, el 60% experimentaba ansiedad por la baja carga de batería y el 55% tenía problemas familiares debido a la desconexión del entorno por el uso del móvil, lo que causaba trastornos afectivos. Un 41% también informó pérdida de sueño por el uso del celular, destacándose los efectos negativos en la salud psicosocial de los estudiantes.

Barraza y Chavira (2022) en México, cuyo objetivo fue determinar la prevalencia del miedo desproporcionado a perder el celular y la relación de este miedo con aspectos sociodemográficos, como el sexo, la edad y la principal actividad de los individuos, en el estado de Durango. El estudio adoptó un diseño correlacional transversal no experimental y se basó en una muestra no probabilística de 251 participantes, quienes fueron evaluados mediante la escala de Barraza de nomofobia. Los resultados obtenidos indicaron que más del 80% de los

encuestados presentaban miedo a perder el celular, aunque el nivel específico de nomofobia solo se observó en un 2.4% de la población.

Daraj et al., (2023) en Sudan, en la revisión sistemática de la relación entre la nomofobia y variables psicológicas como la ansiedad, el insomnio y la adicción al smartphone incluyó 16 estudios internacionales con una muestra total de 18 209 participantes. El enfoque metodológico fue cuantitativo y correlacional. El análisis reveló una correlación promedio de  $r = 0.31$  (IC 95 %: 0.25–0.38) entre nomofobia y ansiedad, indicando una relación moderada y significativa. La ansiedad rasgo fue una de las variables más comunes, mostrando que quienes presentan mayor ansiedad tienden a desarrollar una mayor dependencia emocional hacia el teléfono móvil. Estos hallazgos confirman que la nomofobia está estrechamente ligada al malestar psicológico, especialmente en jóvenes y estudiantes

Karakurt et al., (2020) en Turquía, investigó sobre la relación entre la nomofobia y la ansiedad rasgo y estado, en estudiantes universitarios de ciencias de la salud de diferentes especialidades con una muestra a 1 299, enfoque metodológico de tipo cuantitativo, descriptivo y correlacional, utilizó dos instrumentos validados: la Escala de Nomofobia (*Nomophobia Questionnaire - NMP-Q*) y el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (*State-Trait Anxiety Inventory - STAI*). Encontró una correlación significativa entre la nomofobia y ambos tipos de ansiedad, los estudiantes con mayor ansiedad presentaron mayor dependencia emocional hacia el teléfono móvil.

Medina y Veytia (2022), en México, cuyo objetivo fue comparar los niveles de adicción al teléfono móvil entre estudiantes de dos universidades. El estudio adoptó un enfoque deductivo de tipo cualitativo. La muestra estuvo conformada por 1,009 participantes, de los cuales 785 eran mujeres y 224 hombres, con una edad promedio de alrededor de 20 años. El instrumento utilizado para la recolección de datos fue la Escala de Evaluación de Nomofobia de Ramos-Soler. Los resultados mostraron que la nomofobia afecta principalmente en la dimensión físico-social, ya que los estudiantes experimentaban malestares físicos cuando no tenían el celular

a su disposición, y también se evidenció un impacto negativo en su vida personal, ya que tendían a alejarse de su entorno familiar y social, además de descuidar asuntos académicos. En cuanto a la dimensión emocional, no se encontraron diferencias significativas entre los dos grupos estudiados.

Tuco et al., (2023) en México, realizó revisión sistemática de 28 estudios transversales de ocho países, con una muestra total de 11 300 estudiantes universitarios, de los cuales 23 estudios fueron finalmente seleccionados para el análisis estadístico. Utilizando el cuestionario NMP-Q, encontró que el 56 % presentaba nomofobia moderada y el 17 % nomofobia severa. Solo el 24 % tenía niveles leves. Las diferencias por país fueron notables, con Indonesia mostrando mayor proporción de casos graves. El análisis reveló un impacto psicológico significativo, con implicaciones emocionales y académicas.

Sui et al., (2022) en Canadá, su estudio de niveles de ansiedad rasgo, nomofobia y tiempo de uso de pantallas en estudiantes universitarios durante la pandemia de COVID-19, de un enfoque cuantitativo, correlacional y de diseño transversal con una muestra de 1,221 estudiantes utilizó el STAI-T para medir ansiedad y el NMP-Q para evaluar nomofobia. Los resultados mostraron que los niveles de ansiedad rasgo y nomofobia no variaron significativamente en comparación con datos previos a la pandemia. Sin embargo, se encontró que factores como el uso diario del móvil, el género no binario y el uso en días laborales influyeron en ambas variables. A pesar del aprendizaje en línea, los niveles de ansiedad se mantuvieron estables.

En un contexto nacional, Molina (2022), en su estudio Ansiedad y estrés en la nomofobia en alumnos de educación técnico-productiva de Lima, Perú, buscó percibir la repercusión del estrés y la ansiedad en la nomofobia en estudiantes de educación técnico-productiva en una escuela pública. La población de estudio fue de 871 estudiantes, de los cuales se seleccionó una muestra de 267. Se utilizó una investigación de tipo básica, con un nivel explicativo, y adoptó un diseño no experimental de tipo correlacional causal. Los hallazgos del estudio concluyeron que existe una correlación negativa y positiva muy baja, aunque no significativa,

entre la ansiedad, el estrés y la nomofobia en los estudiantes. En cuanto a los resultados descriptivos, se evidenció que en la ansiedad rasgo, el 59.2% no mostró ansiedad y el 24.7% se ubicó en nivel severo. En cuanto a la nomofobia, el mayor porcentaje general se encontró en el nivel leve (38.6%), seguido de ausencia (35.6%); en sus dimensiones, como *no poder comunicarse* y *no poder acceder a la información*, también predominó el nivel leve, mientras que en *renunciar a la comodidad* y *pérdida de conexión* predominó la ausencia. En cuanto a las pruebas de hipótesis, el análisis de correlación de Spearman mostró que no existe una relación significativa entre la ansiedad y la nomofobia ( $p > 0.05$ ), con correlaciones muy bajas tanto positivas como negativas. En conclusión, los hallazgos del estudio determinaron que existe una correlación muy baja y no significativa entre las variables analizadas, por lo cual se aceptaron las hipótesis nulas en todos los casos.

Pizarro (2022) en el Cusco, con el objetivo de analizar la relación entre nomofobia y ansiedad en estudiantes universitarios, usó un diseño cuantitativo, analítico y transversal con 444 estudiantes seleccionados aleatoriamente. Para medir nomofobia se aplicó el Nomophobia Questionnaire (NMP-Q) y una escala de ansiedad general para evaluar los niveles de ansiedad. Se obtuvo que el 48 % de los estudiantes presentaba nomofobia moderada y el 70 % ansiedad leve. Con una asociación significativa entre ambas variables, con un Odds Ratio de 3.61 ( $p = 0.0058$ ), indicando que los estudiantes con ansiedad tienen mayor probabilidad de desarrollar nomofobia. Además, el sexo femenino presentó mayor incidencia de nomofobia. Concluyó que la ansiedad es un factor predisponente para la nomofobia.

Quino (2020), en su estudio sobre la relación entre la ansiedad y el uso problemático del celular en estudiantes adolescentes del centro preuniversitario Bryce, Arequipa, Perú, basó su metodología en una encuesta realizada a 18 jóvenes de 16 a 19 años, a los cuales se les aplicó el cuestionario State Trait Anxiety Inventory (STAI) para determinar los niveles de ansiedad-estado, y el Mobile Phone

Problem Use Scale for Adolescent Questionnaire (MPPUSA). Los resultados concluyeron que la asociación entre ambas variables fue muy alta ( $\rho = 0.82$ ); el 60% tiene niveles altos y 40% niveles muy altos de ansiedad-estado ( $p < 0.01$ ), y la relación entre ambas variables fue muy alta ( $\rho > 0.81$ ), lo que indica una relación fuerte y significativa entre el uso problemático del celular y la ansiedad espacial alta o muy alta entre jóvenes egresados de secundaria.

Ramírez (2019), en su investigación sobre la nomofobia en alumnas de secundaria del programa vacacional de la I.E. Argentina del Cercado de Lima, Perú, periodo 2019, tuvo como objetivo determinar el nivel de nomofobia en alumnas de secundaria. Se basó en un estudio de tipo descriptivo, con un enfoque cuantitativo, con diseño no experimental, de corte transversal. La muestra estuvo constituida por 50 alumnas. Los instrumentos utilizados fueron el cuestionario Test de Dependencia al Móvil (TDM). Se concluyó que la asociación entre ambas variables fue muy alta ( $\rho = 0.82$ ); el 60% tiene niveles altos y 40% niveles muy altos de ansiedad-rasgo ( $p < 0.01$ ), y la asociación entre ambas variables fue muy alta ( $\rho > 0.81$ ), lo que indica que la nomofobia en las alumnas de secundaria es de nivel bajo en un 68%, aunque también se observó un grupo moderado del 28% y un 4% con un nivel alto.

Por otro lado, Rosales-Huamani et al. (2019), en su estudio Determinación de factores sintomáticos de nomofobia en estudiantes peruanos de la Universidad Nacional de Ingeniería, Perú, con el objetivo de identificar los síntomas que aún no han sido detectados por el uso incesante del teléfono celular en Perú, aplicaron la adaptación del Test of Mobile Phone Dependence. Utilizaron un diseño transversal correlacional y factorial, Los resultados mostraron un uso intensivo del celular: el 54.1% lo usaba más de cinco horas al día y el 49.7% lo revisaba más de 17 veces diarias. Mediante análisis factoriales, se identificaron tres factores sintomáticos principales: ansiedad por separación del celular, uso compulsivo del dispositivo y ansiedad/pánico ante la falta de acceso a redes sociales. El estudio concluye que el uso excesivo del smartphone está vinculado con síntomas claros de nomofobia,

y resalta la importancia de implementar estrategias preventivas en el ámbito universitario.

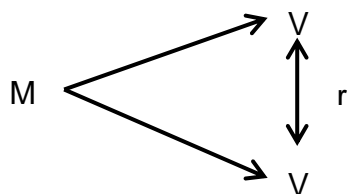
En un contexto local, no se logró encontrar algún antecedente que relacione ambas variables, lo que hace que esta investigación sea la primera en realizarse en el ámbito local.

### III. MATERIALES Y MÉTODOS

#### 3.1. Tipo y diseño de investigación

La investigación titulada ansiedad-rasgo y nomofobia en estudiantes de la Universidad Nacional de Tumbes, 2024, fue de tipo básica y de nivel correlacional, con el objetivo de generar conocimiento sobre un fenómeno observado y predecir el comportamiento de una variable a partir de otra relacionada. El estudio adoptó un enfoque cuantitativo, centrado en la recolección y análisis de datos numéricos para comprender patrones de comportamiento. El diseño utilizado fue no experimental, ya que no se manipularon las variables, lo que permite observar los fenómenos en su contexto natural, y de corte transversal, al analizar los datos en un solo momento del tiempo (Hernández et al., 2014).

A continuación, se muestra el esquema de la investigación:



Dónde:

V<sub>1</sub>: Ansiedad

V<sub>2</sub>: Nomofobia

r: Relación entre variables.

M: Muestra.

#### 3.2. Hipótesis general

**H<sub>i</sub>:** Existe relación directa significativa entre la ansiedad-rasgo y la nomofobia en estudiantes de la Universidad Nacional de Tumbes, 2024.

**H<sub>0</sub>:** No existe relación directa significativa entre la ansiedad-rasgo y la nomofobia en estudiantes de la Universidad Nacional de Tumbes, 2024.

### 3.3. Hipótesis específicas

**H<sub>1</sub>:** Los niveles de ansiedad rasgo son altos en estudiantes de la Universidad Nacional de Tumbes, 2024

**H<sub>2</sub>:** La dimensión incomunicación de la nomofobia tiene niveles altos en estudiantes de la Universidad Nacional de Tumbes, 2024

**H<sub>3</sub>:** La dimensión falta de conexión de la nomofobia tiene niveles altos en los estudiantes de la Universidad Nacional de Tumbes.

**H<sub>4</sub>:** Existe relación directa significativa entre la ansiedad - rasgo y la dimensión de incomunicación de la nomofobia en estudiantes de la Universidad Nacional de Tumbes.

**H<sub>5</sub>:** Existe relación directa significativa entre la ansiedad - rasgo y la dimensión de falta de conexión de la nomofobia en estudiantes de la Universidad Nacional de Tumbes.

### 3.4. Definición conceptual

**Variable 1: Ansiedad rasgo.** – definida como una propensión ansiosa estable que hace percibir a las personas y las situaciones como amenazadoras, se eleva así la ansiedad (Murillo, Colomer, & Herrera, 2016).

**Variable 2: Nomofobia.** – término derivado del inglés "*no-mobile-phone-phobia*", se refiere al miedo irracional y desmedido a estar sin acceso al teléfono móvil o desconectado de este. Este trastorno se asocia con comportamientos compulsivos, como la necesidad constante de revisar el dispositivo, y con síntomas de ansiedad y malestar emocional ante la posibilidad de perder la conexión (García, 2017).

### 3.5. Definición operacional

**Variable 1: Ansiedad rasgo.** – Para medir la variable se utilizó el inventario de Ansiedad rasgo-estado (IDARE) creado por Spielberger (1972) adaptado por Bazán 2021. Está conformada por dos dimensiones ansiedad rasgo y ansiedad estado, consta de 20 items por dimensión con una escala de tipo likert, la cual va desde casi nunca 1, algunas veces 2; frecuentemente 3 y casi siempre que equivale a 4.

**Variable 2: Nomofobia.** – Para medir la variable se utilizó la escala Mobile Phone Problem Use Scale, la cual fue creada por Bianchi y Phillips en el 2005 y adaptada en Perú por García (2017), consta de 27 items escala de tipo likert, la cual va desde casi nunca 1; algunas veces 2; frecuentemente 3 y casi siempre que equivale a 4.

La operacionalización de ambas variables se encuentra en el anexo (2).

### 3.6. Población, muestra y muestreo

La población se refiere al conjunto total de elementos que comparten una característica particular y que son el centro de interés en una investigación (Hernández et al., 2014). En este caso, la población fue de 5809 estudiantes de la Universidad Nacional de Tumbes matriculados en el semestre académico 2024-I

**Tabla 1.**

*Tabla de distribución de la población universitaria del semestre académico 2024-I.*

Facultad	Escuela	N° de estudiantes matriculados
Ciencias sociales	Educación Inicial	225
	Psicología	290
	Ciencias de la comunicación	253
	Turismo	217
Ingeniería Pesquera y Ciencias del Mar	Ing. Pesquera acuícola	291
	Ing. Industrial pesquera	221
	Ing. Pesquera	3
Ciencias Agrarias	Ing. Civil	55
	Medicina veterinaria y zootecnia	255
	Ing. Forestal y medio ambiente	248
	Agronomía	188
	Agroindustrias	172
Derecho y Ciencias Políticas	Ing. Agrícola	202
	Derecho	626
Ciencias Económicas	Administración	534
	Economía	433
	Contabilidad	532
Ciencias de la Salud	Nutrición y dietética	245
	Medicina humana	213
	Enfermería	293
	Obstetricia	313
Total		5809

La muestra es el subconjunto, subgrupo o parte de la población en la cual se llevará a cabo la investigación. La muestra vendría hacer una parte representativa de la población. (Villasís-Keever y Miranda-Novales, 2016). Para obtener el tamaño de la muestra se utilizó un muestreo probabilístico aleatorio estratificado, puesto que

la población está dividida en fragmentos y se recopila una muestra por cada fragmento. Para obtener la muestra se usó la siguiente fórmula:

$$n = \frac{Z \times P \times Q \times N}{e^2 \times (N - 1) + Z \times P \times Q}$$

N= 5809 estudiantes

Z=1,96

P= Probabilidad esperada 50%= 0,5

q= 1-p (1-0,5= 0,5)

e= Error 5%= 0,05

Con los resultados de la fórmula, nos dio un resultado de 361 de los estudiantes matriculados en la Universidad Nacional de Tumbes en el semestre académico 2024-I que fueron encuestados.

Aplicando la fórmula de proporciones se ubicó la muestra para cada escuela, siendo la siguiente:

**Tabla 2.**

*Distribución de la muestra de estudiantes matriculados por escuelas profesionales en semestre académico 2024-I.*

Facultad	Escuela	N° de estudiantes matriculados
Facultad de Ciencias Sociales	Educación Inicial	14
	Psicología	18
	Ciencias de la comunicación	16
	Turismo	13
Ingeniería Pesquera y Ciencias del Mar	Ing. Pesquera acuícola	18
	Ing. Industrial pesquera	14
	Ing. Pesquera	0
Ciencias Agrarias	Ing. Civil	3
	Medicina veterinaria y zootecnia	16
	Ing. Forestal y medio ambiente	15
	Agronomía	12
	Agroindustrias	11
	Ing. Agrícola	13
Derecho y Ciencias Políticas	Derecho	39
Ciencias Económicas	Administración	33
	Economía	27
	Contabilidad	33
Ciencias de la Salud	Nutrición y dietética	15
	Medicina humana	13
	Enfermería	18

	Obstetricia	19
Total		361

Se optó por utilizar un muestreo probabilístico aleatorio estratificado debido a la necesidad de obtener una muestra representativa y objetiva de la población universitaria por escuelas. Esta metodología permitió que cada estudiante tuviera probabilidad de ser elegido y distinta de cero de ser seleccionado, lo cual garantiza la validez estadística de los resultados y reduce el sesgo en la selección de participantes.

Criterios de inclusión: estudiantes que cumplieron con las siguientes condiciones: 1) estar matriculados regularmente en el semestre académico 2024-I, 2) tener entre 18 y 25 años de edad, 3) firmado el consentimiento informado 4) completado en su totalidad los dos instrumentos de recolección de datos.

Los criterios de exclusión fueron los siguientes: 1) no estar matriculados regularmente en el semestre 2024-I, 2) no haber firmado el consentimiento informado 3) no haber completado los instrumentos en su totalidad, 4) no cumplir con el rango de edad establecido entre 18 y 25 años, 5) estar sujetos a amonestaciones académicas o con matrícula condicional.

### **Técnica e instrumentos de recolección de dato**

La técnica utilizada fue la encuesta, la cual, según Hernández et al. (2014), consiste en la práctica de organizar métodos sistemáticos de estudio para recopilar y analizar datos de una muestra específica de una población más amplia, con el objetivo de explorar, describir, predecir y explicar diversas características. La recopilación de datos se realizó a través de los dos instrumentos El Inventario de la ansiedad rasgo-estado (IDARE) y El Mobile Phone Problem Use Scale.

### **Tabla 3.**

*Ficha técnica del Inventario de Ansiedad –Rasgo Estado (IDARE).*

<b>Ficha técnica</b>	
<b>Nombre:</b>	Inventario de Ansiedad Rasgo- Estado (IDARE)
<b>Autor:</b>	C.D.Spielberger , R.E. Lushene, R.L Goursh (1972)
<b>Adaptación peruana:</b>	Lili Claudina Bazán Izquierdo

<b>Año de adaptación:</b>	2021
<b>Aplicación:</b>	17 a 65 años
<b>Administración:</b>	Individual y colectiva
<b>Dimensiones:</b>	Dos escalas separadas de autoevaluación para medir dos dimensiones distintas de la ansiedad: ansiedad-rasgo y ansiedad estado.
<b>Ítems:</b>	20 ítems
<b>Tipo de escala y puntuación:</b>	Escala de tipo Likert: Casi Nunca = 1; Algunas Veces = 2; Frecuentemente = 3; Casi Siempre = 4.
<b>Duración</b>	No tiene tiempo de duración
<b>Validez y confiabilidad</b>	Para hallar el análisis de la validez de la escala adaptada, por medio de un análisis factorial exploratorio, el cual tuvo como resultado dos factores ansiedad rasgo afirmativo y ansiedad rasgo negativo, que explican el 38.17% de la varianza total explicada.  Para identificar la confiabilidad del instrumento se dividió los resultados en 4 grupos, se logró identificar coeficientes de consistencias interna de alfa de Cronbach (89,82,89,91)

---

Fuente. Bazán (2021)

#### **Tabla 4.**

##### *Ficha técnica del Mobile Phone Problem Use Scale*

<b>Ficha técnica</b>	
<b>Nombre:</b>	Mobile Phone Problem Use Scale.
<b>Autor:</b>	Bianchi y Phillips (2005)
<b>Adaptación peruana:</b>	García Montero González Alonso
<b>Año de adaptación:</b>	2017
<b>Aplicación:</b>	18-25 años
<b>Administración:</b>	Individual y colectiva
<b>Dimensiones:</b>	Se logró identificar dos dimensiones: Incomunicación y falta de conexión.
<b>Ítems:</b>	27 ítems
<b>Tipo de escala y puntuación:</b>	Escala de tipo Likert: Casi Nunca = 1; Algunas Veces = 2; Frecuentemente = 3; Casi Siempre = 4.

<b>Duración</b>	No tiene tiempo de duración
<b>Validez y confiabilidad</b>	Validada mediante análisis factorial y confiabilidad de 0.778 mediante prueba piloto

---

Fuente. García (2017)

Ambos instrumentos han sido validados en Perú mediante el análisis factorial confirmatorio donde se determina que ambos son válidos para ser usados en el contexto peruano, el Inventario de Ansiedad Rasgo - Estado (IDARE) fue validado en la investigación Bazán (2021) mientras que el Mobile Phone Problem Use Scale fue validada en la investigación de García (2017).

Se llevó a cabo una prueba piloto con 30 estudiantes de la Universidad Nacional de Tumbes. Una vez recopilados los datos, estos fueron procesados y analizados, y se sometieron a la prueba alfa de Cronbach con el software IBM SPSS Statistics 23, cuyos resultados se presentan en el anexo 6.

El Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE) mostró una confiabilidad de 0.704, mientras que la escala Mobile Phone Problem Use Scale obtuvo una confiabilidad de 0.778, valores que se consideran adecuados según lo indicado por Caycho-Rodríguez (2017).

### **3.7. Análisis de datos**

Los resultados de la encuesta fueron procesados en Microsoft Excel 2023, armaron tablas de frecuencia con sus porcentajes de cada una de las variables y dimensiones, que fueron analizados en IBM SPSS Statistics 23. Se utilizó el coeficiente de Pearson para el análisis inferencial, ya que los datos cumplieron con el supuesto de normalidad (anexo 7). Además, se consideraron los rangos de relación establecidos por Martínez et al. (2009), donde una relación de 0,00 a 0,25 es escasa, de 0,26 a 0,50 es débil, de 0,51 a 0,75 es moderada, y de 0,76 a 1,00 es fuerte.

### **3.8. Aspectos éticos**

En la realización de esta investigación, se respetaron los principios éticos establecidos por el Colegio de Psicólogos del Perú (2017), se obtuvo la aprobación

de la universidad, facultad y escuela correspondientes. Los participantes recibieron un consentimiento informado, asegurándoles la confidencialidad de los datos y garantiza que su participación fuera voluntaria. Se siguieron rigurosamente las normativas éticas sobre el uso de información de investigaciones previas, para evitar el plagio y la falsificación de datos.

Además, la investigación se alineó con el Código Nacional de la Integridad Científica del CONCYTEC (2019), se destacaron los principios como la integridad, honestidad intelectual, objetividad, imparcialidad, veracidad, justicia, responsabilidad y transparencia. Estos principios aseguraron que la investigación se llevó a cabo de manera ética, transparente y con respeto hacia los participantes, lo que promueve resultados válidos y confiables.

El protocolo de investigación no ha pasado por un comité de ética de investigación debido a que la Untumbes no tiene activo este comité.

## IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

### 4.1. Resultados

En este capítulo se presentan los hallazgos resultantes del análisis de datos e información procesada en relación con los objetivos establecidos.

Respecto a la hipótesis general donde se planteó si: existe una relación significativa entre la ansiedad rasgo y la nomofobia, tenemos el siguiente resultado:

**Tabla 5.**

*Relación entre la ansiedad-rasgo y la nomofobia.*

		Nomofobia
	Coefficiente de correlación	0,846
Ansiedad – rasgo	Sig. (bilateral)	0,001
	N°	361

Nota: La correlación es significativa al nivel de 0,05.

En la tabla 5, se muestra la relación entre las variables Ansiedad-rasgo y Nomofobia, se obtuvo un coeficiente de Pearson de 0,846, lo que indica una relación fuerte y directa. Se aprueba la hipótesis de investigación.

Esto significa que a medida que aumentan los niveles de nomofobia, la ansiedad-rasgo en los universitarios también aumentaría proporcionalmente. La significancia de 0,001 con un intervalo de confianza del 95%, lo que permite rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis de investigación.

La primera hipótesis específica indicaba que existe un nivel alto de ansiedad rasgo, obtuvimos lo siguiente:

**Tabla 6.**

*Niveles de ansiedad-rasgo en los estudiantes.*

		Conteo	%
Ansiedad-Rasgo	Nivel bajo	91	25.07%
	Nivel medio	187	51.81%
	Nivel alto	83	23.12%
Total		361	100,00%

Fuente: Elaboración propia con datos obtenidos del Inventario de Ansiedad Rasgo- Estado (IDARE).

La Tabla 6 muestra que el 25.07% presenta un nivel bajo de ansiedad rasgo, el 51.81% un nivel medio y el 23.12% un nivel alto. Dado estos resultados donde la ansiedad tiene un nivel medio y alto que alcanza al 74 %, podemos aceptar la hipótesis específica 1. Es decir, la ansiedad rasgo presentó niveles altos.

La segunda hipótesis específica indicaba que existe un nivel alto de la dimensión de incomunicación de la nomofobia, obtuvimos lo siguiente:

**Tabla 7.**

*Niveles de nomofobia según la dimensión incomunicación en los estudiantes.*

		Conteo	%
Incomunicación	Nivel bajo	44	12.26%
	Nivel medio	247	68.52%
	Nivel alto	70	19.22%
Total		361	100,00%

Fuente: Elaboración propia con datos obtenidos del Mobile Phone Problem Use Scale.

La Tabla 7 mostró que el 12.26% de los participantes presenta un nivel bajo de incomunicación, el 68.52% un nivel medio y el 19.22% un nivel alto, Dado estos resultados donde la dimensión de incomunicación un nivel medio y alto que alcanza al 88 %, podemos aceptar la hipótesis específica 2. Es decir, la dimensión de incomunicación presentó niveles altos.

La hipótesis específica 3 planteó que existe un nivel alto de la dimensión de falta de conexión de la nomofobia. Por lo que obtuvimos lo siguiente:

**Tabla 8.**

*Niveles de nomofobia según la dimensión falta de conexión en los estudiantes.*

		Conteo	%
Falta de conexión	Nivel bajo	66	18.11%
	Nivel medio	258	71.59%
	Nivel alto	37	10.31%
Total		361	100,00%

Fuente: Elaboración propia con datos obtenidos del Mobile Phone Problem Use Scale.

En la Tabla 8 se muestran los niveles de nomofobia en la dimensión falta de conexión. El 18.11% de los estudiantes presenta un nivel bajo, el 71.59% un nivel medio y el 10.31% un nivel alto. Dado estos resultados donde la dimensión de falta de conexión un nivel medio y alto que alcanza al 82 %, podemos aceptar la hipótesis específica 3. Es decir, la dimensión de falta de conexión presentó niveles altos.

Respecto a la hipótesis específica 4 donde planteó que existe una relación directa significativa entre la ansiedad rasgo y la dimensión incomunicación, obtuvimos lo siguiente:

**Tabla 9.**

*Relación entre la Ansiedad-Rasgo y la dimensión de incomunicación de Nomofobia.*

		Ansiedad – rasgo
Incomunicación	Coefficiente de correlación	0,855
	Sig. (2-tailed)	0,001
	N	361

Nota: La correlación es significativa al nivel de 0,05.

En la tabla 9 se presenta la relación entre la ansiedad-rasgo y la dimensión de incomunicación de la Nomofobia. Se obtuvo un coeficiente de Pearson de 0,855 y una significancia de 0,001 con un intervalo de confianza del 95%, lo que permitió aceptar la hipótesis específica 4.

Respecto a la hipótesis específica 5 donde planteó una relación directa significativa entre la ansiedad rasgo y la dimensión falta de conexión obtuvimos lo siguiente:

**Tabla 10.**

*Relación entre la Ansiedad-Rasgo y la dimensión falta de conexión*

		Ansiedad – rasgo
	Coeficiente de correlación	0,709
Falta de conexión	Sig. (2-tailed)	0,009
	N	361

Nota: La correlación es significativa al nivel de 0,05.

Respecto a la dimensión de falta de conexión, se encontró un coeficiente de Pearson de 0,709, lo que indica una relación fuerte y directa. La significancia fue de 0,009 con un intervalo de confianza del 95%, lo que permite aceptar la hipótesis específica 5.

## 4.2. Discusión

Para responder la hipótesis general donde se planteó si: existe una relación significativa entre la ansiedad rasgo y la nomofobia, según los resultados de la investigación sobre la relación entre la ansiedad-rasgo y la nomofobia en los estudiantes de la Universidad Nacional de Tumbes revelaron hallazgos significativos. Se observó una fuerte correlación entre la ansiedad-rasgo y la nomofobia, con un coeficiente de 0,846, lo que sugiere que a medida que los niveles de nomofobia aumentan, también lo hace la ansiedad-rasgo en los estudiantes. Este vínculo fue confirmado con una significancia de 0,001, lo que rechaza la hipótesis nula y confirma la hipótesis de que existe una relación directa y significativa entre ambas variables. Los resultados obtenidos son coherentes con estudios recientes que han identificado una asociación significativa entre ansiedad y nomofobia. En particular, Daraj et al. (2023) y Karakurt et al. (2020) encontraron que la ansiedad es un predictor de la nomofobia en poblaciones jóvenes, señalando que los estilos de afrontamiento disfuncionales aumentan la vulnerabilidad a esta problemática. De igual manera, Bacusoy señaló que los déficits en el control emocional y la necesidad constante de interacción virtual intensifican la dependencia al teléfono móvil. En contextos similares, Tuco et al. (2023) hallaron que los adolescentes con alta ansiedad reportan mayores niveles de nomofobia, destacando el papel del entorno escolar como agente reforzador de la conectividad constante. La teoría de la ansiedad de Spielberger diferencia entre ansiedad estado y ansiedad rasgo, siendo esta última una disposición generalizada y estable a experimentar ansiedad en diversas situaciones. El hecho de que la ansiedad rasgo muestre una relación tan fuerte con la nomofobia sugiere que esta última no es únicamente una reacción situacional (ansiedad estado), sino que tiene raíces profundas en características disposicionales. Esto implica que la nomofobia puede ser más prevalente entre personas que tienden a responder con ansiedad frente a la incertidumbre, lo cual se ve exacerbado en contextos donde la conectividad constante es normativamente esperada.

Por su parte, Molina (2022) y Pizarro (2022) destacan cómo los factores familiares, académicos y psicológicos interactúan para dar forma a patrones de uso excesivo del celular, mientras que Quino (2020) enfatiza el impacto del entorno digital en la intensificación de la ansiedad en jóvenes universitarios. El modelo ecológico de

Bronfenbrenner (1979) permite interpretar la nomofobia como el resultado de una interacción dinámica entre el individuo y los múltiples niveles del entorno. En el microsistema, el uso del celular se ha incorporado como parte fundamental en las interacciones familiares, académicas y sociales. A nivel del ecosistema, las redes sociales y la cultura digital refuerzan la necesidad de estar permanentemente conectado. En el macrosistema, los valores contemporáneos ligados a la inmediatez, la hiperconectividad y la validación digital, pueden contribuir a una mayor vulnerabilidad emocional ante la desconexión. Así, individuos con alta ansiedad rasgo se ven doblemente expuestos: por su predisposición personal y por un entorno que refuerza constantemente el uso compulsivo del dispositivo.

Según el modelo transaccional del estrés y afrontamiento propuesto por Lazarus y Folkman (1984), la respuesta emocional al estrés es resultado de una evaluación cognitiva del entorno y de los recursos personales disponibles para afrontarlo. En este contexto, la nomofobia puede considerarse una respuesta de estrés psicológico ante la percepción de amenaza que representa la falta de acceso al teléfono móvil, el cual ha adquirido un rol funcional en la regulación emocional y la conexión social. Aquellos individuos con alta ansiedad rasgo, al evaluar de forma más amenazante situaciones ambiguas o de desconexión, tenderían a manifestar mayor malestar ante la ausencia del dispositivo, reforzando así la relación encontrada entre ambas variables.

Siguiendo con la primera hipótesis específica indicaba que existe un nivel alto de ansiedad rasgo. En cuanto a los niveles de ansiedad-rasgo, la mayoría de los estudiantes, el 51.81%, mostró un nivel medio, seguido por el 25.07% con un nivel bajo y el 23.12% con un nivel alto. Este patrón indica que la mayoría de los participantes tienen una predisposición moderada a experimentar ansiedad de manera general.

Los resultados obtenidos son consistentes con hallazgos previos en contextos similares. Rosales-Huamani et al. (2019), en su estudio con estudiantes universitarios, encontraron una prevalencia significativa de niveles medios y altos de ansiedad-rasgo, asociada al contexto académico exigente y a la presión social. De forma similar, Ramírez (2019) reportó que estudiantes con altos niveles de ansiedad rasgo presentan dificultades en la toma de decisiones y en el manejo del

tiempo, lo cual repercute negativamente en su desempeño académico. Quino (2020) también encontró que los estudiantes universitarios con ansiedad-rasgo alta tienden a percibir las tareas académicas como más amenazantes, lo que se traduce en estrategias de afrontamiento evitativas o poco efectivas. Por su parte, Molina (2022) evidenció que la ansiedad rasgo está vinculada con una mayor dependencia a las tecnologías digitales, especialmente como mecanismo de escape ante situaciones de estrés, lo cual sugiere que algunos estudiantes podrían estar desarrollando patrones de afrontamiento poco saludables.

Estos hallazgos son reforzados por Tuco et al. (2023), quienes identificaron que la ansiedad-rasgo es un predictor significativo de nomofobia, y que su presencia aumenta el riesgo de dependencia emocional hacia los dispositivos móviles. Asimismo, Karakurt et al. (2020) demostraron que los niveles elevados de ansiedad rasgo están asociados con un afrontamiento disfuncional y una mayor incidencia de síntomas depresivos y de ansiedad estado, lo cual coincide con los resultados del presente estudio, evidenciando la necesidad de intervenciones integrales.

De acuerdo con Spielberger (1983), la ansiedad-rasgo es una característica estable de la personalidad que predispone a los individuos a percibir numerosas situaciones como amenazantes, respondiendo con niveles elevados de ansiedad. En este sentido, el hecho de que más del 23% de los estudiantes evaluados presente un nivel alto de ansiedad-rasgo representa una preocupación, ya que indica una vulnerabilidad constante frente a situaciones académicas, sociales o personales, lo que podría incidir negativamente en su rendimiento, relaciones interpersonales y bienestar emocional general. Asimismo, el predominio del nivel medio entre los estudiantes concuerda con la distribución habitual de la ansiedad-rasgo en la población general, como lo plantea Spielberger. Sin embargo, los datos obtenidos resaltan la necesidad de implementar medidas preventivas y de intervención dirigidas a los estudiantes con niveles altos, dado que su capacidad de afrontamiento podría verse limitada por esta predisposición estable a experimentar ansiedad intensa.

Respecto a la segunda hipótesis específica indicaba que existe un nivel alto de la dimensión de incomunicación de la nomofobia se reveló que el 68.52% de los estudiantes presentó un nivel medio de ansiedad relacionado con la incapacidad de comunicarse por teléfono móvil. En menor medida, el 12.26% reportó un nivel bajo y el 19.22% un nivel alto, lo que indica que la mayoría tiene una relación moderada con el uso del teléfono en situaciones de incomunicación. Los hallazgos de este estudio se alinean con los resultados reportados por diversas investigaciones recientes. Sui et al. (2022) evidenciaron que la ansiedad derivada de la desconexión digital está estrechamente asociada con la sensación de pérdida de control y con dificultades en la autorregulación emocional, especialmente entre estudiantes universitarios. El modelo psicobiológico de la personalidad, propuesto por Cloninger (1987), permite comprender que ciertos rasgos temperamentales como la búsqueda de novedad, la dependencia de recompensa y la evitación del daño pueden predisponer a los individuos a manifestar respuestas emocionales intensas frente a la frustración o la incertidumbre. En este caso, los estudiantes con ansiedad alta ante la incomunicación podrían estar influenciados por rasgos de personalidad que los hacen más sensibles a la pérdida de control, a la ausencia de estímulos sociales o a la espera de recompensas inmediatas, como mensajes o llamadas. Desde esta perspectiva, el uso del celular no solo cumple una función instrumental, sino que también activa circuitos de refuerzo emocional y social que, al verse interrumpidos, desencadenan ansiedad en individuos con ciertas configuraciones temperamentales.

Del mismo modo, Tuco et al. (2023) y Daraj et al. (2023) encontraron que los estudiantes con ansiedad elevada relacionada con el uso del teléfono presentan estilos de afrontamiento evitativos, mayor dependencia emocional y síntomas asociados al malestar psicológico general. Estos estudios refuerzan la importancia de considerar la ansiedad móvil como una manifestación contemporánea de vulnerabilidad emocional en entornos altamente digitalizados.

Karakurt et al. (2020) resaltaron que el uso excesivo del teléfono móvil, motivado por la necesidad de regular emociones o mantenerse conectado, puede derivar en trastornos relacionados con la ansiedad y afectar la funcionalidad diaria del estudiante. Por su parte, Barraza y Chavira (2022) observaron que la desconexión

comunicativa genera un estado de alerta emocional, especialmente en estudiantes que perciben al teléfono como un recurso de apoyo constante. Asimismo, Pizarro (2022) y Ramírez (2019) coinciden en señalar que los altos niveles de ansiedad se relacionan con la dificultad para tolerar la incertidumbre y la necesidad de contacto social inmediato, factores que se han intensificado por la constante presencia del celular en la vida cotidiana. Finalmente, Quino (2020) expone que los estudiantes universitarios experimentan malestar significativo cuando se ven obligados a desconectarse, interpretando este hecho como una amenaza a su estabilidad emocional y social. Desde la teoría social cognitiva de Bandura (1986), se entiende que las conductas humanas están influenciadas por la interacción recíproca entre factores personales, conductuales y ambientales. En este sentido, la ansiedad ante la imposibilidad de comunicarse puede estar relacionada con bajas percepciones de autoeficacia emocional y social. Los estudiantes que consideran que su capacidad para mantener vínculos, solicitar ayuda o enfrentar situaciones depende del teléfono móvil pueden experimentar altos niveles de inseguridad cuando este medio no está disponible. Asimismo, la constante exposición a modelos sociales - pares y redes sociales- que refuerzan la necesidad de disponibilidad inmediata contribuye al reforzamiento de esta dependencia comunicacional.

Por tanto, la ansiedad identificada no solo responde a una necesidad individual, sino que está modelada por un contexto sociocultural en el cual la hiperconectividad y la inmediatez son valoradas, lo cual puede distorsionar la percepción de amenaza frente a la incomunicación temporal.

En la tercera hipótesis específica se planteó que existe un nivel alto de la dimensión de falta de conexión de la nomofobia, la mayoría de los estudiantes (71.59%) experimentó un nivel medio de ansiedad por la desconexión, mientras que el 18.11% tuvo un nivel bajo y el 10.31% un nivel alto, lo que sugiere que la ansiedad por desconectarse de las redes también es moderada en la mayoría de los casos. Desde la teoría de la autodeterminación propuesta por Deci y Ryan (1985), la necesidad de estar conectados puede interpretarse como una manifestación de la búsqueda de relación y conexión interpersonal, una de las tres necesidades psicológicas básicas, junto con la autonomía y la competencia. En este marco, la ansiedad que reportan los estudiantes cuando no pueden acceder a sus redes o

dispositivos puede entenderse como el resultado de una frustración de esta necesidad de relación, ya que el entorno digital se ha convertido en un medio primario para establecer y mantener vínculos sociales. La desconexión, por tanto, no solo implica ausencia de comunicación, sino también una percepción de aislamiento y exclusión, lo cual desencadena una respuesta emocional negativa. Este hallazgo coincide con lo planteado por Bacusoy (2022), quien señala que la dimensión de desconexión dentro de la nomofobia es una de las más relevantes, especialmente en poblaciones universitarias, donde los estudiantes reportan ansiedad intensa ante la posibilidad de no estar disponibles o de perder información importante. En un entorno académico y social donde la comunicación es instantánea, y donde la validación externa muchas veces se da a través de redes sociales, la dependencia de la conectividad se refuerza constantemente, generando un ciclo que puede desembocar en ansiedad crónica si no se gestiona adecuadamente.

Asimismo, desde la teoría de la personalidad de Eysenck, se puede interpretar que aquellos estudiantes que presentaron niveles altos de ansiedad por la desconexión poseen características asociadas al neuroticismo, es decir, una tendencia a experimentar emociones negativas de manera frecuente e intensa. Este rasgo de personalidad se asocia con una mayor sensibilidad al estrés, lo que explicaría por qué algunos individuos reaccionan de manera más ansiosa cuando pierden el acceso a sus dispositivos o se sienten desconectados del entorno digital. La ansiedad ante la desconexión podría entonces estar vinculada no solo con factores situacionales, sino también con disposiciones emocionales estables, que aumentan la reactividad emocional frente a la incertidumbre o la falta de control.

Desde la perspectiva de la teoría social cognitiva de Bandura, la ansiedad ante la desconexión también puede estar relacionada con bajas percepciones de autoeficacia, es decir, con la creencia de que el individuo no podrá afrontar con éxito situaciones sociales, académicas o personales sin el respaldo que proporciona el acceso digital. Bandura resalta que los comportamientos y emociones son moldeados por la interacción entre el entorno, el aprendizaje social y los factores personales. En este sentido, los estudiantes, al observar que sus pares están constantemente conectados y responden de forma inmediata,

internalizan la idea de que estar "fuera de línea" equivale a perder oportunidades, relaciones o información. Esta creencia puede generar un sentimiento de desventaja o amenaza, que se traduce en ansiedad cuando la conectividad se ve interrumpida.

De igual forma, investigaciones recientes respaldan estos resultados. Sui et al. (2022) encontraron que la ansiedad provocada por la desconexión está asociada con cambios en el estado de ánimo, deterioro de la concentración e incluso afectaciones en el sueño, especialmente en jóvenes universitarios expuestos continuamente al uso de redes sociales. Por su parte, Quino (2020) identificó que la percepción de exclusión o aislamiento digital es uno de los factores más relevantes en el desarrollo de la nomofobia, destacando que muchos estudiantes manifiestan temor a perder contacto con su entorno o quedar fuera de eventos importantes cuando no están conectados.

Para responder la cuarta hipótesis específica donde planteó que existe una relación directa significativa entre la ansiedad rasgo y la dimensión incomunicación. La relación entre ansiedad-rasgo e incomunicación fue muy fuerte ( $r = 0,855$ ,  $p = 0,001$ ). Estos resultados refuerzan la idea de que los niveles de ansiedad-rasgo están estrechamente relacionada con las dimensiones de la incomunicación en los estudiantes. Desde el enfoque de la teoría de la personalidad de Eysenck, es posible entender esta fuerte asociación a partir del neuroticismo, uno de los principales rasgos que, según el autor, predispone a los individuos a experimentar ansiedad, inseguridad emocional y alta reactividad ante situaciones estresantes. La relación estadística encontrada sugiere que aquellos estudiantes que presentan un mayor grado de rasgos ansiosos o inestabilidad emocional pueden ser más susceptibles al impacto de factores externos, como la hiperconectividad, la dependencia tecnológica o la desconexión social digital. Esto explicaría por qué la correlación entre nomofobia (o un componente relacionado) y ansiedad es tan alta: los rasgos de personalidad predisponen a un mayor grado de malestar psicológico ante contextos que limitan el acceso a fuentes de seguridad percibida, como los teléfonos móviles.

Desde la teoría social cognitiva de Bandura, esta correlación puede explicarse a través del constructo de autoeficacia percibida. Los estudiantes que experimentan

altos niveles de ansiedad ante la desconexión tecnológica probablemente presentan baja autoeficacia emocional y social, es decir, perciben que no pueden afrontar adecuadamente los desafíos cotidianos sin el respaldo de sus dispositivos. Bandura plantea que el comportamiento humano está determinado por la interacción entre factores personales, conductuales y ambientales. En este caso, el contexto universitario hiperconectado y socialmente exigente, combinado con creencias personales sobre la necesidad de estar siempre disponibles, puede reforzar la ansiedad cuando dicha disponibilidad se ve amenazada. Así, la fuerte correlación hallada entre las variables se explica no solo por un vínculo funcional, sino también por una interdependencia aprendida y mantenida por el entorno digital.

Por su parte, la teoría de la autodeterminación de Deci y Ryan plantea que el bienestar humano depende de la satisfacción de tres necesidades psicológicas básicas: autonomía, competencia y relación. La fuerte correlación obtenida podría interpretarse como una evidencia de que cuando una de estas necesidades en especial la de relación se ve comprometida por la desconexión digital, los niveles de ansiedad aumentan significativamente. Los estudiantes, al depender de los medios digitales para mantener sus interacciones sociales y académicas, pueden experimentar una sensación de aislamiento o pérdida de control al no tener acceso inmediato a dichos canales. Por tanto, el teléfono móvil no solo cumple una función instrumental, sino también simbólica, como vehículo de conexión interpersonal y seguridad emocional, y su ausencia se convierte en un disparador de ansiedad.

Estos resultados también se alinean con diversas investigaciones empíricas que han abordado esta temática en los últimos años. Quino (2020) encontró que los estudiantes universitarios manifiestan altos niveles de ansiedad asociados a la imposibilidad de conectarse a sus dispositivos móviles, especialmente en situaciones donde la interacción digital se ha convertido en el medio predominante para mantener vínculos sociales, acceder a recursos educativos y organizar la vida académica. De manera similar, Bacusoy (2022) identificó una relación significativa entre el uso compulsivo del teléfono móvil y los niveles de ansiedad generalizada, destacando que la desconexión tecnológica genera en los estudiantes una sensación de vulnerabilidad psicológica. El autor resalta que los jóvenes tienden a

desarrollar hábitos de dependencia digital emocional, lo cual coincide plenamente con la alta correlación obtenida en esta investigación.

Por su parte, Molina (2022) concluyó que existe una relación estrecha entre el uso intensivo de tecnologías móviles y el deterioro del bienestar emocional en estudiantes universitarios, especialmente en lo que respecta a la autorregulación emocional, el sueño y el estrés académico. Su estudio demuestra que la necesidad constante de mantenerse conectados afecta la salud mental y favorece la aparición de síntomas ansiosos, lo que sustenta el vínculo empírico encontrado en esta investigación.

Finalmente, para responder la quinta hipótesis específica donde planteó una relación directa significativa entre la ansiedad rasgo y la dimensión falta de conexión se encontró un coeficiente de Pearson de 0,709, lo que indica una relación fuerte y directa. La significancia fue de 0,009 con un intervalo de confianza del 95%, lo que permite aceptar la hipótesis específica 5. Desde la teoría social cognitiva de Bandura (1986), que sostiene que las emociones, creencias y comportamientos están estrechamente influenciados por la interacción entre el entorno, las experiencias previas y la autoeficacia percibida. En este sentido, la fuerte correlación encontrada puede deberse a que los estudiantes con baja percepción de autoeficacia frente a situaciones de desconexión tecnológica tienden a experimentar mayores niveles de ansiedad. La dependencia funcional y emocional del entorno digital refuerza la idea de que no contar con acceso constante a sus dispositivos afecta su capacidad para desenvolverse de forma adecuada, lo que se traduce en una mayor carga emocional.

Complementariamente, la teoría de la autodeterminación de Deci y Ryan (1985) proporciona otro marco de interpretación. Según estos autores, la satisfacción de tres necesidades psicológicas básicas -autonomía, competencia y relación- es esencial para el bienestar humano. La relación identificada en este estudio podría estar indicando que la frustración de la necesidad de relación, especialmente en un entorno académico y social donde la conectividad digital es esencial, contribuye significativamente al incremento de la ansiedad. La desconexión temporal puede ser interpretada como una amenaza a la conexión interpersonal, lo cual activa

respuestas emocionales negativas, especialmente en quienes han internalizado la disponibilidad constante como una norma social.

Por otra parte, desde la teoría de la ansiedad de Spielberger (1972), que distingue entre ansiedad como estado y ansiedad como rasgo, este resultado permite inferir que los estudiantes que presentan una mayor ansiedad rasgo (es decir, una tendencia estable a responder con ansiedad ante situaciones percibidas como amenazantes) son más propensos a desarrollar respuestas ansiosas en contextos relacionados con la desconexión o el uso de tecnologías. Así, la fuerte correlación hallada podría deberse a que la desconexión activa mecanismos emocionales intensos en individuos predispuestos, contribuyendo a generar un ciclo de respuesta ansiosa ante estímulos digitales cotidianos. Estos hallazgos están en consonancia con los resultados reportados por diversas investigaciones recientes. Quino (2020), en su estudio sobre nomofobia y ansiedad, encontró que los estudiantes universitarios muestran altos niveles de ansiedad frente a la imposibilidad de acceder a sus dispositivos móviles, lo cual afecta su estado emocional, su rendimiento académico y su percepción de seguridad. De manera similar, Bacusoy (2022) evidenció que existe una fuerte relación entre el uso compulsivo del celular, la dependencia digital y la aparición de síntomas ansiosos, destacando que la falta de conexión genera incomodidad, angustia e incluso síntomas físicos.

Asimismo, Molina (2022) encontró que los estudiantes con mayor exposición tecnológica tienden a desarrollar mayores niveles de ansiedad y estrés, especialmente en contextos donde la conectividad es limitada o interrumpida. Estos hallazgos refuerzan la interpretación de que la ansiedad vinculada al uso y desconexión de dispositivos móviles no es solo circunstancial, sino que responde a procesos psicológicos profundos, mediados por la percepción del entorno, los rasgos de personalidad y el grado de dependencia emocional hacia las tecnologías.

En síntesis, los resultados obtenidos en esta investigación respaldan teóricamente y empíricamente que existe una relación significativa y fuerte entre los factores estudiados.

Asimismo, una limitante es que el estudio no abordó de manera específica el impacto de la ansiedad-rasgo y la nomofobia en aspectos cruciales de la vida de los estudiantes, como su rendimiento académico y sus relaciones sociales. Si bien se identificaron correlaciones entre estas dos variables, no se exploró cómo estas condiciones afectan la vida cotidiana de los estudiantes.

Otra limitación relevante es el hecho de que el estudio se centró en una población de estudiantes jóvenes adultos universitarios. Dado que la nomofobia y la ansiedad-rasgo pueden manifestarse de manera diferente en otros grupos etarios, como adolescentes o personas mayores, los resultados del estudio no necesariamente se aplican a otros segmentos de la población.

Investigaciones como la de Yildirim y Correia (2015) han demostrado que la nomofobia puede afectar negativamente el rendimiento académico y la gestión del tiempo. Asimismo, Gezgin (2019) reportó variaciones notables en nomofobia según grupos etarios, lo que sugiere que los hallazgos de nuestro estudio en jóvenes adultos universitarios no necesariamente extrapolan a adolescentes o adultos mayores.

## V. CONCLUSIONES

1. La relación entre la ansiedad-rasgo y la nomofobia muestra una relación significativa y directa. Esto implica que a medida que los niveles de ansiedad-rasgo aumentan en los estudiantes, también lo hace la tendencia hacia la nomofobia, lo que sugiere que los estudiantes con mayor ansiedad en su personalidad pueden enfrentar más problemas relacionados con el uso excesivo del móvil.
2. De acuerdo la hipótesis específica uno se demuestra que existe niveles altos de ansiedad-rasgo en los estudiantes.
3. Con relación a la hipótesis específica dos, se concluyó que los estudiantes presentan niveles altos en la dimensión de incomunicación de la nomofobia.
4. Con respecto a la hipótesis específica tres, se comprobó que los estudiantes presentan niveles altos en la dimensión falta de conexión de la nomofobia.
5. En cuanto a la cuarta hipótesis específica, se concluyó que existe una relación fuerte y directa entre ansiedad rasgo y la incomunicación de la nomofobia.
6. Con respecto a la hipótesis específica cinco, se determinó que existe una relación significativa y directa entre la ansiedad-rasgo y la falta de conexión de la nomofobia.

## **VI. RECOMENDACIONES**

1. Considerando que existe una relación directa y alta de la ansiedad rasgo y nomofobia se sugiere a la Untumbes realizar intervenciones psicoterapéuticas a fin de disminuir la afectación en los estudiantes
2. Se sugiere al Vicerrector Académico a través de bienestar universitario implementar atención a los estudiantes que presentan niveles altos de nomofobia
3. Se recomienda a los responsables de Bienestar Universitario organizar talleres o espacios de orientación psicológica para fortalecer las habilidades de comunicación interpersonal entre los estudiantes que presentan indicadores de incomunicación.
4. Se aconseja a la Oficina de Comunicación e imagen institucional desarrollar campañas informativas sobre el uso responsable de los dispositivos móviles.
5. Se recomienda a los jefes de la Unidad de Investigación realizar Desarrollar proyectos de investigación y acción participativa, donde los estudiantes sean parte activa en la solución del problema
6. Se sugiere a las Facultades y Escuelas Profesionales incorporar en el currículo académico asignaturas o módulos transversales que aborden el desarrollo de competencias socioemocionales, incluyendo la gestión de la ansiedad, el uso consciente de la tecnología y la autorregulación emocional. Esta formación contribuiría al desarrollo integral del estudiante y al fortalecimiento de su bienestar psicológico a lo largo de su trayectoria universitaria.

## VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bacusoy Muñoz, J. R. (2020). La nomofobia y su relación en los trastornos psicosociales en los estudiantes de enfermería. Universidad Estatal Península de Santa Elena 2020. [Tesis de pregrado]. Universidad Estatal Península de Santa Elena, 2020. <https://repositorio.upse.edu.ec/handle/46000/5577>
- Barraza, A., & Chavira, M. G. (2022). Nomofobia (miedo a perder el celular) y su relación con tres variables sociodemográficas. *Perspectivas en Psicología*, 19(1),23-36.  
<http://perspectivas.mdp.edu.ar/revista/index.php/pep/article/view/568>
- Bazán Izquierdo, L. C. B. (2021). Adaptación, validez y fiabilidad del inventario ansiedad rasgo-estado para adultos de la ciudad de Trujillo. *Revista de investigación en psicología*, 24(1), 101-116.  
<https://doi.org/10.15381/rinvp.v24i1.20614>
- Brown, V.M., Price, R. & Dombrovski, A.Y. (2023) Anxiety as a disorder of uncertainty: implications for understanding maladaptive anxiety, anxious avoidance, and exposure therapy. *Cognitive, Affective, & Behavioral Neuroscience*. 23(1), 844–868. <https://doi.org/10.3758/s13415-023-01080-w>
- Çakmak Tolan, Ö., & Karahan, S. (2022). The Relationship between Nomophobia and Depression, Anxiety and Stress Levels of University Students. *International Journal of Psychology and Educational Studies*, 9(1), 115-129.  
<https://dx.doi.org/10.52380/ijpes.2022.9.1.559>
- Carcelén-García, S., Narros-González, M. J., & Galmes-Cerezo, M. (2023). Digital vulnerability in young people: gender, age and online participation patterns. *International Journal of Adolescence and Youth*, 28(1), 2287115.  
<https://doi.org/10.1080/02673843.2023.2287115>

- Caycho-Rodríguez, T. (2017). Intervalos de Confianza para el coeficiente alfa de Cronbach: aportes a la investigación pediátrica. *Acta pediátrica de México*, 38(4), 291-292. <https://doi.org/10.18233/apm38no4pp291-2941440>
- Chen, Z. (2024). Exploring the application scenarios and issues facing Metaverse technology in education. *Interactive Learning Environments*, 32(5), 1975-1987. <https://doi.org/10.1080/10494820.2022.2133148>
- Colegio de psicólogos del Perú. (2017). Código de ética y Deontología. <https://www.cpsp.pe/codigo-de-etica-y-deontologia>
- Cloninger, C. R. (Ed.). (1999). *Personality and psychopathology*. American Psychiatric Association.
- Daraj, L. R., AlGhareeb, M., Almutawa, Y. M., Trabelsi, K., & Jahrami, H. (2023). Systematic Review and Meta-Analysis of the Correlation Coefficients between Nomophobia and Anxiety, Smartphone Addiction, and Insomnia Symptoms. *Healthcare* 11(14), 2066. <https://www.mdpi.com/2227-9032/11/14/2066>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268. [https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104\\_01](https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01)
- Dieguez, T. (2022). Trait Anxiety in the Workplace: A Job Demands-Resources Perspective" (2022). [Tesis de doctorado] Florida Institute of Technology <https://repository.fit.edu/etd/241>
- Eysenck, H. J. (1967). *The Biological Basis of Personality*. Springfield, MA: C. C, Thomas.
- Fernández, M., García, I., Portero, S., & Cebrino, J. (2021). Nivel de ansiedad en estudiantes universitarios. *Nure investigación*(112). [https://openurl.ebsco.com/EPDB%3Aqcd%3A4%3A6792324/detailv2?sid=ebsco%3Aplink%3Ascholar&id=ebsco%3Aqcd%3A151458157&crl=c&link\\_origin=None](https://openurl.ebsco.com/EPDB%3Aqcd%3A4%3A6792324/detailv2?sid=ebsco%3Aplink%3Ascholar&id=ebsco%3Aqcd%3A151458157&crl=c&link_origin=None)

- García, A. (2017). Ansiedad-Rasgo y uso problema de celular en estudiantes de psicología de Lima Metropolitana. [Tesis de pregrado]. Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas. <http://hdl.handle.net/10757/621917>
- Gidron, Y. (2020). Trait Anxiety. In M. D. Gellman (Ed.), *Encyclopedia of Behavioral Medicine* (pp. 2255-2256). Springer International Publishing. [https://doi.org/10.1007/978-3-030-39903-0\\_1539](https://doi.org/10.1007/978-3-030-39903-0_1539)
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (Vol. 6). México: McGraw-Hill.
- Juárez, L. (2021). *Nivel de nomofobia y su relación con la ansiedad en estudiantes de enfermería de la Universidad Andina del Cusco, 2023*. [Tesis de pregrado]. Universidad Andina del Cusco. <https://hdl.handle.net/20.500.12557/6028>
- Karaoglan Yilmaz, F. G., Ustun, A. B., Zhang, K., & Yilmaz, R. (2024). Smartphone Addiction, Nomophobia, Depression, and Social Appearance Anxiety Among College Students: A Correlational Study. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 42(2), 305-321. <https://doi.org/10.1007/s10942-023-00516-z>
- Karakurt, N., Durmaz, H., & Oral, M. (2020). Investigation of the relationship between nomophobia and anxiety among undergraduate health sciences students. *Samsun Sağlık Bilimleri Dergisi*, 5(2), 157–165. <https://doi.org/10.47115/jshs.807665>
- Kaur, G., Kaur, P., & Kaur, S. (2021). *Anxiety trait prevalence among Indian university students*. *Asian Journal of Psychiatry*, 60, 102–109. [https://doi.org/10.4103/ijsp.ijsp\\_39\\_20](https://doi.org/10.4103/ijsp.ijsp_39_20)
- Kaviani, F., Robards, B., Young, K. L., & Koppel, S. (2020). Nomophobia: Is the Fear of Being without a Smartphone Associated with Problematic Use? *Revista internacional de investigación ambiental y salud pública*, 17(17), 6024. <https://www.mdpi.com/1660-4601/17/17/6024>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.

- León-Mejía, A. C., Gutiérrez-Ortega, M., Serrano-Pintado, I., & González-Cabrera, J. (2021). A systematic review on nomophobia prevalence: Surfacing results and standard guidelines for future research. *PLOS ONE*, *16*(5), e0250509. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0250509>
- Liang, Y. (2024). Attachment Anxiety and Nomophobia: A Moderated Parallel Mediation Model. *Psychological Reports*, *1*(1). <https://doi.org/10.1177/00332941241226907>
- Liyanage, S., Saqib, K., Khan, A. F., Thobani, T. R., Tang, W.-C., Chiarot, C. B., AlShurman, B. A., & Butt, Z. A. (2022). Prevalence of Anxiety in University Students during the COVID-19 Pandemic: A Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *19*(1), 62. <https://doi.org/10.3390/ijerph19010062>
- Martínez, R. M., Tuya, L. C., Martínez, M., Pérez, A., & Cánovas, A. M. (2009). El Coeficiente de Correlación de los rangos de Spearman caracterización. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*, *8*, 0-0. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1729-519X2009000200017&nrm=iso](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-519X2009000200017&nrm=iso)
- Medina, G. d. C., & Veytia, M. G. (2022). El impacto de la adicción al celular o nomofobia en estudiantes universitarios: caso de dos universidades mexicanas. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, *6*(1), 2123-2138. [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v6i1.1639](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i1.1639)
- Molina, L. (2022). Ansiedad, estrés y nomofobia en estudiantes de educación técnico-productiva de Lima-2021. [Tesis de pregrado]. Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/81353>
- Nater, U. M. (2021). Recent developments in stress and anxiety research. *Journal of Neural Transmission*, *128*(9), 1265-1267. <https://doi.org/10.1007/s00702-021-02410-3>
- Huerta Ojeda, Á. H., Barahona-Fuentes, G., Maliqueo, S. G., Serrano, P. C., & Marholz, P. O. J. C. d. P. d. D. (2020). Efectos de un programa de Zumba® sobre niveles de ansiedad-rasgo, ansiedad-estado y condición física en

estudiantes universitarias chilenas: Programa de Zumba® sobre niveles de ansiedad. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 20(3), 1–14. <https://doi.org/10.6018/cpd.412371>

Ortega Germosén, G., Bello-Castillo, I., & Sánchez-Vincitore, L. (2023). Cyberchondria during the COVID-19 pandemic: Its relationship with health anxiety, state anxiety and trait anxiety. *Revista Interamericana de Psicología*, 57(2), e1726. <https://doi.org/10.30849/ripijp.v57i2.1726>

Pérez, G., Rubio, L., Medina, B., & Buedo, C. (2021). Smartphone Abuse Amongst Adolescents: The Role of Impulsivity and Sensation Seeking [Original Research]. *Frente. Psicología*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.746626>

Pérez, R., Rodríguez, D., Colquepisco, N., & Enríquez, R. (2021). Consecuencias de la nomofobia en adolescentes: una revisión sistemática. *Conrado*, 17, 203-210. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1990-86442021000400203&nrm=iso](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442021000400203&nrm=iso)

Pizarro Mercado, J. A. (2022). Relación entre nomofobia y ansiedad en estudiantes universitarios de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco (Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco). Repositorio Institucional UNSAAC. <https://repositorio.unsaac.edu.pe/handle/UNSAAC/XXXX>

Quino Huamani, J. N. (2020). Relación entre la ansiedad y el uso problemático del celular en estudiantes adolescentes del Centro Preuniversitario Bryce, Arequipa 2020. [Tesis de pregrado]. Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/10944>

Ramírez Rodríguez, A. A. (2019). La nomofobia en alumnas de secundaria del programa vacacional de la IE Argentina del Cercado de Lima, periodo 2019. [Tesis de pregrado]. Universidad Inca Garcilaso de la Vega. <https://hdl.handle.net/20.500.11818/4479>

Rodríguez-García, A. Moreno-Guerrero, A. López, J. (2020). Nomophobia: An Individual's Growing Fear of Being without a Smartphone—A Systematic

Literature Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(2), 580. <https://doi.org/10.3390/ijerph17020580>

Rosales-Huamani, J.A., Guzman-Lopez, R.R., Aroni-Vilca, E.E., Matos-Avalos, C.R. y Castillo-Sequera, J.J. (2019). Determining symptomatic factors of nomophobia in Peruvian Students from the National University of Engineering. *Applied Sciences*, 9(9), 1814. <https://doi.org/10.3390/app9091814>

Safaria, T., Probowati Rahayu, Y., & Rahaju, S. (2024). "Oh my phone, I can't live without you": A phenomenological study of nomophobia among college students. *Qualitative Research Journal*, ahead-of-print(ahead-of-print). <https://doi.org/10.1108/QRJ-06-2023-0092>

Saviola, F., Pappaianni, E., Monti, A., Grecucci, A., Jovicich, J., & De Pisapia, N. (2020). Trait and state anxiety are mapped differently in the human brain. *Scientific Reports*, 10(1), 1-11. <https://doi.org/10.1038/s41598-020-68008-z>

Skapinakis, P. (2023). *Spielberger State-Trait Anxiety Inventory*. In: Maggino, F. (eds) *Encyclopedia of Quality of Life and Well-Being Research*. Springer, Cham. [https://doi.org/10.1007/978-3-031-17299-1\\_2825](https://doi.org/10.1007/978-3-031-17299-1_2825)

Spielberger, C. D. (1972). *Anxiety: Current trends in theory and research*. Elsevier.

Spytska, L. (2023). Psychological trauma and its impact on a person's life prospects. *Scientific Bulletin of M. Lukachevich State University. Series "Pedagogy and Psychology"*, 9(3), 82-90. <https://doi.org/10.52534/msu-pp3.2023.82>

Sui, W., Munn, J., & Irwin, J. D. (2024). Exploring and predicting Canadian university students' trait anxiety and nomophobia during COVID-19. *International Journal of Health Promotion and Education*, 62(5), 428-440. <https://doi.org/10.1080/14635240.2022.2065514>

Tapia, P., & Vivanco, A. (2023). *Ansiedad y autoconcepto en estudiantes universitarios de psicología de una universidad privada de Arequipa*. [Tesis de pregrado]. Universidad Católica de Santa María. <https://hdl.handle.net/20.500.12920/13235>

- Taschereau-Dumouchel, V., Michel, M., Lau, H., Hofmann, S. G., & LeDoux, J. E. (2022). Putting the “mental” back in “mental disorders”: a perspective from research on fear and anxiety. *Molecular Psychiatry*, 27(3), <https://doi.org/10.1038/s41380-021-01395-5>
- Taylor-Jackson, J., & Moustafa, A. A. (2020). The relationships between social media use and factors relating to depression. *The nature of depression*, 171-182. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-817676-4.00010-9>
- Thakur, V. (2024). Nomophobia and its Relation with Personality, Social Anxiety, and Stress Among Young and Middle-Aged Adults. *International Journal of Interdisciplinary Approaches in Psychology*, 2(8), 260: 344-260: 344. <https://www.psychopediajournals.com/index.php/ijiap/article/view/519>
- Tomczyk, Ł., & Selmanagic Lizde, E. (2022). Nomophobia and Phubbing: Wellbeing and new media education in the family among adolescents in Bosnia and Herzegovina. *Children and Youth Services Review*, 137, 106489. <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2022.106489>
- Tuco, A. M., Rodríguez-Alarcón, J. F., Pastor, C. M., & Cabrera, J. (2023). Prevalencia de la nomofobia en estudiantes universitarios: una revisión sistemática y metaanálisis. *Revista Científica de la Universidad de Ciencias Aplicadas*, 11(2), 1–14. <https://doi.org/10.37711/revista.v11n2a1>
- Udayanga, S. (2021). Problematic Internet Use, Nomophobia, and Social Media Addiction. In *The Palgrave Handbook of Global Social Problems* (pp. 1-24). Springer International Publishing. [https://doi.org/10.1007/978-3-030-68127-2\\_6-1](https://doi.org/10.1007/978-3-030-68127-2_6-1)
- Villasís-Keever, M. Á., & Miranda-Navales, M. G. (2016). El protocolo de investigación II: los diseños de estudio para investigación clínica. *Revista Alergia México*, 63(1), 80-90. <https://doi.org/10.29262/ram.v63i1.163>
- Yildirim, C., & Correia, A.-P. (2015). Exploring the dimensions of nomophobia: Development and validation of a self-reported questionnaire. *Computers in Human Behavior*, 49, 130–137. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.02.059>

# **ANEXOS**

Anexo 1. Matriz de consistencia.

Título: *Ansiedad-rasgo y nomofobia en estudiantes de la Universidad Nacional de Tumbes, 2024*

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLE / DIMENSIÓN	METODOLOGÍA
<p><b>1. Problema General.</b></p> <p>¿Cuál es la relación que existe entre la ansiedad-rasgo y nomofobia en estudiantes de una universidad pública de Tumbes, 2024?</p> <p><b>1. Problemas Específicos.</b></p> <p>2.1. ¿Cuál es el nivel de ansiedad-rasgo que presentan los estudiantes de una universidad pública de Tumbes, 2024?</p> <p>2.2. ¿Cuál es el nivel de nomofobia en estudiantes de una universidad pública de Tumbes, 2024?</p> <p>2.3. ¿Cuál es el nivel de la dimensión de incomunicación en</p>	<p><b>1. Objetivo General</b></p> <p>Determinar la relación que existe entre la ansiedad-rasgo y nomofobia en estudiantes de una universidad pública de Tumbes, 2024.</p> <p><b>2.- Objetivos Específicos.</b></p> <p>2.1. Identificar los niveles de ansiedad-rasgo en estudiantes de la Universidad Nacional de Tumbes, 2024.</p> <p>2.2. Identificar los niveles de la dimensión incomunicación de la nomofobia en estudiantes de la Universidad Nacional de Tumbes, 2024.</p> <p>2.3. Identificar los niveles de la dimensión falta de</p>	<p><b>1.Hipótesis General.</b></p> <p>Existe una relación significativa entre la ansiedad-rasgo y nomofobia en universitarios de una universidad pública de Tumbes, 2024.</p> <p><b>2.Hipótesis Específicas.</b></p> <p>2.1. Los niveles de ansiedad-rasgo son altos en estudiantes de la Universidad Nacional de Tumbes, 2024</p> <p>2.2. La dimensión incomunicación de la nomofobia tiene niveles altos en estudiantes de la Universidad Nacional de Tumbes, 2024.</p> <p>2.3. La dimensión falta de conexión de la nomofobia tiene niveles altos en los estudiantes</p>	<p><b>1. Variable</b></p> <p>La relación que existe entre la ansiedad-rasgo, en estudiantes de una universidad pública de Tumbes, 2024.</p> <p><b>Dimensiones:</b></p> <p>1. Ansiedad Rasgo.</p> <p><b>1.Variable.</b></p> <p>La nomofobia en estudiantes de una universidad pública de Tumbes, 2024.</p> <p><b>Dimensiones:</b></p> <p>1.Incomunicación. 2.Falta de conexión</p>	<p><b>Enfoque.</b> Cuantitativo.</p> <p><b>Tipo.</b> Descriptivo. Explicativo.</p> <p><b>Diseño.</b> No experimental</p> <p><b>Población</b> 5809 Estudiantes de la Universidad Nacional de Tumbes.</p> <p><b>Muestra:</b> 361 estudiantes.</p> <p><b>Tipo de muestreo.</b> Probabilístico-Estratificado.</p> <p><b>Técnica</b> La encuesta.</p> <p><b>Instrumento.</b> El cuestionario.</p> <p><b>Estadística inferencial:</b> Correlación de Pearson.</p>

---

estudiantes de una universidad pública de Tumbes, 2024?

2.4. ¿Cuál es el nivel de la dimensión de falta de conexión en estudiantes de una universidad pública de Tumbes, 2024?

conexión de la nomofobia en estudiantes de la Universidad Nacional de Tumbes, 2024.

2.4. Establecer la relación entre la variable ansiedad-rasgo y la dimensión incomunicación de la variable nomofobia en estudiantes de la Universidad Nacional de Tumbes, 2024.

2.5. Establecer la relación entre la variable ansiedad-rasgo y la dimensión falta de conexión de la variable nomofobia en estudiantes de la Universidad Nacional de Tumbes, 2024.

de la Universidad Nacional de Tumbes.

2.4. Existe relación directa significativa entre la ansiedad – rasgo y la dimensión de incomunicación de la nomofobia en estudiantes de la Universidad Nacional de Tumbes.

2.5 Existe relación directa significativa entre la ansiedad – rasgo y la dimensión de falta de conexión de la nomofobia en estudiantes de la Universidad Nacional de Tumbes.

---

Anexo 2. Matriz operacional de variables.

Título: *Ansiedad-rasgo y nomofobia en estudiantes de la Universidad Nacional de Tumbes, 2024*

Variable de definición conceptual	Variable definición operacional	Dimensiones		Instrumento	Niveles	Puntajes	Ítems	Unidad de análisis
		Definición Conceptual						
<p><b>La ansiedad – rasgo.-</b> hace referencia a las características de la personalidad de cada individuo que hacen que este sea más o menos propenso a padecer estados de ansiedad rasgo, definida como una propensión ansiosa estable que hace percibir a las personas y las situaciones como amenazadoras, se eleva así la ansiedad (Murillo, Colomer, &amp; Herrera, 2016).</p>	<p>Esta variable se medirá a través del Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE) el cual está compuesto por 20 afirmaciones, presenta dos escalas por separado (Ansiedad-Estado, Ansiedad-Ansiedad Rasgo).</p>	<p><b>Ansiedad-Estado</b></p> <p>Estado o condición emocional.</p>		<p>Inventario de Ansiedad Rasgo o Estado (IDARE).</p>	<p>Manera positiva</p>	<p><b>60</b></p>	<p><b>13 ítems</b></p> <p>(ítems 22, 23, 24, 25, 28, 29, 31, 32, 34, 35, 37, 38 y 40).</p>	<p>Personas mayores a 17 años y menores a 35 de una universidad pública del distrito de Tumbes.</p>
		<p><b>Ansiedad-Rasgo</b></p> <p>Propensión de ejecutar conductas de tipo ansiosas por parte del individuo.</p>			<p>Manera negativa</p>			

---

<p><b>Nomofobia.-</b> Es el miedo irracional a no tener acceso al móvil. (Pascual &amp; Castelló, 2020).</p>	<p>Se evaluará la dimensión de nomofobia con la escala Mobile Phone Problem Use Scale conformada por un total de 27 ítems.</p>	<p>Uso problema del celular</p>	<p>Escala Phone Use Scale</p>	<p>Mobile Problem</p>	<p>Uso problema del celular</p>	<p><b>0-270</b></p>	<p><b>27</b></p>	<p>Personas mayores a 17 años y menores a 35 de una universidad pública del distrito de Tumbes.</p>
--	--	---------------------------------	-------------------------------	-----------------------	---------------------------------	---------------------	------------------	---

---

### Anexo 3. Autorización de la investigación



**“Año de la recuperación y consolidación de la economía peruana”**

Tumbes, 16 de enero de 2025

**CARTA N° 003-2025/UNTUMBES-R.**

Señor.  
**JEFER J. VICENTE GONZALES**  
Estudiante del Programa de Psicología  
Presente .-

**ASUNTO : AUTORIZACIÓN DE PERMISO**

**REFERENCIA :** a) OFICIO N° 016-2025/UNTUMBES-VRACAD  
b) SOLICITUD, de fecha 06 de enero de 2025.

De mi especial consideración:

Es grato dirigirme a usted para saludarlo cordialmente y a la vez, en atención a los documentos de la referencia, el suscrito **AUTORIZA** a usted, para que realice la aplicación de su cuestionario, respecto a su investigación titulada "Ansiedad rasgo y nomofobia en estudiantes de la universidad nacional de tumbes 2024". Debiendo presentar la presente, ante las dependencias de esta Universidad, para que le brinde las facilidades del caso.

Sin otro particular, aprovecho la oportunidad para reiterarle los sentimientos de mi especial deferencia y estima personal.

Atentamente,

  
**UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES**  
**Dr. Enrique Edison Benites Juárez**  
**RECTOR**

C.c.  
Archivo  
EEBJ/Rector

Anexo 4. Inventario de Ansiedad Rasgo Estado (IDARE).

**Instrucciones:** Algunas expresiones que la gente usa para describirse aparecen abajo. Lea cada frase y marque la frase que indique como se siente generalmente, habitualmente.

No	Vivencias	Casi nunca	Algunas veces	Frecuentemente	Casi siempre
21	Me siento mal				
22	Me canso rápidamente				
23	Siento ganas de llorar				
24	Quisiera ser tan feliz como otras personas parecen ser				
25	Pierdo oportunidades por no poder decidirme				
26	M siento descansado				
27	Soy una persona tranquila, serena y sosegada				
28	Siento que las dificultades se me amontonan al punto de no poder superarlas				
29	Me preocupo demasiado por cosas sin importancia				
30	Soy feliz				
31	Tomo las cosas muy a pecho				
32	Me falta confianza en mi mismo				
33	Me siento seguro				
34	Trato de sacarle el cuerpo a las crisis y dificultades				
35	Me siento melancólico				
36	Me siento satisfecho				
37	Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente				
38	Me afectan tanto los desengaños que no me los puedo quitar de la cabeza				
39	Soy una persona estable				
40	Cuando pienso en los asuntos que tengo entre manos me tenso y alterado				

Anexo 5. Instrumento Mobile Phone Problem Use Scale

**Mobile Phone Problem Use Scale – Adaptación Española**

*adaptada por Olatz López-Fernández, María Luisa Honrubia-Serrano y Montserrat Freixa-Blanxart (2012)*

Instrucciones: A continuación, se presentan distintas frases en relación al uso del celular. Lee cada frase y marca con una X que tan cierta es la frase con respecto a tu vida cotidiana. Se te pide tu más sincera respuesta, debido a que no existen respuestas correctas ni incorrectas. Gracias por tu colaboración.

1: No es cierto en lo absoluto ←—————→ 10: totalmente cierto

Ítem	Enunciado	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Nunca tengo tiempo suficiente para el celular.										
2	Cuando me he sentido mal he utilizado el celular para sentirme mejor.										
3	Empleo mi tiempo con el celular, cuando debería estar haciendo otras cosas y esto me causa problemas.										
4	He intentado ocultar a los demás el tiempo que dedico a hablar con el celular.										
5	El uso del celular me ha quitado horas de sueño.										
6	He gastado más de lo que debía o podía pagar.										
7	Cuando no estoy localizable me preocupo con la idea de perderme alguna llamada.										
8	A veces, cuando estoy al teléfono y estoy haciendo algo más, me dejo llevar por la conversación y no presto atención a lo que estoy haciendo.										
9	El tiempo que paso en el celular se ha incrementado en los últimos 12 meses.										
10	He usado el celular para hablar con otros cuando me sentía sol/a o aislado/a.										
11	He intentado pasar menos tiempo con el celular, pero soy incapaz.										
12	Me cuesta apagar el celular.										
13	Me noto nervioso/a si paso tiempo sin consultar mis mensajes o si no he conectado el celular.										
14	Suelo soñar con el celular.										
15	Mis amigos y familia se quejan porque uso mucho el celular.										
16	Si no tuviera celular, a mis amigos les costaría ponerse en contacto conmigo.										
17	Mi rendimiento ha disminuido a consecuencia del tiempo que paso con el celular.										
18	Tengo molestias que se asocian al uso del celular.										
19	Me veo enganchado/a al celular más tiempo de lo que me gustaría.										
20	A veces preferiría usar el celular que tratar otros temas más urgentes.										
21	Suelo llegar tarde cuando quedo porque estoy enganchado/a al celular cuando no debería.										
22	Me pongo de mal humor si tengo que apagar el celular en clases, comidas o en el cine.										
23	Me han dicho que paso demasiado tiempo con el celular.										
24	Más de una vez me he visto en un apuro porque mi celular ha empezado a sonar en una clase, cine o teatro.										
25	A mis amigos/as no les gusta que tenga el celular apagado.										
26	Me siento perdido/a sin el celular.										

*Anexo 6. Consentimiento informado.*

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

La presente investigación elaborada por el alumno Jefer Jair Vicente Gonzales, del IX ciclo de Psicología de la Universidad Nacional de Tumbes, como parte de su tesis de licenciatura, la cual lleva como título “Ansiedad-rasgo y nomofobia en estudiantes de la Universidad Nacional de Tumbes, 2024”.

En el marco de ejecución de la misma, tengo que realizar algunas actividades como la aplicación de dos instrumentos, Escala de Ansiedad Rasgo del Inventario de Ansiedad Rasgo Estado, Mobile Phone Proble Use Scale – Adaptación Española, de esta manera, los datos recogidos servirán para la elaboración de mi investigación.

La información obtenida será analizada e interpretada con el fin de responder a las preguntas planteadas en la investigación. Durante todo el proceso el autor de la investigación; los datos obtenidos se trabajarán bajo estricta confidencialidad y anonimato salvaguardando su identidad e integridad.

Estos datos no serán utilizados más que para fines del objetivo principal de la evaluación.

Si usted accede a participar de la presente investigación, se le solicitará que conteste dos cuestionarios de manera sincera; este procedimiento tendrá una duración aproximada de 20 a 25 minutos.

Acepto participar voluntariamente en la investigación (Marca con una X)

SI	<input type="checkbox"/>
NO	<input type="checkbox"/>

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

DNI:

Anexo 7. Confiabilidad de los instrumentos

Inventario de Ansiedad Estado (IDARE)

Se realizó una prueba piloto con 50 estudiantes de Universidad Nacional de Tumbes. De los cuales obtuvimos los siguientes resultados:

ENCUESTADOS	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20
E1	1	2	1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	2	2	1	2	1	2	1	2
E2	1	1	2	1	2	2	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1	2	2	2
E3	2	1	1	2	1	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	1
E4	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1	2	1	2	1	2
E5	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1
E6	2	2	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	1	2	2	1
E7	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2
E8	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	2	1	2	1	2	1	1	1
E9	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	2	2	2
E10	2	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	2	2	2	1	2	1	2	1	1
E11	2	2	1	1	2	1	2	1	1	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2
E12	1	1	2	2	1	2	1	1	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1	1
E13	2	2	2	2	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	2	1	2	1	1	1
E14	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	1	2	1
E15	2	2	1	2	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2
E16	2	2	1	1	1	2	2	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1
E17	2	1	2	1	2	2	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	1
E18	4	2	1	1	4	1	3	4	1	4	2	2	2	4	3	4	3	4	4	2
E19	1	1	2	1	3	4	4	1	3	3	1	2	3	1	4	1	3	2	2	1
E20	1	3	2	1	4	3	3	4	3	4	1	1	2	3	1	1	4	3	3	4
E21	4	4	4	4	1	4	1	1	2	3	4	1	2	1	3	2	3	3	1	1
E22	1	1	3	3	3	4	4	1	2	1	2	2	1	2	1	2	3	2	4	2
E23	3	2	4	3	3	3	4	2	3	3	1	1	1	2	2	1	1	4	1	3
E24	2	3	3	4	4	4	2	2	4	4	1	1	3	3	2	2	4	3	2	1
E25	1	4	3	3	1	4	1	1	3	4	3	3	4	2	3	4	3	2	2	3
E26	3	3	3	2	1	4	3	4	4	1	2	2	2	3	2	3	3	4	4	4
E27	3	3	4	2	2	4	1	4	1	2	1	1	2	1	4	2	3	3	2	3
E28	2	3	4	1	4	3	4	3	1	4	1	2	1	3	3	1	1	3	3	4
E29	3	3	4	4	4	1	1	4	1	4	3	3	3	2	4	3	4	3	2	4
E30	2	4	1	3	3	3	3	2	4	3	2	1	2	4	4	4	1	2	4	3

### Inventario de Ansiedad Rasgo (IDARE)

ENCUESTADOS	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20
E1	1	1	1	1	2	1	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	2	1	1	2
E2	2	1	1	1	2	1	2	2	1	2	1	1	2	2	2	1	2	2	1	2
E3	1	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	1	2	1	2	1
E4	1	1	2	2	1	2	1	1	1	2	1	1	2	2	1	2	1	1	2	2
E5	1	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2
E6	1	2	1	2	2	1	1	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	1
E7	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2
E8	1	2	1	1	1	2	2	2	1	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	2
E9	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	2	2	2	1	2
E10	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	2	1	2	2	2
E11	2	1	1	1	1	2	1	2	2	1	2	1	1	2	1	1	2	2	1	1
E12	2	2	1	1	1	2	2	1	2	1	1	2	1	2	2	1	1	2	1	2
E13	1	1	2	2	1	2	1	1	1	2	2	1	2	2	1	1	2	1	1	2
E14	1	1	1	2	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	2	2	1	2	1	1
E15	1	1	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2
E16	2	2	1	1	1	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	1	1	1
E17	1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	1	1	1	2	1	1
E18	1	3	3	1	2	1	3	2	1	2	1	3	4	2	1	1	1	3	2	3
E19	1	4	2	3	4	4	3	3	1	4	4	2	3	2	4	4	4	3	3	2
E20	2	1	1	4	2	4	2	1	2	3	2	3	3	4	4	2	3	4	3	4
E21	4	4	1	2	1	3	1	2	4	3	2	4	4	1	3	1	3	4	2	3
E22	1	1	1	2	3	1	4	3	3	3	3	1	1	2	3	3	4	1	3	4
E23	4	4	1	3	3	1	4	4	2	3	3	1	3	1	1	1	3	2	4	3
E24	3	3	2	3	3	3	1	1	1	2	2	3	1	1	3	1	2	4	3	4
E25	2	3	2	1	4	3	1	1	2	1	4	1	4	4	1	2	4	2	4	4
E26	2	3	4	4	4	1	4	2	4	3	3	4	1	2	3	3	1	2	1	3
E27	3	1	1	3	2	2	1	3	1	4	2	3	2	4	3	4	2	3	2	3
E28	4	1	2	4	4	1	3	4	1	3	2	1	1	4	4	3	3	1	2	2
E29	4	3	2	1	2	1	2	3	1	2	4	4	4	2	3	1	4	4	1	4
E30	3	2	4	1	3	4	2	4	2	4	2	2	2	4	1	3	4	4	4	4

### Mobile Phone Problem Use Scale

ENCUESTADOS	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24	P25	P26
E1	4	2	2	2	1	3	1	1	4	3	5	5	4	3	2	5	2	5	5	5	4	1	2	2	3	5
E2	4	7	5	7	6	9	7	1	7	6	9	3	6	2	1	4	8	5	4	3	4	10	3	6	4	4
E3	4	8	2	4	9	2	9	1	5	10	8	8	9	1	7	8	4	10	1	4	1	10	10	5	4	5
E4	2	9	6	3	7	1	9	8	2	3	7	8	9	3	6	4	10	6	10	2	3	2	7	5	1	10
E5	4	1	1	5	4	9	4	4	10	3	9	8	10	9	2	10	8	7	10	4	10	5	10	8	5	9
E6	3	3	1	3	5	10	5	10	9	10	7	3	9	8	10	1	8	3	7	3	9	10	5	7	6	8
E7	2	8	1	8	1	4	8	8	3	5	3	5	10	9	5	9	10	10	9	4	6	2	3	5	9	8
E8	3	1	4	10	1	1	6	9	6	6	7	7	3	3	9	5	3	10	2	4	5	10	7	4	9	4
E9	3	10	6	2	3	8	4	8	7	6	4	5	5	6	3	10	1	8	4	6	7	6	9	6	3	5
E10	10	7	10	5	3	1	7	4	2	9	1	8	9	5	8	3	4	8	1	6	9	7	8	10	3	3
E11	5	10	9	6	6	5	1	4	2	3	5	9	5	9	4	10	3	10	6	9	6	6	3	4	4	10
E12	10	1	7	2	8	2	10	5	5	5	4	5	3	6	6	9	6	8	5	6	5	3	10	6	7	2
E13	8	7	7	10	4	6	7	10	4	4	5	10	1	2	7	7	10	7	10	5	5	8	3	2	7	8
E14	2	2	10	8	2	7	1	2	3	9	5	5	9	10	2	6	2	9	8	5	5	1	6	4	4	6
E15	6	3	7	7	9	6	5	1	7	2	8	2	9	9	9	4	5	2	10	9	7	5	4	7	1	9
E16	4	1	9	9	7	1	4	9	5	1	10	10	5	2	4	9	2	10	9	4	3	9	8	10	6	2
E17	2	10	1	7	6	5	2	2	3	9	9	2	6	1	8	2	6	2	5	3	8	8	1	9	9	3
E18	3	8	5	3	5	8	9	2	4	2	10	10	8	7	1	10	5	7	5	9	8	9	5	5	7	6
E19	4	6	2	5	10	10	3	8	6	1	2	3	10	6	10	7	10	10	10	9	4	7	6	8	3	9
E20	8	9	10	7	3	3	4	8	1	3	4	7	8	1	2	6	5	5	5	1	5	10	7	5	4	3
E21	10	4	3	10	2	4	2	8	10	1	1	8	6	8	8	4	3	4	9	10	10	8	6	4	4	1
E22	5	6	7	7	1	9	6	8	8	9	2	5	8	5	8	6	7	1	10	9	10	5	9	9	7	10
E23	4	4	10	2	3	8	8	1	8	6	3	6	1	10	7	10	4	7	2	6	6	3	10	3	5	1
E24	8	7	8	8	1	3	5	2	3	4	6	4	7	2	3	10	6	5	8	7	3	6	10	2	9	3
E25	10	10	8	3	1	9	2	1	7	9	3	5	3	4	3	9	8	8	1	4	2	3	1	1	1	10
E26	4	7	6	7	2	3	9	9	7	1	2	10	1	1	5	3	1	4	10	9	5	9	1	5	7	2
E27	7	3	1	4	6	4	5	3	5	6	10	7	4	8	7	5	5	6	5	5	1	8	7	8	8	1
E28	5	4	1	4	1	2	5	5	3	1	2	2	1	2	3	1	1	5	1	5	4	5	2	3	3	5
E29	2	3	3	4	4	4	5	4	4	4	5	4	2	1	4	3	4	1	5	5	4	5	5	4	5	5
E30	5	4	2	1	2	3	4	3	4	5	2	2	5	4	2	4	2	3	1	1	2	3	3	3	1	3

Con estos resultados obtenemos los siguientes datos para aplicar la fórmula:

$$\alpha = \frac{K}{K - 1} \left[ 1 - \frac{\sum S_i^2}{S_T^2} \right]$$

Donde:

k: Número de ítems del instrumento

$\sum_{i=1}^k S_i^2$ : Sumatoria de las varianzas de los ítems

$S_T^2$ : Varianza total del instrumento

	V1	V1D1	V1D2	V2	V2D1	V2D2
Coefficiente de confiabilidad del cuestionario	<b>0.704</b>	<b>0.658</b>	<b>0.692</b>	<b>0.778</b>	<b>0.675</b>	<b>0.652</b>
Número de ítems del instrumento	40	20	20	27	8	7
Sumatoria de las varianzas de los ítems.	3.53	1.39	0.34	0.39	0.66	2.14
Varianza total del instrumento.	44.94	6.78	0.84	0.85	1.04	17.63

Anexo 8. Prueba de normalidad.

		Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	sig
Ansiedad	Estado	0.990	361	0.061
	Rasgo	0.987	361	0.082
Nomofobia	Incomunicación	0.988	361	0.095
	Falta de conexión	0.986	361	0.089

Los valores de significancia (**Sig.**) en ambas variables son mayores a 0.05 para todas las variables, lo que indica que no se rechaza la hipótesis nula de normalidad.

Entonces decimos que la muestra sigue una distribución normal y se usará una prueba para métrica (Coeficiente de correlación de Pearson).

Anexo 9. Acta de aprobación de informe de tesis.



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES**  
**FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES**  
**ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**



*"Año de la recuperación y consolidación de la economía peruana"*

Tumbes 14 de junio del 2025

**INFORME N°012-2025/UNTUMBES-FACSO-IT-MASL**

Dra.

DIANA MIRANDA YNGA

Decana de la Facultad de Ciencias Sociales

Universidad Nacional de Tumbes

Tumbes

Asunto : **INFORME DE APROBACIÓN DE INFORME DE TESIS**

Es propicia la oportunidad para saludarla y alcanzar a su despacho el ACTA de evaluación del INFORME de Tesis titulado: **"ANSIEDAD-RASGO Y NOMOFOBIA EN ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES, 2024"**, de autoría de JEFER JAIR VICENTE GONZALES, cuya revisión se desarrolló el día 14/06/2025 a las 9:00 horas, los miembros del jurado nombrado por **RESOLUCIÓN No 046 -2024/ UNTUMBES-FACSO-D**, mediante una reunión colegiada en la sala Zoom con link de acceso: <https://zoom.us/j/95367452294?pwd=eG5KdjlYSO1Vcm5nVXRuczBF5kRvZz09>, hemos revisado el informe de tesis y luego de la revisión, se dictamina que está lista para ser sustentado por la tesista.

Es cuanto informo a usted, aprovecho la ocasión para testimoniarle los sentimientos de mi consideración.

Atentamente,

**Dr. Miguel Angel Saavedra López**  
Presidente del Jurado Evaluador

Se adjunta ACTA de evaluación

Cc.

Archivo



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES  
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**



*"Año de la recuperación y consolidación de la economía peruana"*

**ACTA DE EVALUACION DE INFORME DE TESIS**

En la ciudad de Tumbes el día 14/06/2024 a las 9:00 horas, los miembros del jurado mediante una reunión colegiada en la sala Zoom con link de acceso <https://zoom.us/j/95367452294?pwd=eG5kdjlySOlVcm5nVXRuczBFSXRvZz09>: hemos revisado el levantamiento de observaciones al informe de tesis titulado: **"ANSIEDAD-RASGO Y NOMOFOBIA EN ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES, 2024"**, de autoría de JEFER JAIR VICENTE GONZALES, al respecto los miembros del jurado nombrado por **RESOLUCIÓN N° 046-2024/UNTUMBES-FACSO-D. Integrado por** Dr. Miguel Angel Saavedra López (presidente), Mg. Eladio Vladimir Quintana Sandoval (secretario) y Dra. Eva Matilde Rhor García-Godos (vocal), dan su conformidad y por tanto se eleva al decanato con la programación de fecha de sustentación, para el día lunes 16 de junio del 2025, a las 9:00 horas.

Sin otro particular en virtud de lo actuado, firman los presentes

Atentamente,

Dr. Miguel Angel Saavedra López  
Presidente de Jurado

Mg. Eladio Vladimir Quintana Sandoval  
Secretario

Dra. Eva Matilde Rhor García-Godos  
Vocal

C.c.  
Archivo  
interesada.