

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



Adicción a los smartphones y estrés académico en adolescentes de una  
institución educativa del distrito de Zarumilla, Tumbes 2024

TESIS

Para optar el título profesional de licenciado en psicología

Autor:

Mateo Fernando Manuel Vílchez Zapata

TUMBES, 2025

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



Adicción a los smartphones y estrés académico en adolescentes de una  
institución educativa del distrito de Zarumilla, Tumbes 2024

Tesis aprobada en forma y estilo por:

Dr. Miguel Angel Saavedra López (presidente).

Mg. Gloria Elizabeth Iman Tineo (secretario).

Dr. Alexander Ordinola Luna (vocal).

Los suscritos declaramos que el informe de tesis es original en su  
contenido y forma

Tumbes, 2025

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



Adicción a los smartphones y estrés académico en adolescentes de una  
institución educativa del distrito de Zarumilla, Tumbes 2024

Los suscritos declaramos que el proyecto de tesis es original en su  
contenido y forma

Vílchez Zapata Mateo Fernando Manuel (Autor)

Código ORCID: 0000-0001-9031-8052

Dr. Alexander Ordinola Luna (Asesor)

Código ORCID: 0000-0002-5954-4788

Tumbes, 2025

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES**

**FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES**

**ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

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

**ACTA DE SUTENTACIÓN DE TESIS**

En Tumbes, en el día uno del mes de julio del dos mil veinticinco, siendo las diez horas, en el auditorio de la Facultad de Ciencias Sociales de la Escuela Profesional de Psicología en 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° 365-2024/UNTUMBES-FACSO-D, Dr. Miguel Ángel Saavedra López (Presidente), Mg. Gloria Elizabeth Imán Tineo (Secretario), y Dr. Alexander Ordinola Luna (Vocal), reconociendo en la misma resolución además, al Dr. Alexander Ordinola Luna como asesor se procedió a evaluar, calificar y deliberar la sustentación de la tesis, titulada: “ADICCIÓN A LOS SMARTPHONES Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL DISTRITO DE ZARUMILLA, TUMBES 2024”, para optar el Título de Licenciado, del Programa Profesional de Psicología, presentado por:

**Br. MATEO FERNANDO MANUEL VÍLCHEZ ZAPATA.**

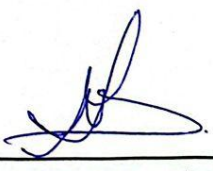
Concluida la sustentación y absueltas las preguntas, por parte del sustentante y después de la deliberación, el jurado según el artículo 75. del Reglamento de Tesis para Pregrado y Posgrado de la Universidad Nacional de Tumbes, declara al Br. Mateo Fernando Manuel Vilchez Zapata. aprobado por unanimidad, con calificativo de bueno.


Consecuencia, queda expedita para continuar con los trámites correspondientes a la obtención del título profesional de Licenciado del Programa Profesional de 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 once horas y cero minutos del mismo día, se dio por concluida la ceremonia académica, procediendo a firmar el acta en presencia del público.

Tumbes, 01 de julio del 2025.

  
\_\_\_\_\_  
Dr. Miguel Angel Saavedra López  
CODIGO ORCID 0000-0003-4913-933X

  
\_\_\_\_\_  
Mg. Gloria Elizabeth Iman Tineo  
CODIGO ORCID 0000-0003-3364-039X

  
\_\_\_\_\_  
Dr. Alexander Ordinola Luna  
CODIGO ORCID 0000-0002-5954-4788

# Informe de tesis: Adicción a los smartphones y estrés académico en adolescentes de una institución educativa del distrito de Zarumilla, Tumbes 2024

por MATEO FERNANDO MANUEL VILCHEZ ZAPATA

---

**Fecha de entrega:** 11-jul-2025 08:06a. m. (UTC-0500)

**Identificador de la entrega:** 2668178399

**Nombre del archivo:** PARA\_TURNITIN\_-\_VILCHEZ\_ZAPATA.docx (147K)

**Total de palabras:** 12723

**Total de caracteres:** 69958



Dr. Alexander Ortizols Lanza  
ORCID: 0000-0002-5964-4708  
ASESOR


Informe de tesis: Adicción a los smartphones y estrés académico en adolescentes de una institución educativa del distrito de Zarumilla, Tumbes 2024

INFORME DE ORIGINALIDAD

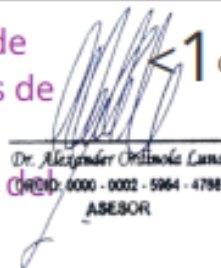
<b>20%</b> INDICE DE SIMILITUD	<b>20%</b> FUENTES DE INTERNET	<b>11%</b> PUBLICACIONES	<b>12%</b> TRABAJOS DEL ESTUDIANTE
-----------------------------------	-----------------------------------	-----------------------------	---------------------------------------

FUENTES PRIMARIAS

<b>1</b>	<b>hdl.handle.net</b> Fuente de Internet	<b>4%</b>
<b>2</b>	<b>repositorio.untumbes.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>2%</b>
<b>3</b>	<b>Submitted to Universidad Nacional de Tumbes</b> Trabajo del estudiante	<b>2%</b>
<b>4</b>	<b>repositorio.ucv.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>2%</b>
<b>5</b>	<b>repositorio.unfv.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>6</b>	<b>repositorio.autonoma.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>7</b>	<b>ru.dgb.unam.mx</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>8</b>	<b>renati.sunedu.gob.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>9</b>	<b>dspace.ups.edu.ec</b> Fuente de Internet	<b>&lt;1%</b>
<b>10</b>	<b>alicia.concytec.gob.pe</b> Fuente de Internet	<b>&lt;1%</b>
<b>11</b>	<b>Submitted to Universidad Cesar Vallejo</b> Trabajo del estudiante	<b>&lt;1%</b>

  
 Dr. Alexander Ordoñez Luna  
 ORCID: 0000-0002-5964-4798  
 ASESOR

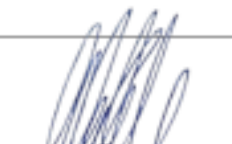
12	eugenioespejo.unach.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
13	repositorio.upeu.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
14	Submitted to Universidad Tecnológica Centroamericana UNITEC Trabajo del estudiante	<1 %
15	prezi.com Fuente de Internet	<1 %
16	Submitted to Universidad Nacional Federico Villarreal Trabajo del estudiante	<1 %
17	Submitted to Universidad Anahuac México Sur Trabajo del estudiante	<1 %
18	Agurto Céspedes, Edita Del Pilar. "Relación entre las habilidades socioemocionales y el nivel de expresión oral de los estudiantes de primer grado del nivel primario de la I.E. Mallaritos - año 2022", Universidad Católica los Ángeles de Chimbote (Peru) Publicación	<1 %
19	Submitted to Corporación Universitaria Iberoamericana Trabajo del estudiante	<1 %
20	Submitted to Universidad Autónoma de Chile Trabajo del estudiante	<1 %
21	Landio Apaza, Mario Feliciano. "Riesgo de adicción a redes sociales en estudiantes de nivel secundario de la IE Inmaculada de Curahuasi 2021.", Universidad Nacional del Altiplano de Puno (Peru) Publicación	<1 %

  
 Dr. Alejandro Ordóñez Luna  
 ORCID: 0000-0002-5964-4798  
 ASESOR

22	Submitted to Universidad Peruana Los Andes Trabajo del estudiante	<1 %
23	repositorio.unprg.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
24	Submitted to Universidad San Ignacio de Loyola Trabajo del estudiante	<1 %
25	Submitted to uncedu Trabajo del estudiante	<1 %
26	repositorio.pedagogica.edu.co Fuente de Internet	<1 %
27	docslide.us Fuente de Internet	<1 %
28	repositorio.upn.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
29	Submitted to Universidad Autonoma del Peru Trabajo del estudiante	<1 %
30	cris.cientifica.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
31	repositorio.utelesup.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
32	dspace.ucuenca.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
33	moam.info Fuente de Internet	<1 %
34	1library.co Fuente de Internet	<1 %
35	repositorio.continental.edu.pe Fuente de Internet	<1 %

  
 Dr. Alexander Cristóbal Luna  
 ORCID: 0000 - 0002 - 5964 - 4798  
 ASESOR

36	Submitted to Fundacion Universitaria Konrad Lorenz Trabajo del estudiante	<1 %
37	Gavilano De La Cruz, Jesus Angel. "Nomofobia y rendimiento académico en integrantes de la banda de música escolar de la Institución Educativa Secundaria Emblemática Telesforo Catacora de Juli 2023 ", Universidad Nacional del Altiplano de Puno (Peru) Publicación	<1 %
38	Submitted to Universidad Señor de Sipan Trabajo del estudiante	<1 %
39	repositorio.usmp.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
40	Submitted to Universidad Privada del Norte Trabajo del estudiante	<1 %
41	repositorio.puce.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
42	repositorio.uladech.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
43	repositorio.upao.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
44	www.researchgate.net Fuente de Internet	<1 %

  
 Dr. Alexander Ortízola Llama  
 ORCID: 0000 - 0002 - 5964 - 4798  
 ASESOR

## RESPONSABLES

Br. Vílchez Zapata Mateo Fernando Manuel



---

Dr. Ordinola Luna Alexander



---

## DEDICATORIA

A mis amados padres, Manuel y Ana, por su amor incondicional, apoyo constante y sacrificios que me han permitido llegar hasta aquí. Su fortaleza, sabiduría y confianza en mí han sido la luz que me ha guiado en cada paso de este camino. Gracias por ser mi motor y por enseñarme el verdadero valor de la perseverancia.

A mi adorada abuela Liduvina, quien con su cariño y sus enseñanzas ha marcado mi vida de una manera única. Esta tesis también es un homenaje a la huella imborrable que ha dejado en mi corazón.

A mis hermanas Daniuska, Adriana, Mandira y Sophia por llenarme de vida con cada abrazo y sonrisa que me regalan, siempre seré afortunado de verlas crecer.

Con todo mi amor y gratitud para ustedes, los quiero mucho.

## **AGRADECIMIENTO**

A mi alma mater, Universidad Nacional de Tumbes, por acogerme durante estos años de formación académica y hacer de mí, un profesional capacitado al servicio de la comunidad.

A las autoridades de la Institución Educativa Zarumilla, por brindarme las facilidades para recolectar los datos que hicieron posible esta investigación.

A mi asesor Dr. Alexander Ordinola Luna, por su apoyo y confianza depositada en mí, por todas las reuniones brindadas en las que se aclararon mis dudas y se corrigieron los pequeños sesgos durante mi investigación.

A mi profesora Dra. Marilú Elena Barreto Espinoza, quien a través de sus enseñanzas contribuyó a mi formación como profesional.

## ÍNDICE DE CONTENIDO

DEDICATORIA.....	XI
AGRADECIMIENTO.....	XII
RESUMEN .....	XVI
ABSTRACT .....	XVII
I. INTRODUCCIÓN .....	18
II. REVISIÓN DE LITERATURA .....	23
III. MATERIALES Y MÉTODOS .....	39
3.1 Tipo y diseño de investigación .....	39
3.2. Hipótesis y definición de variables .....	40
3.2.1. Hipótesis .....	40
3.2.2. Definición conceptual y operacional de las variables .....	40
3.3. Población, muestra y muestreo.....	41
3.5. Técnicas e instrumentos de recolección de información.....	43
3.6. Plan de procesamiento y análisis de datos .....	46
3.7. Consideraciones éticas .....	47
IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN .....	50
4.1. Resultados .....	50
4.2. Discusión .....	55
V. CONCLUSIONES.....	59
VI. RECOMENDACIONES .....	60
VII. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS .....	61

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Distribución de los estudiantes según año académico, cantidad de estudiantes y edad .....	41
Tabla 2. Relación entre la adicción a los smartphones y el estrés académico en los estudiantes de una institución educativa, Tumbes 2024 .....	50
Tabla 3. Niveles de adicción a los smartphones en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de la I.E Zarumilla, Tumbes 2024 .....	51
Tabla 4. Nivel de estrés académico en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de la I.E Zarumilla, Tumbes 2024 .....	52
Tabla 5. Relación entre adicción al smartphone y las dimensiones de estrés académico en los estudiantes de la I.E Zarumilla, Tumbes 2024 .....	54

## ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1. Matriz de consistencia.....	76
Anexo 2. Matriz de operacionalización de variables .....	78
Anexo 3. Instrumento de dependencia al móvil – TDM.....	81
Anexo 4. Ficha técnica del test de dependencia al móvil – TDM .....	83
Anexo 5. Proceso de validez y/o confiabilidad del test de dependencia al móvil – TDM .....	84
Anexo 6. Instrumento de estrés académico – SISCO .....	87
Anexo 7. Ficha técnica del test de estrés académico – SISCO .....	90
Anexo 8. Proceso de validez y confiabilidad del test de estrés académico – SISCO....	91
Anexo 9. Consentimiento Informado .....	94
Anexo 10. Asentimiento Informado .....	95
Anexo 11. Resolución de designación de jurado .....	96
Anexo 12. Resolución de aprobación de proyecto .....	98
Anexo 13. Validación por juicio de expertos.....	100

## RESUMEN

El presente estudio ejecutado y titulado como adicción a los smartphones y estrés académico en adolescentes de una institución educativa del distrito de Zarumilla, Tumbes 2024, el objetivo fue determinar la relación entre dichas variables de estudio. Este estudio fue de tipo básico, descriptivo – correlacional, con enfoque cuantitativo, de diseño no experimental y corte transversal; en la cual los estudiantes de tercero, cuarto y quinto año de secundaria fueron la población de estudio, seleccionando una muestra de 250 hombres y mujeres mediante muestreo no probabilístico por conveniencia, obteniendo de manera previa a la aplicación de los cuestionarios el consentimiento y asentimiento respectivo. Para la medición de variables se empleó el test de dependencia al móvil (TDM) y el cuestionario de SISCO de estrés académico. Los resultados, determinan que el nivel de adicción a los smartphones se encuentra en un nivel leve con un porcentaje mayoritario de 53.6%. En la variable de estrés académico, en la mayoría porcentual de 69.2% se ubican en un nivel moderado. Finalmente, se identificó relación significativa entre la adicción al smartphone y las dimensiones de estrés académico en los estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de la institución educativa del distrito de Zarumilla. Como conclusión, se indica que existe una correlación positiva moderada de 0.373 entre las variables de estudio. Siendo así que, a mayor adicción al teléfono móvil, mayor son las probabilidades de que los adolescentes padezcan de estrés académico.

Palabras Clave: Adicción, smartphones, estrés académico, adolescentes.

## **ABSTRACT**

The present study, executed and titled "Smartphone Addiction and Academic Stress in Adolescents at an Educational Institution in the Zarumilla District, Tumbes 2024," aimed to determine the relationship between these study variables. This research was basic, descriptive-correlational, with a quantitative approach, non-experimental design, and cross-sectional. Third-, fourth-, and fifth-year high school students were the study population. A sample of 250 men and women was selected through non-probability convenience sampling. Consent and assent were obtained prior to administering the questionnaires. The Mobile Dependence Test (MDT) and the SISCO Academic Stress Questionnaire were used to measure these variables. The results show that the level of smartphone addiction is mild, with a majority percentage of 53.6%. Regarding the academic stress variable, the majority percentage, 69.2%, is at a moderate level. Finally, a significant relationship was identified between smartphone addiction and academic stress dimensions among third-, fourth-, and fifth-grade secondary school students at the Zarumilla district school. In conclusion, a moderate positive trade-off of 0.373 was found between the study variables. Thus, the greater the mobile phone addiction, the greater the likelihood that adolescents will suffer from academic stress.

Keywords: Addiction, smartphones, academic stress, adolescents.

## I. INTRODUCCIÓN

Si bien es cierto, el smartphone ha tomado mucha relevancia en el acontecer diario de los seres humanos, dada su capacidad de poder conectarse a internet de manera fácil y rápida, con precios cada vez más económicos, y con la facilidad de poder hacer fotos y videos, así como ingresar a numerosas aplicaciones, ya sea para poder comunicarse, compartir o buscar cierta información de interés. Todo ello lo convierte en una gran herramienta que permite la conexión entre dos o más personas o como uso para el entretenimiento; algo fundamental en la vida de los jóvenes (Cuesta y Cuesta, 2020).

Actualmente el uso de los smartphones pasó a ser una necesidad indispensable, ya sea en el trabajo, para comunicarnos, los estudios, la socialización, actividades de recreación o incluso para generar amistades, relaciones sentimentales o sexuales mediante aplicativos instalados en estos dispositivos y que se actualizan periódicamente para cumplir con las exigencias que los usuarios necesitan. Estos avances tecnológicos han conllevado a que las personas obvien algunas actividades cotidianas para dedicarle más tiempo al smartphone (Campos y Lino, 2023).

La Organización Mundial de la Salud (OMS), determina que la población joven comprendida entre 14 y 17 años, en un 20% de ella crean dependencia a las pantallas tecnológicas, tales como el TV, los video juegos, tablets o móviles. Teniendo como resultado dificultades en el sueño, cambios en las horas de comer. Mas aun, el uso descontrolado de los smartphones, también está perjudicando a personas mayores de 18 años, y según estadísticos el 77% de la población mundial expresa el temor al no encontrarse haciendo uso continuo del smartphone (Campos y Lino, 2023).

El uso de los teléfonos inteligentes, que cada vez son más sofisticados, genera versatilidad, intimidad, y accesibilidad inmediata, convirtiéndose en un potencial adictivo (Rengifo, 2021). Por otro lado, permite dar respuesta a las necesidades laborales, recreativas, académicas, comerciales, sociales, y gestión de tiempo, mediante múltiples plataformas virtuales, ofreciendo una mejoría temporal en el bienestar y la salud mental (Cuesta y Cuesta, 2020).

Luy et al. (2020), destacan que, en los últimos 10 años, las nuevas tecnologías han influido en la vida de las personas, provocando transformaciones en su existencia y en el funcionamiento de la sociedad, lo que afecta la forma en que las personas se desplazan, trabajan y se relacionan. Esto se refleja en cómo se maneja, comparte y guarda la información, aprovechando los múltiples medios y herramientas disponibles en los tiempos actuales. Los adolescentes son quienes dedican más tiempo y utilizan internet de distintas maneras, ya sea a través de computadoras, smartphones, juegos on-line o redes sociales. Por ello, es fundamental considerar la repercusión que estos avances tecnológicos pueden tener en el desarrollo personal de los usuarios.

En la década actual, se puede entablar una conversación con otra persona, sin limitarse por la hora y desde cualquier lugar del mundo, gracias a los móviles inteligentes o los llamados comúnmente smartphones; aclarando que hace 22 años atrás, comprendidos entre los 90 y 2000, era imposible. A nivel mundial se calculan más de 6 mil millones de individuos que poseen y utilizan los smartphones, y se presume que para el 2028 sean más de 7.7 mil millones, además que esta totalidad un 90% serán adultos (Rengifo, 2021).

Los datos de otras investigaciones revelan que una persona utiliza el teléfono con una duración de 3 a 5 horas, 2 de cada 10 usuarios revisan su móvil cada 2 o 3 minutos, y la mitad de todos ellos lo miran varias veces en el lapso de una hora (Aldana et al., 2021).

Los jóvenes no persisten en el uso de sus smartphones, aun sabiendo que su uso descontrolado les está llevando a dificultades sociales o problemas interpersonales, tales como la deserción de sus estudios, o incumplimiento de obligaciones escolares, laborales o de su propio hogar. Bajo este contexto se lanza la mirada al rol que están cumpliendo los padres, especialistas y educadores en labor de educandos y control del uso positivo del móvil (Critikián y Núñez, 2021).

La afectación en el desarrollo académico, social y familiar; se puede definir como consecuencias del “uso problemático del móvil”, tales pueden verse reflejadas en la pérdida del tiempo, dificultades para conciliar el sueño, falta de control, cambios conductuales negativos, aislamiento, bajo rendimiento, etc (Aldana, 2021).

En la actualidad, una de las preocupaciones principales que afrontan las instituciones educativas es el cómo poder intervenir en la adicción de sus estudiantes a los móviles o smartphones (AS). No obstante, en vez de desarrollar estrategias, deberían analizar la definición exacta de la adicción, sus causas y sus consecuencias. Los smartphones se han vuelto herramientas esenciales para la mayoría de las personas, especialmente para los adolescentes, quienes enfrentan un riesgo mayor de desarrollar adicción a estos dispositivos (García et al., 2022).

Un estudio realizado en el departamento de Arequipa, Piura y Lima, se obtuvo el resultado que los estudiantes universitarios en un 86.9 presentaban estrés académico en escala de media a alta. Debido a estos niveles de estrés las consecuencias que les acarreaban eran cuadros de depresión, irritabilidad, cuadros ansiosos, úlceras y otras afectaciones tanto psicológicas como físicas; siendo afectado el buen estado de salud y el rendimiento académico de los estudiantes (Montoya y Sandoval, 2021).

De la misma manera, las dificultades emocionales tales como la procrastinación académica, la dependencia emocional y la dependencia al móvil, generan mayores niveles de estrés académico; es decir que el individuo puede percibir ciertas situaciones como muy exigentes y las estrategias que se adoptan como medio de protección suelen ser desadaptativas, generando un mayor episodio de angustia y de deficiencias en el trabajo para lograr sus objetivos (Montoya y Sandoval, 2021).

Enfocándome en la etapa adolescente, recordamos que estos individuos atraviesan una etapa de evolución constante, donde es bastante notoria la evolución física, emocional, social y cognitiva; en la cual se sienten con la capacidad de tomar decisiones propias, ofrecer compromisos y buscar su propio espacio. Es en esta etapa de vida donde se presentan de manera muy marcada los cambios biológicos, cognitivos y psicosociales; que requieren de buenas oportunidades y apoyo a largo plazo para esta generación (Cuzco, 2022).

Soria (2018), refiere que lo antes mencionado como parte de las características propias de la etapa, colocan al adolescente en un individuo sumamente vulnerable de poder padecer o presentar comportamientos adictivos e indicadores de inestabilidad emocional, todo ello relacionado al uso inapropiado y desmedido de los celulares.

Todo lo mencionado anteriormente evidencia cómo el internet se ha involucrado tanto en las prácticas sociales cotidianas y ha marcado un nuevo y diferente desarrollo para las nuevas generaciones, motivo por el cual autores como el filósofo Pierre Lévy han denominado a los tiempos actuales como la época de la “cibercultura”, refiriéndose a las nuevas formas de lenguaje e interacción, muy semejantes a las que en su momento crearon artefactos culturales como el alfabeto (Luy et al., 2020).

Habiendo mencionado lo anterior, se reflejó la importancia de investigar respecto a esta problemática, desde un punto de vista psicológico nace la siguiente interrogante: ¿Como se relaciona la adicción a los smartphones y el estrés académico en adolescentes de una institución educativa del distrito de Zarumilla, Tumbes 2024?

También resultó importante realizar esta investigación, la misma que se justifica desde los siguientes aspectos:

Desde el punto de vista teórico, se recopilaron datos notables sobre las variables estudiadas y la información recabada servirá para futuras investigaciones de referencia, pues este proyecto brindó datos previos sobre la correlación que tiene la adicción a los smartphones y el estrés académico que padecen los estudiantes, porque Tumbes es una ciudad que no cuenta con investigaciones suficientes, y por tanto el tema no recibe un tratamiento adecuado.

Desde el lado práctico, la información obtenida fue veraz y ayudó a los alumnos de 3ero, 4to y 5to de secundaria de la I.E Zarumilla que presentan síntomas de adicción a los smartphones y estrés académico. Se fomentó un mejor uso de los teléfonos celulares dentro del ámbito educativo, sugiriendo programas y talleres dirigidos a estos estudiantes, además como actividad preventiva fortalecerá el proceso de enseñanza-aprendizaje de todos los estudiantes en general.

Desde el punto de vista metodológico, considerando el tipo y nivel de investigación, esta investigación sirve como base y antecedente para investigaciones futuras, especialmente en la provincia de Zarumilla. Permitiendo al área educativa crear estrategias psicopedagógicas para estimular y fomentar el uso adecuado de los

celulares en el ámbito escolar, ayudando a que los estudiantes puedan mantener un buen ritmo en sus actividades escolares y el uso de sus teléfonos.

Desde el punto de vista social, este estudio fue relevante porque se dio a conocer que los adolescentes en su mayoría presentan un cierto nivel de adicción hacia sus celulares y que esto afecta a sus actividades cotidianas, sobre todo en su desenvolvimiento en el ámbito escolar. Así pues, dicho trabajo permitió a nuestra sociedad aprovechar los beneficios de esta investigación o en su defecto plantear alternativas que ayuden a disminuir los efectos negativos que infieran en el desenvolvimiento académico del individuo.

El objetivo principal del estudio fue determinar la relación entre las variables de adicción a los smartphones y estrés académico en los estudiantes de la institución educativa Zarumilla, Tumbes 2024, para ello se siguió los objetivos específicos planteados, los cuales fueron conocer los niveles de adicción a los smartphones en los estudiantes, identificar los niveles de estrés académico en estudiantes e identificar la relación entre la adicción al smartphone y las dimensiones de estrés académico en los estudiantes de la I.E Zarumilla, Tumbes 2024, de tal manera que se logró dar a conocer a los estudiantes que padecen de adicción al smartphone y estrés académico sus resultados para que puedan aprovechar el apoyo de la institución, la red de apoyo familiar y las oportunidades que ofrecen los servicios de salud para mejorar en dicha problemática.

En síntesis se puede decir que esta investigación consta de 5 partes; la primera que corresponde a la introducción donde se redacta la problemática, justificación y los objetivos del estudio, la segunda parte donde se desarrolla la revisión literaria y antecedentes que dan mayor soporte a la investigación, la tercera parte que describe los materiales y métodos empleados tales como tipo y diseño de investigación, variables, población, muestra y muestreo, criterios de selección, procesamiento de la información y aspectos éticos considerados, la cuarta parte que contiene los resultados obtenidos y discusión de los mismos, finalmente la quinta parte presenta las conclusiones, recomendaciones, referencias y anexos.

## II. REVISIÓN DE LITERATURA

Se puede definir la tecnología como la ciencia de la técnica, que se convierte en un requisito social en una fase posterior de la evolución de la especie humana. La relación existente entre el humano y la tecnología se puede analizar desde dos perspectivas: la primera que refiere al uso consciente y controlado, donde el individuo utiliza su invención sin ser dominado por ella, aprovechando los beneficios de la practicidad que ofrece; y la segunda perspectiva muestra un uso descontrolado, en el que la persona se convierte en un esclavo y sufre las consecuencias de ser dominada por su propia creación (Caballero, 2022).

Los beneficios que la tecnología han aportado a la humanidad a lo largo del tiempo son indiscutibles. Se han logrado prontitud, facilidad y numerosos adelantos gracias a los avances tecnológicos en conjunto. Además, no se pueden pasar por alto los progresos en comunicación, como Facebook, Instagram, WhatsApp y Snapchat, que permiten conversar con personas que se encuentren en cualquier lugar del mundo, necesitando únicamente de un teléfono móvil (Antón et al., 2023).

Por lo tanto, intrínsecamente la tecnología no es considerada ni buena ni mala, sino como una invención humana diseñada para servir, de alguna forma, a los intereses de las personas. También mencionan que la valoración de la tecnología como buena o mala dependerá en gran medida del uso que se le dé, y que cada tecnología se desarrolla de acuerdo con su contexto histórico y de conocimiento, dado que es una creación del ser humano (Caballero, 2022).

Gutiérrez et al. (2024), afirman que un uso adecuado de las nuevas tecnologías puede contribuir a mejorar la calidad de vida de las personas, aunque su integración en la vida cotidiana genera controversias. Según Hernández et al. (2022), cualquier actividad placentera tiene el potencial de volverse adictiva, por lo que no resulta sorprendente que la amplia gama de aplicaciones interesantes y entretenidas que ofrecen los nuevos smartphones puedan fomentar problemas relacionados con su uso inapropiado.

La necesidad de utilizar la tecnología móvil actual, se ha generado debido a que el teléfono móvil permita movilizarse de un lado a otro sin el problema de perder la comunicación con el mundo social, necesidad que puede convertirse en una dependencia conductual de nivel grave si no se logra poner un límite. Esta dependencia se caracteriza por la dificultad de desempeñar actividades diarias, trastornos de control de impulsos, retraimiento, esta dependencia también se suele llamar nomofobia (Montoya, 2022).

Por ello es que Cuesta y Cambra (2020), propusieron señalar a las redes sociales como entornos virtuales que brindan la facilidad de búsqueda de información y conectan a las personas de manera natural. Consideran que las empresas informales son probablemente la clara representación del ámbito de la Web 2.0 y el desarrollo de la evaluación en el entorno digital. Por otro lado, Chiza et al. (2021), describen los entornos sociales como espacios dentro de la web que fomentan la participación entre las personas, ya sea en sus actividades recreativas, en su entorno o ubicación geográfica. También sugiere que las organizaciones interpersonales buscan un impacto positivo y que, en este nuevo tipo de comunicación, se pretende mejorar el programa de negocios y la transmisión de información.

Por otro lado, se clasificó las redes sociales como: red profesional, destinada a establecer relaciones laborales, que ayuda a buscar y ofrecer oportunidades de trabajo; red generalista, aquellas redes donde cualquier persona puede conectarse según sus preferencias, se asemejan a conexiones más informales (Twitter, Snapchat, MySpace y WhatsApp); red especializada, se distingue por compartir intereses específicos y tener objetivos concretos relacionados con un tema particular. Esto da facilidad y promueve la interacción entre los usuarios y sus grupos (Cinema VIP, Tripsbook y Facebook) (Araoz et al., 2021).

Es importante mencionar las redes sociales; Aldana et al. (2021), las describen como modelo de contribución social que dibuja la comunicación directa con las conexiones de los usuarios, así mismo la llegada de nuevos compañeros. Se observa la desaparición de información individual y de expertos que se enfocan en estas entidades y grupos, además de la comunicación cambiante entre comunidades con objetivos comunes. Esta ocurrencia está claramente definida en nuestra realidad,

donde los entornos virtuales interpersonales han asumido un papel predominante en la forma de comunicarse de una gran parte de la población, relegando la comunicación tradicional a una opción secundaria debido a la falta de acceso a una amplia variedad de dispositivos en línea.

Además, si se resaltan los refuerzos obtenidos por el uso constante y frecuente de las redes sociales, se pueden señalar la popularidad, la facilidad para expresar emociones y la capacidad de comunicarse con varias personas al mismo tiempo (Cabero et al., 2020). Así, en el ámbito social, se observa la adaptación a diversas prácticas, costumbres y tradiciones que surgen en función de la sociedad y su cultura, variando según géneros, edad, gustos y actividades de las personas (Gonzales, 2021).

Araoz et al. (2021), argumentan que los entornos virtuales sociales pueden ser beneficiosos para las personas al ofrecerles la oportunidad de conectarse con otros y establecer relaciones. Sin embargo, también presentan ciertos problemas que pueden afectar negativamente a las parejas, los cuales surgen por los tipos de mensajes que se envían o reciben en sus cuentas, generando incomodidad o celos en uno de los miembros de la pareja.

Por otro lado, Fernández (2022), destaca las siguientes peculiaridades asociadas a la adicción de las redes sociales: a) Afecta nuestras emociones y comportamientos. b) Puede desarrollar una adicción, ya que el individuo encuentra refuerzos y placer al actuar de manera que refleja su comportamiento real. Así, una persona dependiente busca aliviar problemas emocionales como la fatiga, la depresión, la ira y la ansiedad. c) Puede generar un deterioro en la interacción social a medida que esta se reduce progresivamente.

Según Alcívar (2020), existen desventajas del uso de las redes sociales: a) Se han cometido numerosos delitos a través de ellas, incluyendo estafa, secuestro, violación e incluso tráfico ilícito de drogas o personas. b) Fomentan la desconexión, evitando la interacción con amigos y familiares. c) Desalientan actividades físicas necesarias como el deporte y la práctica de lectura. d) Existe información en internet que no es

confiable. e) Hay altas probabilidades de convertirse dependiente y adicto a su utilización.

Mientras que referido a las ventajas de su uso tenemos que: a) Facilita el trabajo, la colaboración y la participación entre las personas sin requerir que se encuentren en el mismo lugar. b) Los usuarios pueden crear un perfil virtual donde comparten sus ideologías, gustos, información e intereses. c) Promueven las relaciones entre las personas. d) Permiten acceder a cualquier tipo de información en cualquier momento (Alcívar, 2020).

Los dispositivos móviles son aparatos tecnológicos mayormente usados en la actualidad para ingresar a redes sociales. Los jóvenes los han integrado como una parte esencial de sus vidas, lo que ha incrementado la comunicación y las relaciones sociales en el ámbito virtual (Yarleque y Zambrano, 2024). Los celulares son uno de los más populares, ofrecen avanzada tecnología en un formato compacto que se puede sostener con una mano. Además de permitir realizar llamadas y enviar mensajes, facilitan el acceso a las redes sociales, permitiendo estar al tanto de la vida de amigos y familiares lejanos en cualquier momento. Pero, a pesar de sus numerosas ventajas, también tienen un lado negativo. Según Jaimes et al. (2021), cuando se utilizan en exceso y de manera inconsciente, estos dispositivos pueden volverse contraproducentes; en lugar de generar cercanía con quienes están lejos.

Para Díaz (2022), se ha reportado que los estudiantes utilizan el celular el 25% del tiempo durante las clases y lo revisan cada 3 a 4 minutos. Además, el 10% de los adolescentes admiten abusar del uso de este dispositivo y reconocen que esto podría estarles generando una posible adicción (Quelal, 2024). La edad es un factor que ha sido investigado en relación con respecto a la adicción a Internet y las redes sociales, siendo los jóvenes la población más asociada a este fenómeno, ya que son quienes hacen un uso más intensivo de Internet (Andreu, 2023). Esto incluye el mantenimiento de relaciones sociales en línea, lo que los hace más vulnerables a efectos secundarios relacionados con la falta de control y la impulsividad. Es por ello que se corre el riesgo de que se puedan suscitar patrones de uso problemático o adictivo al móvil (Arrivillaga et al., 2023).

Por otro lado, Roig et al. (2023), indican que hay comportamientos que solo se pueden realizar en línea y no en la vida real; suelen ser adoptados por personas que tienen dificultades para comunicarse o que están distanciadas. También refiere que se pueden identificar conductas específicas, como el juego de azar, la visualización de pornografía y las compras compulsivas por internet; ya que satisfacen deseos que muchos tienen y que internet facilita. Además, adopta conceptos del condicionamiento operante y clásico; ya que, con el tiempo, surgen nuevos estímulos reforzadores, como la señal Wi-Fi y la disponibilidad de dispositivos electrónicos como tablets o teléfonos móviles, que facilitan la conexión a estas plataformas virtuales.

Tejada et al. (2023), sostienen que la continua dependencia del uso de un smartphone se origina principalmente en el temor a decepcionar o no cumplir con las expectativas de los demás, es decir, el miedo al rechazo. Esto lleva a que se desarrolle la exigencia personal de mantenerse en línea, para satisfacer sus propias necesidades y para evitar la exclusión social, fomentando de esta manera la necesidad priorizada de atender las demandas sociales del entorno en que el individuo se desarrolla.

Tejada et al. (2023), señala que, aunque la adicción a los smartphones (AS) hasta el momento no se encuentra reconocida oficialmente por la Organización Mundial de la Salud, la investigación académica ha progresado en su análisis, definición y evaluación. Por ello, Cabrejos (2020), indica que se considera una adicción conductual específica, caracterizada por un uso excesivo de teléfonos que resulta difícil de controlar, y cuya repercusión negativa afecta otras áreas de la vida. Las causantes de la adicción a los smartphones (AS) son diversas. En el ámbito social, uno de los factores principales es el entorno familiar, que puede incluir modelos inadecuados, falta de normas y la ausencia de actividades sociales alternativas. También se menciona el aislamiento social, como la dificultad de los adolescentes para relacionarse con otros. Además, se subrayan las dificultades en el manejo y regulación de las emociones, así como un desarrollo disfuncional de la autoestima (Tejada et al., 2023).

Entre las consecuencias de la AS, se destacan las relacionadas con la salud, tanto física (problemas para dormir, dolores corporales e hipertensión) como psicológica (manipulación, dificultad para tolerar tiempos de espera, dependencia tecnológica,

pérdida de autonomía en la toma de decisiones y aumento de emociones y pensamientos negativos). Además, puede afectar el rendimiento académico y dificultar la concentración. Finalmente, en el ámbito social, se considera el impacto negativo en la reputación personal y la reducción de la participación en actividades deportivas y extracurriculares (Prieto, 2023).

Díaz (2022), identifica 7 síntomas comunes asociados a dicha adicción: prominencia, tolerancia, cambios en el estado de ánimo, conflictos, abstinencia, problemas y recaídas.

El manual de diagnóstico y estadística (DSM) señala que se considera un abuso del uso del smartphone cuando se presenta riesgo físico en ciertas situaciones, como utilizar el teléfono al cruzar una calle, entre otros (Aldana, 2021). Vallejos et al. (2024), indican que la AS afecta el desarrollo de problemas en la socialización y el fenómeno del phubbing, que se refiere a ignorar a alguien mientras se utiliza el teléfono en lugar de interactuar con la persona. Por otro lado, Guzmán y Gelvez (2022), aseguran que una de las consecuencias negativas en adolescentes que presentan uso problemático de los móviles, suelen estar mayormente predispuestos a padecer de ciberacoso.

Hanco et al. (2021), identifican en la adicción a los smartphones (AS) varias características, como la incapacidad de apagar el teléfono, una atención obsesiva hacia mensajes, notificaciones o llamadas perdidas, así como llevar el celular a todas partes y revisar constantemente el dispositivo, incluso en situaciones inapropiadas, lo que puede afectar las interacciones sociales directas. Según Cerrato (2021), en casos severos, los individuos pueden experimentar síntomas físicos como ataques de pánico, dificultad para respirar, temblores, sudoración, palpitaciones, y dolores en el cuello y la espalda debido a la postura encorvada adoptada al mirar la pantalla del móvil.

Ortega (2020), indica que el uso excesivo del smartphone se manifiesta como un comportamiento que muestra miedo irracional a mantenerse sin el teléfono o a no lograr utilizarlo, lo que puede generar niveles altos de ansiedad y estrés, como angustia e irritabilidad. Este tipo de conducta ocurre con mayor frecuencia en el sexo

femenino, ya que su sistema cerebral les facilita mantenerse socialmente conectadas con su entorno (Peña et al., 2022).

Sin embargo, esto también ha llevado a un uso problemático, dependencia, hábitos inseguros, falta de concentración e incluso problemas de deudas asociados al uso de estos dispositivos (Barrera y Cácaro, 2022). Esta situación se manifiesta en la dificultad para desconectarse del móvil, la necesidad de estar constantemente alerta, el descuido de actividades importantes, el uso del dispositivo en lugares inapropiados y frente a otras personas, tenerlo cerca mientras se descansa para usarlo a cualquier hora, la preferencia por comunicarse a través del móvil, ignorar información que alerta sobre el uso excesivo, no tomar en cuenta sus consecuencias y mostrar agresividad al sentirse vulnerable en relación con su uso (Rodríguez et al., 2021).

Según Huillca y Rodas (2023), es fundamental considerar las condiciones sociales, económicas, familiares, culturales e institucionales. Además, los seres humanos son vulnerables dependiendo del temperamento que poseen, La capacidad de hacer frente a situaciones de estrés y por el apoyo social que reciben. La sintomatología de este estrés puede incluir un aumento de la frecuencia cardíaca, mayor sudoración, fatiga crónica, tensión muscular, trastornos de sueño dolores de cabeza y malestares digestivos.

La información antes descrita se fundamenta bajo los siguientes modelos teóricos:

**Modelo Cognitivo Conductual:** Aquí se identifican las dificultades asociadas con el proceso de búsqueda de gratificación que se obtiene como resultados de uso continuo y frecuente de Internet. Estos goces se ven amplificados por una serie de satisfacciones o reforzadores positivos que reciben al utilizar cualquiera de las herramientas tecnológicas que les permita ingresar a las redes (Delgado, 2024). Los adolescentes actuales actúan desde su propia perspectiva, esto los lleva a perder constantemente la empatía, afectando su desarrollo social y personal en el futuro, ya que se enfocan únicamente en satisfacer sus emociones inmediatas sin considerar las consecuencias a largo plazo (Payá et al., 2023).

Modelo Teórico de Gutiérrez, afirma que el uso de Internet se divide en tres fases; la primera es la etapa de encanto, aquí la persona explora Internet por primera vez y lo utiliza en exceso. A continuación, se encuentra la etapa de desencanto, aquí la persona muestra un escaso autocontrol en el uso del celular. Por último, llega a la etapa estable, en la que la persona utiliza Internet de manera natural en sus actividades diarias (Pastor, 2022).

En el modelo teórico de Echeburúa y Suler, identificaron dos modalidades de necesidades en las personas que usan Internet: a) Los excesivamente comprometidos y solitarios que utilizan principalmente redes de juegos e información, tienden a ser introvertidos, carecen de autocontrol y suelen evitar las conversaciones en línea. b) Los que emplean redes sociales de manera regular buscando interacción social, motivados por sus necesidades emocionales, esto es común entre personas extrovertidas (Guzmán et al., 2023).

Manchego y Molina (2022), indican que la adicción a los smartphones (AS) provoca en las personas diversas sensaciones que guardan relación con el status, seguridad, control, independencia y el uso de tiempo libre. Miranda y Pacheco (2020), también destacan ciertas conductas negativas, como la nomofobia, que es el temor de no contar con el móvil, así como trastornos del sueño, lo que conlleva puedan revisar las redes sociales durante la noche, uno de cada cuatro jóvenes. Finalmente, Ramos (2021), menciona el síndrome de FOMO, que se refiere al miedo a perderse algo, relacionado con el temor a no estar al tanto de las actividades que realizan los demás. Las alteraciones cognitivas, físicas, sociales que genera el uso excesivo de los smartphones pueden conllevar a los adolescentes a descuidar sus actividades escolares, incurriendo en situaciones estresantes dentro del ámbito educativo que pueden traer consigo consecuencias negativas para ellos. Es importante mencionar el estrés académico en los adolescentes, y comprenderlo como una consecuencia del uso excesivo de los smartphones.

Es por ello por lo que a continuación se revisa información acerca del estrés académico.

Según Silva et al. (2020), se refieren al estrés académico como los procesos cognitivos y afectivos que los estudiantes experimentan al percibir diferentes aspectos del entorno escolar y considerarlos amenazantes. Por otro lado, Restrepo et al. (2020), califican al estrés escolar como las molestias que sienten los estudiantes debido a diferentes factores, ya sean físicos o emocionales, que pueden interrelacionarse, ser intrapersonales o ambientales, y que generan presión significativa sobre el individuo.

De acuerdo a Kloster y Perrotta (2021), los individuos con mayor predisposición a padecer de estrés son los jóvenes, ya que 80% de las enfermedades están asociadas a este diagnóstico. De tal manera que, se ha observado distintas formas de hacer frente al estrés, por ejemplo, tenemos los estados ansiosos, consumo de sustancias psicoactivas, alteración en el sueño. La población que según estudios presenta con mayor frecuencia estos síntomas son los jóvenes universitarios, siendo víctimas del fenómeno llamado estrés académico.

Quiliano (2020), asegura que el impacto del estrés académico en los estudiantes está determinado por sus reflexiones personales sobre cómo manejar estas exigencias, así como por su inquietud acerca de disponer de las herramientas necesarias para afrontarlas. Teque y Mechán (2020), señalan que el estrés académico se compone de tres elementos: estrategias, estresores y síntomas. Este fenómeno se manifiesta en el área académica y se relaciona con situaciones de tensión. En primer lugar, se produce cuando el estudiante enfrenta contextos que actúan como estresores. En segundo lugar, esto puede generar un desequilibrio en el alumno, que se expresa a través de síntomas. Finalmente, esto lleva al estudiante a adoptar conductas para afrontar y restablecer el equilibrio, destacando que este proceso tiene un carácter completamente adaptativo y sistémico.

Según la Organización Mundial de la Salud, el estrés puede ser definido como el estado de inquietud o tensión mental que provoca una situación difícil. Todos los seres humanos experimentamos cierto nivel de estrés, debido a que forma parte de las respuestas naturales que emitimos ante cualquier amenaza u otros estímulos. La manera en que reaccionamos al estrés determina su impacto en nuestro bienestar. Un nivel moderado de estrés puede ser beneficioso, ya que ayuda a llevar a cabo

nuestras actividades diarias, pero cuando se vuelve excesivo, puede tener efectos negativos tanto físicos como psicológicos. Sin embargo, es posible aprender a manejar el estrés para sentirnos menos presionados y mejorar nuestro bienestar general, tanto físico como mental (Guzmán et al., 2022).

Valdivieso et al. (2020), afirman que el estrés se relaciona a menudo con una amplia gama de acontecimientos, que incluyen nerviosismo, tensión, fatiga, agobio, inquietud y sensaciones similares, como la presión excesiva en el ámbito escolar, laboral u otros. También podemos asociar el estrés académico con expresiones como el temor, expresiones de ansiedad, de pánico, de grandes necesidades por cubrir expectativas, vacío existencial, y la apresurada necesidad por cumplir metas u objetivos, así como la falta de capacidad para encarar dificultades o problemas en las interacciones sociales.

Cuando el ser humano se encuentra estresado le resulta muy difícil poder concentrarse y relajarse, y lo conlleva a sentir ansiedad y mostrarse irritable. Sumando a ello que, también pueden presentarse síntomas físicos derivados del mismo estrés, como son los malestares estomacales, falta o aumento del apetito, pérdida de sueño, fatiga constante; y si tuviéramos alguna enfermedad física, este podría agravar la situación. Además, es uno de los causales para incurrir en el consumo de sustancias psicoactivas. (Valdivieso et al., 2020).

Las situaciones que ocasionan estrés pueden generar o agravar problemas de salud mental, como por ejemplo los trastornos de depresión, ansiedad, o dependencia de sustancias psicoactivas. Además, hay propias enfermedades mentales, que pueden ser consecuencia del estrés constante y elevado. Es importante tomar mención que cada individuo reacciona de manera diferente frente situaciones de estrés. La sintomatología causada por el estrés varía dependiendo de cada persona, así como también las estrategias que cada uno utiliza para afrontarlo (Ordoñez, 2020).

La OMS con el manual llamado Tiempos de estrés, Haz lo que importa; busca poder brindar habilidades prácticas a los individuos que puedan ayudar a manejar el estrés. Estas estrategias recomiendan que debemos seguir una rutina diaria; dormir lo suficiente siendo esto esencial sabiendo que el sueño repara, relaja y revitaliza,

tomando en cuenta que se debe limitar el uso de dispositivos antes de dormir; mantener contacto con nuestros familiares y amigos; llevar una dieta saludable hidratándose adecuadamente e incluir frutas y verduras frescas; hacer ejercicio con regularidad, y por ultimo no pasar demasiado tiempo viendo noticias si esto le genera cierta preocupación (Valdivieso et al., 2020).

Se describen a continuación las bases teóricas con relación a la variable de estrés académico.

La teoría del fisiólogo y médico Selye, teoría fisiológica del estrés, refiere que el estrés es una respuesta no específica del organismo y lo define como el estado que se manifiesta por un síndrome específico, consistente en todos los cambios inespecíficos inducidos dentro de un sistema biológico. Así, el estrés tiene forma y composición característica, pero ninguna causa particular. El estresor es definido como el agente desencadenante que altera la homeostasis del cuerpo generando desequilibrio. Además, explica que los estresores no solo son estímulos físicos, sino también pueden ser cognitivos, emocionales o psicológicos (Kloster y Perrotta, 2021).

Con respecto al estrés, en la teoría de Richard S. Lazarus, psicólogo, profesor e investigador estadounidense, En 1966 dio a conocer la teoría, donde se enfoca en explicar los procesos cognitivos que aparecen cuando se está frente a situaciones estresantes, sostiene que el modo en que enfrentamos el estrés es un proceso mental amplio que va a depender del contexto y de diversas variables en relación. Según el autor, dicho efecto está influenciado por dos factores: primero, por las evaluaciones que realiza la persona sobre el agente estresor, y segundo, por los recursos personales, sociales o culturales que tiene a su disposición al enfrentarse a dicho agente (Terrazas et al., 2022).

Finalmente, según Cobiellas et al. (2020), las estrategias que planteó Lazarus son: a) Orientadas al problema: Comportamientos o procesos cognitivos orientados que buscan modificar la relación existente entre el individuo y e entorno, ya sea actuando sobre el ambiente o sobre la persona misma. Estas estrategias son efectivas cuando es posible realizar cambios en la situación. b) Orientadas a la emoción: Buscan modificar la forma en que se percibe y experimenta la situación. El objetivo es gestionar de manera más efectiva las reacciones emocionales negativas que surgen

a partir de la situación estresante. Estas estrategias son útiles cuando no es posible cambiar la situación.

Esta investigación, cuyo objetivo principal fue demostrar la relación entre la adicción a los smartphones y el estrés académico; se sustenta bajo el Modelo biopsicosocial de Griffiths: estableciendo indicadores conductuales para la AS: a) Saliencia: las personas se enfocan en observar lo que hacen los demás. b) Cambios de humor: los individuos, especialmente los adolescentes se conectan a la red para ignorar por completo los problemas cotidianos. c) Tolerancia: indica que muchos adolescentes intentan pasar más tiempo en línea para satisfacer sus necesidades. d) Abstinencia: los jóvenes que no pueden utilizar Internet durante un tiempo, pueden sentirse irritados. e) Conflicto: el uso excesivo de Internet puede provocar dificultades en sus relaciones sociales. f) Recaída: se desconectan de Internet durante un tiempo, al regresar, continúan comportándose de la misma manera (Cabero et al., 2020).

Bajo este contexto, se muestra que la presión puede llevar a los adolescentes a pasar demasiado tiempo en Internet, lo que afectaría de manera negativa su bienestar emocional (Gonzales, 2021). Es relevante mencionar que los jóvenes en su mayoría no desarrollan plenamente sus habilidades sociales, ya que Internet actúa como una barrera que limita la expresión de pensamientos y sentimientos. En algunas ocasiones, esta comunicación se produce de manera asincrónica, lo que se debe a que la calidad y las características de la interacción no son las adecuadas; además, hay momentos en que expresan lo que realmente no sienten (Estrada y Gallegos, 2020).

Galván (2020), realizó una investigación denominada Nomofobia: adicción al celular, es una investigación de tipo teórico, realizada en Los Reyes Iztacala, Tlalnepantla, Estado de México, para obtener título de licenciatura. El objetivo de dicho estudio fue informar acerca de las consecuencias del uso desmedido del teléfono celular en los jóvenes. Para ello se recabo información vía internet en páginas especializadas sobre el tema. En la discusión expuesta, explica que en menos de la mitad de los hogares en México cuenta con conexión a internet, sin embargo, nueve de cada die personas cuenta con teléfono celular las cuales están conectadas a internet por medio de este

aparato. Además, agrega que la nomofobia trae consecuencias negativas en ámbitos como lo físico (obesidad, sedentarismo, tinitus), social (aislamiento), académico (bajo rendimiento), psicológico (depresión, ansiedad identidad alterada) entre otros.

Ortiz (2021), en el estudio los jóvenes y el impacto de la adicción al celular en la comunicación familiar: efectos emocional, cognitivo, conductual y social, ejecutado en la ciudad de México, para optar el grado de Maestra en trabajo social, investigación tipo mixto. El objetivo fue formular los lineamientos de una estrategia de atención. La población fueron jóvenes de sexo y nivel socioeconómico indistinto del Colegio de Ciencias y Humanidades sede sur de la UNAM. Los instrumentos empleados fueron el MPPUS y ECHA. En los resultados más relevantes se encuentra que un 87.8% de los jóvenes cuentan con celular inteligente, 40% le dedica de 3 a 5 horas diarias, un 31.7% aumenta de 6 a 10 horas aproximadamente. El 2.17% presento un uso problemático del del celular, siendo la mayoría hombres. Concluyó que la relación del uso problemático del celular con las demás variables de estudio es relevante.

Cuzco (2022), realizó la investigación relación entre el uso frecuente del celular y el rendimiento académico en estudiantes de la unidad educativa Chiquintad, periodo octubre 2021 – febrero 2022. El objetivo planteado fue demostrar la relación entre ambas variables, mediante una investigación no experimental, descriptiva, teniendo una muestra de 106 alumnos del 9no y 10mo año entre 13 y 14 años de edad; a los cuales se les aplicó la escala MPPUS-A y se recopiló los promedios obtenidos, concluyendo que el 27 %de estudiantes afirman usar el teléfono constantemente, en el aula, reunión, en grupo, entre otros. La nota inferior alcanzada por la muestra de los estudiantes en la evaluación de su rendimiento académico fue 7 y la máxima fue 8. El uso del teléfono no incide en el rendimiento académico de los estudiantes.

Montoya y Sandoval (2021), realizaron la investigación sobre la relación entre el estrés académico y la dependencia al teléfono móvil en adolescentes durante la pandemia COVID-19. Fue una investigación de enfoque cuantitativo, diseño no experimental, de corte transversal. Como instrumentos de evaluación emplearon el inventario SISCO para estrés académico y el test de dependencia al móvil TDM. La muestra fueron doscientos cuarenta y ocho estudiantes entre los 11 a 20 años de la provincia de Lima Este y Tocache. Los resultados mostraron una relación negativa y

débil entre las variables de estrés académico y la dependencia al móvil ( $r=,0,243^{**}$  \*,  $p=.000$ ), lo que indica que las variables se relacionan en sentido inverso, es decir, a mayor presencia de estrés académico el adolescente tendrá menor dependencia al teléfono móvil.

Cárdenas (2020), llevó a cabo un estudio sobre el uso problemático de las redes sociales y el cansancio emocional en estudiantes del nivel secundaria de un colegio de Lima Metropolitana, cuyo objetivo general fue explicar la relación entre ambas variables antes mencionadas. La muestra fueron 145 estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria. Para recabar la información empleó el cuestionario de adicción a las redes sociales de Ecurra y Salas (2014) y la escala de cansancio emocional de Domínguez (2013). Esta fue una investigación de enfoque sustentativo-asociativo. Los resultados revelaron que la relación entre las variables es significativa, concluyendo que, a mayor adicción a las redes sociales, mayor es el cansancio emocional.

Ramírez (2019), en la investigación sobre nomofobia en alumnas de secundaria del programa vacacional de la I.E. Argentina del Cercado de Lima, 2019, investigación de tipo descriptiva, con enfoque cuantitativo, diseño no experimental de corte transversal. La población de estudio fueron 50 alumnas del programa vacacional de la I.E. Para la recolección de datos utilizó el cuestionario de dependencia al móvil (TDM). Encontró que en la dimensión abstinencia, el 50% se ubicó en un nivel bajo. En la dimensión abuso y dificultad para controlar impulsos, el 56% mostró un nivel bajo. En la dimensión uso excesivo, el 90% se ubicó en nivel bajo. Por último, en la dimensión Tolerancia, el 74% se ubicó en un nivel bajo. Se concluyó que el 68% de los estudiantes presentaron un nivel bajo de nomofobia, mientras que el 32% restante necesita mejorar para reducir el uso del teléfono móvil.

Bermudez y Corpus (2019), en la tesis titulada dependencia al celular y su relación con la agresividad en estudiantes de 3ero a 5to de secundaria de tres instituciones públicas educativas de San Juan de Lurigancho, Lima, 2018, su objetivo fue explorar la adicción al smartphone en relación con los niveles de agresividad auto informado. La investigación fue de tipo correlacional, diseño no experimental de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 501 escolares. Emplearon el Test de Dependencia

al Móvil (TDM) y el Cuestionario de Agresividad Premeditada e Impulsiva (CAPI-A). Los resultados indicaron que el 40% de los participantes presentaron niveles de dependencia al móvil muy bajos (21%) y bajos (40%), En cuanto a la agresividad, los niveles encontrados fueron: bajo (59%), intermedio (39%) y alto (2%). Se concluyó que la adicción al móvil no muestra una asociación significativa con la agresividad.

Santos (2023), investigó la adicción a las redes sociales y cansancio emocional durante el COVID19 en estudiantes de la UNTUMBES, 2021. El objetivo fue determinar la relación entre las variables. Usó un enfoque cuantitativo, con diseño no experimental, correlacional de corte transversal. La muestra de 355 estudiantes de la UNTumbes. Se utilizó el Cuestionario ARS y la Escala de Cansancio Emocional. Se comprobó que existe una relación positiva significativa entre las variables, en grado moderado ( $Rho=0.472$ ). Además, se encontró un nivel medio de adicción a las redes sociales de 69.9 %, nivel bajo de 28.2 % y un nivel alto de 2.0 %; en cuanto a la variable cansancio emocional, se obtuvo un nivel medio de 63.9 %, nivel alto de 21.4 % y un nivel bajo de 14.6 %. Se concluyó que, a mayor adicción a las redes sociales, mayor es el cansancio emocional que experimentan los estudiantes universitarios.

Zarate (2023), realizó una investigación sobre procrastinación académica en la dependencia al móvil en estudiantes de una institución educativa de la región Tumbes. Investigación requerida para la obtención de maestra en intervención psicológica. La investigación tuvo como objetivo determinar la influencia entre la procrastinación académica y la dependencia al móvil. Estudio descriptivo, explicativo, de diseño no experimental, transversal. Los instrumentos empleados fueron el TDM y el EPA. La población estuvo conformada por 300 estudiantes, hombres y mujeres del 4to y 5to de secundaria. Como resultados se encontró que existe una tendencia alta en los niveles de procrastinación (61.5%) y dependencia al móvil (79.7%). Se concluye afirmando la relación significativa entre las variables de estudio.

Timana (2022), en la investigación clima social familiar y adicción al internet en estudiantes de Psicología de la UNT, 2019, tesis de licenciatura en la Región Tumbes. El objetivo principal fue demostrar la relación entre el clima social familiar y adicción al internet, la población fue 65 estudiantes de 2° y 4° ciclo, aplicándose la escala de FES y el test de TAI. Se empleó el diseño no experimental, de tipo cuantitativa,

transeccional y correlacional. Se resalta que el 58.5% se encuentra en un nivel medio, y un 18,4% en nivel alto de adicción al internet. El 80% registró un clima social familiar promedio. Se reportó una relación inversa ( $r = -0.978$ ), indicando que, a mayor clima social familiar, menor será la adicción al internet. Como conclusión refiere que los estudiantes que se desenvuelven en un clima familiar equilibrado cuentan con un mecanismo protector ante un posible uso problemático de internet.

Román (2020), llevó a cabo un estudio sobre el smartphone como medio de enseñanza en los estudiantes de la Institución Educativa Nuestra Señora de las Mercedes, Región Tumbes. Tesis de licenciatura en la UNT. Tuvo como objetivo demostrar el nivel de eficacia que tiene el Smartphone como instrumento en el proceso de enseñanza de los estudiantes. El estudio fue cuantitativo, de tipo descriptivo, con diseño no experimental y transversal prospectivo. La población fue 12 docentes del nivel inicial. Se utilizó como técnica la encuesta y como instrumento el cuestionario (diseñado en relación a los objetivos de estudio). Los resultados señalan que el 33% tiene un nivel “bueno” y el 67% un nivel “destacado”. Como conclusión asegura que el smartphone tiene un nivel destacado; en el proceso de enseñanza.

### III. MATERIALES Y MÉTODOS

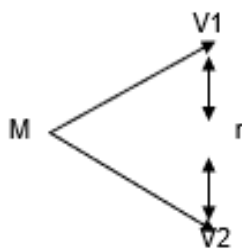
#### 3.1 Tipo y diseño de investigación

La presente investigación fue de tipo básico, y propuso un enfoque cuantitativo, ya que se recogió y analizó los datos requeridos para poder determinar si existe o no relación entre las variables de estudio. Fue una investigación objetiva, ya que permitió poder alcanzar resultados generalizados sobre la población de estudio (Ramos, 2020).

El diseño de la investigación fue no experimental, porque no se alteró ninguna de las variables, y de corte transversal, ya que los datos fueron obtenidos en un espacio y tiempo único (Hernández, 2018).

Este diseño permitió estudiar la correlación sin intervenir en las variables. Se obtuvieron datos e información sobre las variables y tuvo el objetivo de detallar las características más importantes (Conejero, 2020).

**Diagrama:**



Donde:

M: Es la representación de la muestra.

V<sub>1</sub>: Uso del smartphone.

V<sub>2</sub>: Estrés académico

r: Relación existente entre ambas variables.

## 3.2. Hipótesis y definición de variables

### 3.2.1. Hipótesis

**H<sub>1</sub>:** Existe relación directa significativa entre adicción a los smartphones y estrés académico en adolescentes de una institución educativa del distrito de Zarumilla, Tumbes 2024.

**H<sub>0</sub>:** No existe relación significativa entre adicción a los smartphones y estrés académico en adolescentes de una institución educativa del distrito de Zarumilla, Tumbes 2024.

### 3.2.2. Definición conceptual y operacional de las variables

#### Definición conceptual

**Adicción a los Smartphones:** La adicción y la conducta dependiente, nace de los deseos intensos que las personas presentan de manera muy frecuente por estar en comunicación a través de su móvil; esto se debe actualmente al uso de las TICS como prioridad en el entorno social, familiar, escolar, laboral y académico, dañando en algunas ocasiones la integridad física y mental del individuo; y esto debido a que dichas conductas se evidencian con mayor claridad en momentos de privación del uso del móvil (Chugden, 2022).

**Estrés Académico:** Campos y Garay (2021), lo definen como las molestias que el estudiante expresa debido a factores físicos y emocionales que guardan relación, y pueden ser ambientales o intrapersonales, y que generan presión significativa sobre el individuo.

#### Definición operacional

**Adicción a los Smartphones:** El uso excesivo del smartphone se medirá a través del test de Dependencia al Móvil (TDM) de Mariano Chóliz Montañés (2010), que evalúa cuatro dimensiones: abstinencia (5 ítems); abuso y dificultad en controlar el

impulso (9 ítems); problemas ocasionados por el uso excesivo (4 ítems); y tolerancia (4 ítems).

Estrés Académico: El estrés académico se medirá mediante el Inventario SISCO de Estrés Académico de Arturo Barraza Macías, que evalúa 3 dimensiones: Estresores (8), síntomas (15) y estrategias de afrontamiento del estrés (6). Incluye un ítem de filtro dicotómico inicial (si-no) que determina si se completa el inventario o no.

### 3.3. Población, muestra y muestreo

#### Población

La población de estudio es un grupo de elementos establecidos y delimitados que cumplen con los criterios iniciales de selección, además se tiene acceso al mismo y se ajustan a los objetivos de investigación (Otzen y Manterola, 2022).

La población de estudio estuvo conformada por los estudiantes de secundaria una institución educativa de Zarumilla-Tumbes. Esta población incluyó tanto a los alumnos del turno mañana como del turno tarde, distribuidos desde tercero hasta quinto año de secundaria. El total de estudiantes fue de 720 adolescentes.

*Tabla 1. Distribución de los estudiantes según año académico, cantidad de estudiantes y edad*

Institución Educativa	Grados	Estudiantes	Edades
Zarumilla	3°	215	14-16
	4°	176	15-17
	5°	329	16-18
Total		720	

*Nota: Elaboración en base a datos recopilados de la Institución Educativa Zarumilla – Tumbes.*

**Muestra:** La muestra es el subconjunto representativo del total de la población que permitió tener datos específicos de la misma, siendo posible poder comprender la información del universo de mediante el estudio de la muestra, y de esta manera se puede evitar mayores gastos por el estudio de la población total (Otzen y Manterola, 2022).

Para esta investigación se trabajó con una muestra de 250 estudiantes de la Institución Educativa Zarumilla. La muestra fue calculada con la formula siguiente:

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

Donde:

- Tamaño de muestra (n) = 250
- Total, de la población (N) = 720
- Error máximo (E) = 0.5
- Nivel de confiabilidad (Z) = 1.96

### **Muestreo:**

El muestreo brinda con exactitud la parte de la población total a estudiar. En esta investigación se utilizó el muestro no probabilístico, de manera intencional o conveniente, que se caracteriza por la facilidad de acceso y la voluntad propia del participante (Otzen y Manterola, 2022).

El estudio tuvo un muestreo no probabilístico por conveniencia, porque se evaluó a cada uno de los participantes que cumplieron con los criterios de inclusión, de acuerdo a la conveniencia del investigador, (Condori, 2020).

### **3.4. Criterios de selección**

#### **Criterios de inclusión**

- a) Estudiantes matriculados en los grados de 3°, 4° y 5° de secundaria en la institución educativa de Zarumilla, Tumbes.
- b) Estudiantes que utilizan el smartphone al menos una vez al día.
- c) Estudiantes con edades comprendidas entre los 15 y 18 años.
- d) Estudiantes que acepten voluntariamente participar en la investigación, manifestando su consentimiento.
- e) Estudiantes que estén dispuestos a completar todos los instrumentos de evaluación de la investigación.

#### **Criterios de exclusión**

- a) Estudiantes que no utilicen el smartphone o lo hagan esporádicamente (menos de una vez a la semana).
- b) Estudiantes que no dispongan de un dispositivo.
- c) Estudiantes que abandonen el estudio o que no completen todos los instrumentos de evaluación.
- d) Estudiantes que no se encuentren en el momento de aplicación de instrumentos.

### **3.5. Técnicas e instrumentos de recolección de información**

#### **Técnica**

Es necesario que en una investigación se pueda obtener información de la población, es por ello que en este estudio se empleó como técnica la encuesta que se aplicó mediante cuestionarios que permitieron la recolección de los datos necesarios de cada variable para obtener resultados cualitativos y cuantitativos (Arias, 2020).

## **Instrumentos**

Instrumento 01: Inventario SISCO de Estrés Académico.

Nombre: Inventario de Estrés Académico SISCO.

Autor: Arturo Barraza Macías.

Adaptación peruana: Puestas Sánchez (2010); (Chugden, 2022).

Lugar de validez y adaptación: Lima.

Procedencia: Durango – México.

Año: 2007.

Duración: 10 a 15 minutos.

Forma de aplicación: Individual o colectiva

Población: Adolescentes a partir de 12 años de edad.

Tipo de instrumento: Cuestionario.

Número de ítems: 31 ítems.

Objetivo: Evaluar el estado de estrés escolar.

Descripción: Contiene tres dimensiones principales que son estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento del estrés, además; incluye un ítem de filtro dicotómico inicial (sí-no) que determina si se completa el inventario o no, seguido de una escala Likert de cinco puntos (siendo 1 poco y 5 mucho) para determinar el nivel de estrés académico. Para la calificación se usó una escala Likert de 5 puntos, desde “nunca” hasta “siempre”. Dentro de la dimensión estresores se usaron 8 ítems, 15 para medir la frecuencia de síntomas o reacciones y 6 para medir la frecuencia de uso de estrategias de afrontamiento (Chugden, 2022).

Validez: El instrumento fue validado mediante una evaluación de contenido realizada por expertos, quienes analizaron la pertinencia, relevancia y claridad (Chugden, 2022).

Confiabilidad: La confiabilidad se verificó utilizando un grupo piloto compuesto por 25 estudiantes de cuarto año de secundaria y para determinar el nivel, se aplicó el coeficiente alfa de Cronbach, obteniendo un resultado de 0.914, lo cual indica una alta fiabilidad de la prueba (Chugden, 2022).

Instrumento 02: Test para evaluar la adicción al smartphone

Nombre: Test de Dependencia al Móvil (TDM)

Autor: Mariano Chóliz Montañés

Adaptación peruana: Gamero et al. (Nicolas, 2021)

Lugar de validez y adaptación: Arequipa.

Procedencia: España (2010).

Año: 2016

Duración: 10 a 15 minutos

Forma de aplicación: Individual o colectiva

Población: Entre 14 y 33 años.

Tipo de instrumento: Cuestionario

Número de ítems: 20 ítems.

Objetivo: evaluar el nivel de dependencia al móvil.

Descripción: Consiste en 22 ítems distribuidos en 4 dimensiones. Utiliza una escala de Likert de 0 a 4, donde 0 representa "nunca" y 4 "muchas veces", con el objetivo de identificar la dependencia al móvil. Los cuatro factores incluyen: abstinencia (ítems 13, 15, 20, 21 y 22), problemas causados por el uso excesivo (ítems 2, 3, 7 y 10), abuso y dificultad para controlar el impulso (ítems 1, 4, 5, 6, 8, 9, 11, 16 y 18) y tolerancia (ítems 12, 14, 17 y 19) (Nicolas, 2021).

Validez: En la versión original Chóliz (Nicolas, 2021) se basó en el DSMIV-TR, inicialmente contenía 101 ítems. Se validó mediante juicio de expertos, reduciendo los ítems a 46 para el piloto y luego a 22 mediante análisis factorial. Arrojo alfa de Cronbach = 0.94. La correlación ítem – test fue  $\leq 0.5$ . Se usó el método de componentes principales con rotación Promax (Kappa=4), asumiendo correlación entre factores. Las pruebas de esfericidad de Bartlett y KMO afirmaron que matriz de correlaciones es adecuada para el análisis factorial. Se identificaron tres factores: "abstinencia" (42.69% de varianza), "ausencia de control y problemas derivados del consumo" (10.38% de varianza) y "tolerancia e interferencia con otras actividades" (5.64% de varianza).

En la versión adaptada Gamero y colaboradores en el año 2016, señalan que el TDM es válido para medir la adicción al celular en universitarios de entre 16 y 33 años, ya

que explica el (54.74%) de la variabilidad total. Llevaron a cabo un análisis detallado que reveló tres aspectos clave de la adicción al móvil. El primero, llamado abstinencia y tolerancia, se refiere a la necesidad compulsiva y la dificultad para alejarse del teléfono ( $\alpha=0.901$ ), explicando la mayor parte de la variabilidad (40.7%). El segundo aspecto, representa un porcentaje menor de la variabilidad (7.39%) pero sigue siendo importante ( $\alpha=0.853$ ). Finalmente, el tercer aspecto se centra en los problemas que surgen del mal y exagerado uso del teléfono y explica una parte más pequeña de la variabilidad (6.64%) ( $\alpha=0.762$ ) (Nicolas, 2021).

Confiabilidad: En la versión original Chóliz utilizaron el alfa de Cronbach donde analizaran la confiabilidad por consistencia inter. Inicialmente, se evaluaron los 46 ítems, arrojando un resultado de 0,94. Tras realizar la correlación ítem-test, se eliminaron 23 ítems debido a la débil correlación con la prueba en la totalidad. A pesar de esta eliminación, la consistencia interna apenas se vio afectada, manteniéndose en 0,936. Posteriormente, se retomó a aplicar el índice de homogeneidad arreglado y el coeficiente alfa de Cronbach, lo que señaló la necesidad de eliminar el ítem 15.5 por la correlación inferior a 0,5. En conclusión, la prueba quedó conformada por 22 ítems y mantuvo una consistencia interna de 0,94. Todos los ítems mostraron un índice de homogeneidad corregido superior a 0,5, indicando que medían el mismo constructo: la dependencia del teléfono celular (Nicolas, 2021).

En la versión adaptada Gamero y sus colaboradores se propusieron adaptar y evaluar las características psicométricas del TDM. Donde 1400 estudiantes universitarios, eran la muestra seleccionada. Tras analizar los resultados, se concluyó que el test es válido y confiable, mostrando también evidencia de validez de contenido y constructo (Nicolas, 2021).

### **3.6. Plan de procesamiento y análisis de datos**

#### **Procesamiento de Información**

Inicialmente se presentó el documento para pedir el permiso respectivo en la institución donde se realizó la investigación, una vez aceptado se brindó la información de la misma a los estudiantes y padres de familia de tal manera que

puedan participar de forma voluntaria, firmando el consentimiento y asentimiento informado correspondiente.

Una vez obtenidos estos permisos, se realizó la aplicación de los cuestionarios explicando a detalle la forma correcta de su realización. Teniendo en cuenta siempre que los datos que se obtuvieron serán fehacientemente resguardados siendo estos anónimos. Como en toda investigación, se cumplió con el respeto al código de ética del Colegio de Psicólogos del Perú.

En ese sentido, para la investigación se contó con la participación de 250 estudiantes del tercer, cuarto y quinto año de secundaria, que poseen edades entre 14 y 18 años.

### **Análisis de datos**

Luego de aplicados los instrumentos, se procedió a redactar en el programa de Microsoft Excel, las respuestas de cada participante de manera ordenada de tal manera que se pudieron obtener las medidas estadísticas de cada dimensión. De la misma manera para hacer más claros los resultados obtenidos de cada instrumento, se redactaron gráficos que permitieron observar los porcentajes en los niveles de cada variable.

Para poder analizar la correlación entre las variables de estudio según los instrumentos aplicados, se empleó la base de datos estadísticos SPSS-27, pruebas estadísticas no paramétricas para el análisis de datos. Además, se realizó la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov con la finalidad de determinar la distribución de los datos de las variables de estudio. Esto permitió conocer los niveles estadísticos significativos que permitieron aprobar o negar la relación entre las variables de estudio.

### **3.7. Consideraciones éticas**

Durante la realización del presente estudio, se respetaron los principios éticos establecidos por el Código de Ética del Psicólogo, con la finalidad de salvaguardar los

derechos, el bienestar y la dignidad de los participantes. A continuación, se describen los aspectos éticos que se respetaron en el proyecto (Malvaceda et al., 2024)

**Consentimiento informado:** Se obtuvo el consentimiento informado de los padres o tutores de los estudiantes, así como el asentimiento de los mismos estudiantes. Este proceso garantizó que todos comprendan claramente los objetivos del estudio, los procedimientos a realizarse, los beneficios que se obtendrán de ella, así como los riesgos que podrían existir. Se respetó la decisión de cada participante si en algún momento de la investigación decidía retirarse.

**Confidencialidad y anonimato:** Se aseguró que los datos proporcionados por los estudiantes serán tratados de forma anónima, protegiendo su identidad. La información se almacenó de forma segura y sólo fue accesible al investigador, usándose únicamente para los fines específicos de esta investigación.

**No maleficencia:** Se tomaron todas las precauciones necesarias para que el proceso de recolección de datos no cause ningún tipo de daño, ya sea físico, emocional o psicológico. Los instrumentos aplicados fueron validados previamente, lo que garantizó que no contengan elementos que pudieran afectar negativamente a los participantes.

**Responsabilidad profesional:** El investigador asumió la responsabilidad de actuar de acuerdo con los más altos estándares éticos y profesionales en cada etapa de la investigación, priorizando siempre el bienestar de los participantes. Asimismo, se aseguró de evitar cualquier conflicto de intereses y de respetar plenamente los derechos humanos.

**Justicia y equidad:** La selección de los participantes se realizó de manera equitativa, sin discriminación por motivos de género, raza, religión o condición socioeconómica. Se garantizó que todos los participantes sean tratados con igualdad, respetando sus derechos, y que recibieran una explicación detallada sobre los resultados y el uso de los datos.

Beneficencia: El estudio buscó aportar conocimiento que promueva el bienestar emocional y psicológico de los estudiantes. Se espera que estos hallazgos sirvan como base para diseñar intervenciones que mejoren la autoestima y regulen el uso de redes sociales entre los adolescentes, previniendo efectos perjudiciales.

## IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

### 4.1. Resultados

*Tabla 2. Relación entre la adicción a los smartphones y el estrés académico en los estudiantes de una institución educativa, Tumbes 2024*

		Estrés académico		Adicción a los smartphones	
Rho de Spearman	Estrés académico	Coeficiente de correlación	1,000	,373**	
		Sig. (bilateral)	.	,000	
		N	250	250	
Rho de Spearman	Adicción a los smartphones	Coeficiente de correlación	,373**	1,000	
		Sig. (bilateral)	,000	.	
		N	250	250	

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

*Nota: Fuente base de datos de estrés académico en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria (Elaboración Propia)*

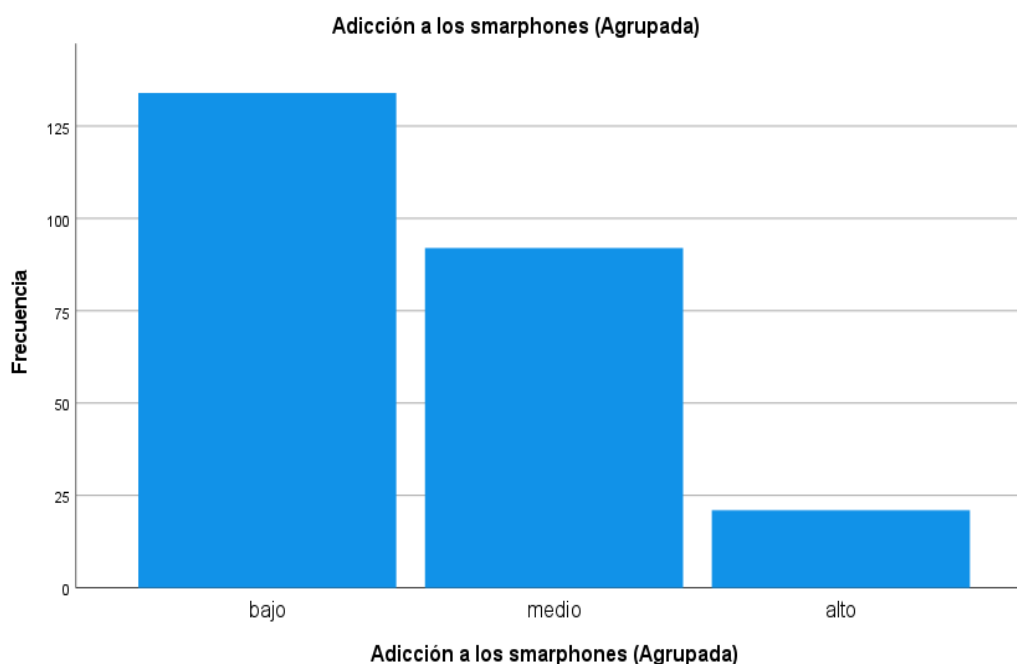
En la tabla 2; se evidencia que a través de la aplicación del coeficiente Rho Spearman se obtuvieron los siguientes datos. (bilateral de 0.000 el cual es  $<$  a 0.05, consecuentemente se aceptó la hipótesis de investigación. Existe correlación positiva moderada entre la adicción a los smartphones y el estrés académico en los estudiantes de la I.E Zarumilla. Obteniendo un valor de correlación de Rho de Spearman de 0.373 el cual, verificado con la tabla de niveles de Spearman, se ubicó en un rango de correlación positiva moderada.

*Tabla 3. Niveles de adicción a los smartphones en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de la I.E Zarumilla, Tumbes 2024*

	Frecuencia	Porcentaje
Leve 0-24	135	54
Moderado 25-49	93	37.2
Severo 50-74	22	8,8
Total	250	100.0

*Nota: Fuente base de datos de estrés académico en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria (Elaboración Propia)*

*Figura 1. Niveles de adicción a los smartphones en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de la I.E Zarumilla, Tumbes 2024*



En la tabla 3 y figura 1, se reflejan los resultados descriptivos de adicción a los smartphones en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de la I.E Zarumilla, Tumbes 2024 y sus respectivos niveles percibidos por los 250 estudiantes encuestados, encontrando respecto a los niveles se halló un 54 % de estudiantes en nivel leve, seguido del 37.2 % en nivel moderado, en donde los síntomas ya afectan

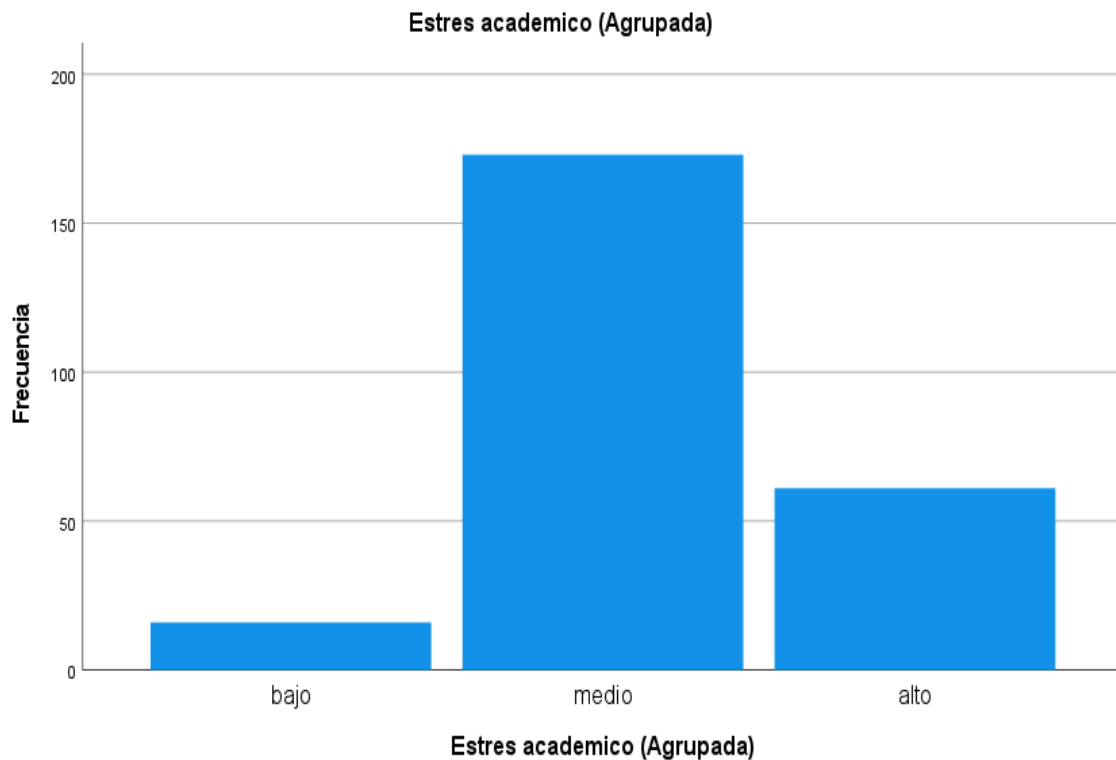
la vida de los estudiantes; y el 8.8% restante se ubicó en severo. Se concluyó que la adición en de lo Smartphone afecta de manera leve a los estudiantes analizando los niveles.

*Tabla 4. Nivel de estrés académico en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de la I.E Zarumilla, Tumbes 2024*

	Frecuencia	Porcentaje
Leve 0-31	16	6,4
Moderado 32-85	173	69,2
Severo 86-139	61	24,4
Total	250	100,0

*Nota: Fuente base de datos de estrés académico en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria (Elaboración Propia)*

Figura 2. Nivel de estrés académico en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de la I.E Zarumilla, Tumbes 2024



En la tabla 4 y figura 2, se reflejan los resultados descriptivos del estrés en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de la I.E Zarumilla, Tumbes 2024 y sus respectivas dimensiones percibidos por los 250 estudiantes encuestados, encontrando respecto a los niveles un 6,4 % de estudiantes en nivel leve, seguido del 69.2 % en nivel moderado, en donde el estrés afecta de manera significativa en los estudiantes; y el 24,4% restante se ubicó en severo. Donde se concluyó que los niveles de estrés académico intervienen de manera moderada en los estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de la I.E Zarumilla.

*Tabla 5. Relación entre adicción al smartphone y las dimensiones de estrés académico en los estudiantes de la I.E Zarumilla, Tumbes 2024*

			Estresores	Síntomas	Estrategias De Afrontamiento
Rho de Spearman	Adicción Smartphone	Coefficiente de correlación Sig. (bilateral)	,286**	,361**	,270**
		N	250	250	250

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

*Nota: Fuente base de datos de estrés académico en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria (Elaboración Propia)*

En la tabla 5 se puede observar la relación entre la adicción al smartphone y las dimensiones del estrés académico (estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento), para ello se utilizó la prueba de correlación Rho de Spearman, debido a que las variables no presentaron distribución normal.

A través de la aplicación del coeficiente Rho Spearman, se obtuvo un nivel de significancia de ,000 el cual es  $<$  a 0.05, por lo tanto, los resultados indican que, a mayor nivel de adicción al smartphone, existe un mayor nivel de estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento, siendo esta relación baja para estresores y estrategias de afrontamiento, y moderada en el caso de síntomas.

## 4.2. Discusión

De acuerdo a lo expuesto en los objetivos general y específicos, se redacta la interpretación de los resultados a continuación:

El estudio obtuvo como resultado la existencia de la relación significativa en nivel moderada entre la adicción a los smartphones y el estrés académico en los estudiantes que cursan el tercer, cuarto y quinto año de secundaria de una institución educativa pública del distrito de Zarumilla, Tumbes 2024; por lo tanto con estos resultados se acepta la hipótesis de investigación; pues los niveles tanto de adicción a los smartphones como de estrés académico se encuentran entre bajos y moderados, lo cual concluye en que existe relación e influencia entre ambas variables de estudio.

Detallando los resultados y afirmando la relación significativa en nivel moderada de la adicción a los smartphones y estrés académico en estudiantes de tercero, cuarto y quinto de secundaria de una Institución educativa del distrito de Zarumilla, Tumbes 2024; destaca la semejanza de esta conclusión a los resultados obtenidos por Castro (2024), en la investigación sobre el uso problemático de las redes sociales y estrés académico en estudiantes universitarios de Lima metropolitana, en la cual encontró relación significativa de tamaño mediano entre ambas variables, describiendo que los estudiantes con mayor puntuación en la obsesión por el uso de las redes sociales y estrés académico son los que se encuentran iniciando los estudios universitarios.

También se menciona el estudio realizado por Escandón (2021), cuyo objetivo fue determinar la relación entre adicción a las redes sociales y estrés académico en estudiantes universitarios de psicología de una universidad privada de Lima; en la cual como resultado afirmó la relación altamente significativa entre adicción a las redes sociales y estrés académico, explicando que en caso que el estudiante presente signos de adicción a las redes sociales, se asocia directamente a la aparición de indicadores de estrés académico.

Así mismo se encuentra la investigación de Guzmán y Pino (2021), quienes se plantearon determinar la relación entre estrés académico y uso de redes sociales teniendo como población a estudiantes de quinto año de secundaria de una institución

educativa del distrito de Yauri, Cusco, encontrando como conclusión al objetivo la aceptación de la hipótesis planteada la cual afirma la relación significativa entre las variables de estudio, indicando que el uso libre de dispositivos móviles propicia un nivel alto del uso de las redes sociales.

Con respecto al objetivo específico 1; se identificó que el nivel predominante de adicción a los smartphones en los estudiantes de tercero, cuarto y quinto de secundaria de una institución del distrito de Zarumilla, 2024, fue leve con un porcentaje de 54%. Si se compara con otras investigaciones se puede mencionar a Bravo y Murga (2024), quienes realizaron una investigación denominada adicción al teléfono celular y salud mental en adolescentes de un colegio de Lambayeque, donde encontraron que 62.7% de los estudiantes presentaron adicción al celular, con el 20.9% de estudiantes en nivel bajo de adicción y el 20.9% en nivel alto de adicción. Cabe mencionar también la investigación de Alan y Padilla (2024), titulada dependencia al smartphone y agresividad en estudiantes de educación básica alternativa del distrito de Ate, 2023; la cual en los resultados menciona que ninguno de los participantes tuvo un nivel sin dependencia, teniendo al 49.2% en un nivel de dependencia bajo y un 12% en un nivel de dependencia moderado y 37% en nivel de dependencia alto a los smartphones, resaltando entre ellos el sexo masculino. Pillpa (2023), realizó una investigación para encontrar la relación entre el clima familiar y la adicción al celular en estudiantes de una institución educativa particular; encontrando que el 42.5% de la población posee un nivel de adicción al celular bajo, 16.5% poseen nivel alto y 41% se encuentran en nivel moderado de adicción al celular.

El nivel leve de adicción a los smartphones, es considerado como el uso no problemático de este dispositivo, ya que este uso no genera consecuencias adversas a las personas y a quienes los rodean, ya que no hay efectos negativos por el uso de los teléfonos móviles; y si las hubiera son de rápida solución a consciencia del propio individuo (Chóliz et al., citado por García y Escalera, 2021).

En el objetivo específico 2; se identificó que los estudiantes de tercero, cuarto y quinto de secundaria de la institución educativa Zarumilla, Tumbes 2024 se encuentran la mayoría en nivel moderado de estrés académico (69.2%), de la misma manera tenemos a 24.4 % en nivel alto de estrés académico y 6.4% en nivel leve. En este

apartado se menciona a Chávez y Coaquira (2022), en el estudio titulado adicción a redes sociales y estrés académico en estudiantes ecuatorianos de nivel tecnológico, encontraron que la población de estudio se ubicó con un 59.6% en estrés académico moderado, 23.0% en nivel leve y 17.4% en nivel severo de estrés.

Durán y Mamani (2021), llevaron a cabo una investigación para encontrar los niveles de hábitos alimentarios saludables, actividad física y su asociación con el estrés académico en estudiantes del primer año de ciencias de la salud, señalaron en sus resultados que el 58.3% se ubicaron en un nivel moderado de estrés, 39.4% en nivel leve de estrés y 3.3% sin estrés.

Además, se resalta la investigación de Tubilla y Vivar (2022), quienes realizaron una investigación con estudiantes de tercer, cuarto y quinto de secundaria, para encontrar la relación entre el estrés académico y la procrastinación académica en una institución educativa secundaria de Chincha. Se observó que el 66.2% se ubicó en un nivel moderado, seguido del 23.3% en un nivel severo de estrés académico y el 10.6% en un nivel leve de estrés académico.

Acuña (2024), menciona que la investigación sobre el estrés en el ámbito académico adquiere una relevancia notable debido a que este tipo de estrés conlleva consecuencias significativas a corto y largo plazo. Los efectos se pueden clasificar en tres áreas: cognitiva, conductual y fisiológica. En la dimensión cognitiva, la percepción de la realidad sufre cambios notables, especialmente en lo que respecta a la autoevaluación. El ámbito conductual conforme el nivel de estrés incrementa, los estudiantes modifican sus hábitos de vida, lo que puede desembocar en problemas de salud. En los efectos psicofisiológicos, destacar la mayor susceptibilidad del organismo debido a la debilitación del sistema inmunológico y alteraciones en el patrón de sueño.

Por último, el objetivo específico 3; el cual fue determinar la relación entre adicción al smartphone y las dimensiones de estrés académico en estudiantes de la I.E Zarumilla, Tumbes 2024; se encontró que existe relación significativa entre adicción al smartphone y las dimensiones de estrés académico, las cuales son estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento.

Se apoyan los resultados con la investigación de Aguilar (2024), denominada adicción a las redes sociales y estrés académico en estudiantes de una institución educativa pública de Lima Sur. Para dicha investigación utilizaron el cuestionario ARS y el inventario SISCO SV-21. Al analizar la relación entre la adicción a las redes sociales y las dimensiones de estrés académico: estímulos de estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento, encontró relación positiva. Concluyendo en la investigación que el uso desmedido de las redes sociales, implica la presencia de estrés en los estudiantes.

La investigación realizada por Flores (2023), sobre estrés académico y adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur; empleó el Inventario SISCO de estrés académico y el cuestionario de adicción a redes sociales ARS. Tras evaluar la relación de adicción a las redes sociales y estrés académico pudo evidenciar la relación significativa entre adicción a las redes sociales y dos dimensiones de estrés académico. Estos resultados revelan que las conductas adictivas a las redes sociales, interfieren alterando las labores académicas, familiares y personales; siendo la procrastinación de sus labores los generadores de estresores, que evocan a síntomas físicos, psicológicos y reducción de la capacidad de afrontamiento.

## V. CONCLUSIONES

1. Existe relación significativa entre adicción a los smartphones y estrés académico en estudiantes de una institución educativa del distrito de Zarumilla, Tumbes 2024.
2. Se identificó que el nivel de adicción a los smartphones de los estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una institución educativa del distrito de Zarumilla, Tumbes 2024; se encuentran en un nivel leve con un porcentaje mayoritario de 54%.
3. En la variable de estrés académico los estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una institución educativa del distrito de Zarumilla, Tumbes 2024; en mayoría porcentual de 69.2% se ubican en un nivel moderado.
4. Se identificó relación significativa baja entre la adicción al smartphone y las dimensiones de estrés académico en los estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una institución educativa del distrito de Zarumilla, Tumbes 2024.

## VI. RECOMENDACIONES

1. Se recomienda a los estudiantes poder incorporar en sus actividades cotidianas, la práctica de actividades físicas como danzas, deporte, ejercicios corporales para fortalecer las estrategias de afrontamiento del estrés que podrían estar generando en el ámbito escolar y de esa manera mejorar el bienestar mental.
2. Al director y coordinadores académicos de la institución educativa Zarumilla, se les recomienda la intervención mediante talleres o programas para fortalecer las estrategias de afrontamiento de estrés, donde se puedan tratar temas acerca de técnicas o métodos de estudios, para facilitar al estudiante la técnica que mejor se adecue a cada uno de ellos, evitando que los niveles de estrés académicos se eleven y así disminuir las consecuencias negativas en el ámbito académico y salud mental de los alumnos.
3. A los padres de familia de los estudiantes de la institución educativa Zarumilla, se les recomienda evitar el uso sin control del smartphone en sus hijos, ya que ello conlleva a consecuencias conductuales que pueden perjudicar el desarrollo académico, psicológico y bienestar físico de sus hijos, además, respaldar la derivación hacia una intervención clínica para sus progenitores, de esta manera, se podrán contrarrestar las consecuencias negativas en los mismos de forma más efectiva.
4. Se sugiere a los investigadores poder tomar esta investigación como referencia para indagar profundamente en el tema, siendo esta una problemática actual que acarrea muchas consecuencias en el desarrollo de cada individuo por el uso sin control de estos móviles y las consecuencias que se obtienen de ello. De esta manera se podría brindar diferentes opiniones y sugerencias que puedan mejorar en el uso de las nuevas tecnologías y aplicativos que se encuentran en ellas.

## VII. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Acuña, E. (2024). Estrés académico en estudiantes de enfermería, Universidad Nacional Federico Villarreal, 2022. [Tesis de Licenciatura, Univesidad Nacional Federico Villarreal, Lima Perú]. [https://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13084/9051/TESIS\\_AC\\_U%c3%91A\\_QUISPE\\_ELIAS\\_RAUL.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13084/9051/TESIS_AC_U%c3%91A_QUISPE_ELIAS_RAUL.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Aguilar. (2024). Adicción a las redes sociales y estres académico en estudiantes de una institucion educativa publica. [Tesis de licenciatura, Universidad Autonoma del Perú]. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/3413/Aguilar%20Aguilar%2c%20J.%20E.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Alan, B., y Padilla, L. (2024). Dependencia al Smartphone y agresividad en estudiantes de Educación Básica Alternativa del distrito de Ate, 2023. [Tesis de licenCIATURA, Universidad Cesar Vallejo, Lima, Perú]. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/145605/Alan\\_MB\\_C-Padilla\\_OLA-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/145605/Alan_MB_C-Padilla_OLA-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Alcívar, A. M. (2020). Usos educativos de las principales redes sociales: el estudiante que aprende mientras navega. *Revista científica ecociencia*, 7, 1-14. <https://revistas.ecotec.edu.ec/index.php/ecociencia/article/view/294/227>
- Aldana, J., Valdivieso, P., Isea, J., y Colina, F. (2021). Dependencia y adicción al teléfono inteligente en estudiantes universitarios. *Revista científica de Formación universitaria*, 14(5), 129-136. <https://www.scielo.cl/pdf/formuniv/v14n5/0718-5006-formuniv-14-05-129.pdf>
- Aldana, E. (2021). Dependencia y adicción al teléfono inteligente en estudiantes universitarios. *Revista científica de Formación universitaria*, 14(5), 129-136: <https://www.scielo.cl/pdf/formuniv/v14n5/0718-5006-formuniv-14-05-129.pdf>
- Andreu, J. M. (2023). Relación entre ejercicio físico, variables mediadoras y adicción al smartphone en estudiantes: revisión narrativa. *Papeles: Revista especializada de la Facultad de Ciencias de la Educación, Universidad Antonio Nariño.*, 15(30), 103-117. <https://revistas.uan.edu.co/index.php/papeles/article/view/1600/1387>

- Antón Maraña, P., y Rodríguez Torrico, P. (2023). Voces expertas, alumnado, familias y docentes perfilando la adicción al smartphone entre estudiantes. *Revista Tecnología, Ciencia y Educación*, (26), 137-158. [https://riubu.ubu.es/bitstream/handle/10259/8683/Anton-tce\\_2023.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://riubu.ubu.es/bitstream/handle/10259/8683/Anton-tce_2023.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Antón, M., Gutiérrez, S. M., y Torrico, R. (2023). Voces expertas, alumnado, familias y docentes perfilando la adicción al smartphone entre estudiantes. *Revista Tecnología, Ciencia y Educación*, (26), 137-158. [https://riubu.ubu.es/bitstream/handle/10259/8683/Anton-tce\\_2023.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://riubu.ubu.es/bitstream/handle/10259/8683/Anton-tce_2023.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Araoz, Araoz, Ramos, & Uchasara. (2021). Adicción a internet y habilidades sociales en adolescentes peruanos de educación secundaria. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 40(1), 74-80.: <https://www.redalyc.org/journal/559/55971233014/55971233014.pdf>
- Araoz, E. (2021). Adicción a internet y agresividad en estudiantes peruanos de educación secundaria. Obtenido de *Apuntes universitarios*, 11(1), 140-157.: <https://apuntesuniversitarios.upeu.edu.pe/index.php/revapuntes/article/view/560/653>
- Arias, G. (2020). *Técnicas e instrumentos de investigación científica*. Arequipa, Perú. [Enfoques consulting EIRL - Arequipa Perú]. <https://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w26118w/Tecnicas%20e%20instrumentos.pdf>
- Arrivillaga, C., Elhai, J., Rey Peña, L., y Extremera. (2023). Sobreviviendo a la adicción al smartphone en la adolescencia: estrategias clave para regular la ansiedad. *Riuma: Revista Científica; Universidad de Málaga*. <https://hdl.handle.net/10630/28634>
- Barrera, A. L. y Cácaro, M. D. (2022). Adicción al móvil e Impulsividad: ¿ Cuánto tardas en responder un mensaje de Whatsapp?. *Revista: Información psicológica*, (123), 24-38. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8548282>
- Bermudez B., y Corpus G. (2019). Dependencia al Celular y su relación con la agresividad en estudiantes de 3ero a 5to de Secundaria de tres Instituciones

Públicas Educativas de San Juan de Lurigancho, Lima, 2018. [Tesis de licenciatura. Universidad Cesar Vallejo.] [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/41580/Bermudez\\_BF%2cCorpus\\_GF..pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/41580/Bermudez_BF%2cCorpus_GF..pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Bravo, J., y Murga, K. (2024). Adicción al teléfono celular y salud mental en adolescentes de un colegio de Lambayeque, 2023. [Tesis de licenciatura, Univesidad Señor de Sipan, Pimentel, Perú]. <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/12433/Bravo%20Vasquez%2c%20Jennifer%20Thalia%20-%20Murga%20Macalopu%2c%20Katherine%20Jazmin.pdf?sequence=12&isAllowed=y>

Caballero B. (2022). Evaluación de Programas de Adicción al Smartphone.[Trabajo de fn de grado. Crea: Colección de recursos educativos abiertos. Universidad de Jaén.] <https://crea.ujaen.es/handle/10953.1/17109>

Cabero A., Pérez D., y Ortiz V. (2020). Escala para medir la adicción de estudiantes a las redes sociales. [Convergencia, Revista de Ciencias Sociales. Vol. 27 Universidad Autonoma del Estado de México] <https://www.scielo.org.mx/pdf/conver/v27/2448-5799-conver-27-e11834.pdf>

Cabrejos L. (2020). Adicción a videojuegos en relación con la conducta antisocial y delictiva en adolescentes de un colegio estatal de Lima. [CASUS: Revista de Investigación y Casos en Salud, 5(3), 118-130. Universidad Catolica Sedes Sapiense]. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7770608>

Campos, B., y Garay, A. (2021). Resiliencia y estrés académico en universitarios de psicología en tiempos de aprendizaje virtual de una universidad privada de huancayo-2020. [Tesis de licenciatura. Universidad Peruaa Los Andes] <https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/2247/TESIS%20FINAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Campos D., y Lino E. (2023). Propiedades Psicométricas de la Escala de Dependencia y Adicción al Smartphone (EDAS-18) en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. [Tesis de Licenciatura. Universidad Cesar Vallejo].

[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/109295/Campos\\_GDM-Lino\\_SEN-SD.pdf?sequence=1](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/109295/Campos_GDM-Lino_SEN-SD.pdf?sequence=1)

Cardenas B. (2020). El uso problemático de las redes sociales y el cansancio emocionales estudiantes del nivel secundaria de un colegio de Lima Metropolitana. [Tesis de Bachiller. Universidad San Ignacio de Loyola]. <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/4e7d1fd2-2fcc-4723-b02e-fd2b8d0f0512/content>

Chavez, J., y Coaquira, C. (2022). Adicción a redes sociales y estrés académico en estudiantes ecuatorianos de nivel tecnológico. [Revista de investigación, Apuntes Universitarios. 12 (2), julio - setiembre]. <https://apuntesuniversitarios.upeu.edu.pe/index.php/revapuntes/article/view/1101/891>

Chilet, V. (2023). Soledad y adicción a redes sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Sur. [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma del Perú]. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/3450/Chilet%20Villanueva%2c%20Y.%20M..pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Chiza, Vásquez, y Vega. (2021). Adicción a redes sociales y cyberbullying en los adolescentes. Revista Muro de la Investigación, 6(1), 34-44.: <https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/r-Muro-investigacion/article/view/1437/1819>

Chugden A. (2022). Estrés académico y agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada de Huacho, 2022. [Tesis de licenciatura. Universidad Cesar Vallejo]. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/89077/Chugden\\_ADA-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/89077/Chugden_ADA-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Cobiellas C., Anazco H., y Góngora G. (2020). Estrés académico y depresión mental en estudiantes de primer año de medicina. [Educación Médica Superior, 34(2). Universidad de Ciencias Médicas e Holguín]. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-21412020000200015&script=sci\\_arttext&lng=pt](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-21412020000200015&script=sci_arttext&lng=pt)

- Condori O. (2020). Universo, población y muestra. [Curso Taller. universidad Mayor de San Marcos ]. <https://www.aacademica.org/cporfirio/18.pdf>
- Conejero S. (2020). Una aproximación a la investigación cualitativa. [Revista chilena: Neumología Pediátrica, 15(1), 242-244. Sociedad chilena e neumología pediátrica]. [https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/79652453/57-libre.pdf?1643294023=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DUna\\_Aproximacion\\_a\\_La\\_Investigacion\\_Cual.pdf&Expires=1732333699&Signature=OuDeHDFHuYqgM3ndySdFtCe6NtljrI-BcFqziQg9kV9z36vPND5vYt11pKv](https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/79652453/57-libre.pdf?1643294023=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DUna_Aproximacion_a_La_Investigacion_Cual.pdf&Expires=1732333699&Signature=OuDeHDFHuYqgM3ndySdFtCe6NtljrI-BcFqziQg9kV9z36vPND5vYt11pKv)
- Cordero D. (2023). Calidad del servicio en organizaciones proveedoras de internet desde la perspectiva de estudiantes de los diferentes niveles educativos. [Revista Conrado, 19(90), 83-91.] <http://scielo.sld.cu/pdf/rc/v19n90/1990-8644-rc-19-90-83.pdf>
- Critikián D, y Núñez M. (2021). Redes sociales y la adicción al like de la generación z. [Revista de comunicación y salud, 11, 55-76]. <https://www.revistadecomunicacionysalud.es/index.php/rcys/article/view/281/264>
- Cuesta, U. (2020). Smartphone: en comunicación, algo más que una adicción. [Revista Latina de comunicación social, (75), 367 - 381)]. <https://docta.ucm.es/entities/publication/1e949248-3f9c-4522-b7cf-057e5553984b>
- Cuzco, C. (2022). Relacion entre el uso frecuente del celular y el rendimiento académico en estudiantes de educación Basica Superior de la Unidad Educativa Chiquintad, periodo octubre 2021 - febrero 2022. [Tesis de licenciatura. Universidad Politecnica Salesiana] <https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/22650/1/UPS-CT009800.pdf>
- Davila, V., y Pumarrumi, S. (2018). Dependencia al teléfono móvil e impulsividad en estudiantes de 12 a 16 años de una Institución Educativa Privada de Lima Este. [Tesis de licenciatura. Universidad Peruana Union]. <https://repositorio.upeu.edu.pe/server/api/core/bitstreams/b22eb8f0-e353-4cb7-8b37-c22cab84f617/content>

- Delgado, D. (2024). Estrategias Psicoterapéuticas en el Manejo de las Adicciones: Una Revisión Descriptiva. [Revista Científica de Salud y Desarrollo Humano, 5(2), 360-383]. <https://revistavitalia.org/index.php/vitalia/article/view/195/288>
- Díaz, S. (2022). La adicción a los smartphones y su efecto en la salud mental de los adolescentes. [Tesis de grado. Universidad de Coruña]. [https://ruc.udc.es/dspace/bitstream/handle/2183/32413/DiazSantano\\_Sara\\_TFG\\_2022.pdf?sequence=2&isAllowed=y](https://ruc.udc.es/dspace/bitstream/handle/2183/32413/DiazSantano_Sara_TFG_2022.pdf?sequence=2&isAllowed=y)
- Durán, R., y Mamani, V. (2021). Hábitos alimentarios, actividad física y su asociación con el estrés académico en estudiantes universitarios de primer año de ciencias de la salud. *Revista Chilena Nutricional*; 48(3): 389-395. <https://www.scielo.cl/pdf/rchnut/v48n3/0717-7518-rchnut-48-03-0389.pdf>
- Escandon, C. (2021). Adicción a las redes sociales y estres académico. [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte, Lima Perú]. <https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/30628/Tesis.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Estrada, E. (2020). Funcionamiento familiar y adicción a redes sociales en estudiantes de educación secundaria de Puerto Maldonado. [Revista San Gregorio, (40), 101-117]. <http://scielo.senescyt.gob.ec/pdf/rsan/n40/2528-7907-rsan-40-00101.pdf>
- Fernandez, E. (2022). Estrés académico y adicción a las redes sociales en estudiantes de un instituto público durante la pandemia, Bagua, 2022 . [Tesis de maestría, Universidad Cesar Vallejo, Lima Perú]. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/103912/Fernandez\\_RE-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/103912/Fernandez_RE-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Flores. (2023). Estres académico y adicción a las redes sociales en estudiantes de una Universidad Privada. [Tesis de licenciatura, Universidad Autonoma del Perú]. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/2857/Flores%20Navarro%2c%20Haydee%20Vanessa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Galván, M. (2020). Nomofobia: Adicción al celular. [Manuscrito recepcional, Reporte de investigación teórico, para obtener licenciatura, Universidad Nacional

Autónoma de México].  
<https://ru.dgb.unam.mx/bitstream/20.500.14330/TES01000826239/3/0826239.pdf>

García, A., y Escalera, M. (2021). Adicción hacia el Teléfono Móvil en Estudiantes de Nivel Medio Superior. Acta de investigación psicológica. vol.10, n.3, pp.54-65. Epub 25-Oct-2021. ISSN 2007-4719.  
[https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S2007-48322020000300054&lng=es&nrm=iso&tIng=es](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S2007-48322020000300054&lng=es&nrm=iso&tIng=es)

García, M., Arroyo, J., Yanguas, R., Vila, M., Sánchez, S., Riechmann, R., y Fontecilla, B. (2022). Adicción a Internet, videojuegos y teléfonos móviles en niños y adolescentes: Un estudio de casos y controles. [Revista Científica Pro Quest. Palma de Mallorca, Tomo 34, N° 3 208 - 217].  
<https://www.proquest.com/openview/a1d8649d1ba85550d5e81ed34cab8704/1?pq-origsite=gscholar&cbl=2032270>

Galán, M. (2020) Nomofobia: Adicción al celular. [Tesis de licenciatura. Universidad Nacional Autónoma de México].  
<https://ru.dgb.unam.mx/bitstream/20.500.14330/TES01000826239/3/0826239.pdf>

Gonzales, J. (2021). Estilos de crianza y adicción al internet en tiempos del Covid 19. [Revista Conecta Libertad ISSN 2661-6904, 5(2), 1-12].  
<https://revistaitsl.itslibertad.edu.ec/index.php/ITSL/article/view/234/419>

Guillermo, M., Flores, J., Piñas, A., Suria, Y., Toledo, W., García, J., y Mejía, G. (2023). Estrés académico y adicción a las redes sociales en estudiantes universitarios peruanos. [Revista científica Salud, Ciencia y Tecnología ISSN 2796-9711, N° 3].  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9129599>

Gutiérrez, S., Díaz, C., y Belandria, L. (2024). Influencia de las nuevas tecnologías en la adolescencia: riesgos y beneficios. [Revista Gestión y Desarrollo libre, 9(18)].  
[http://revistas.unilibre.edu.co/index.php/gestion\\_libre/article/download/12104/11981](http://revistas.unilibre.edu.co/index.php/gestion_libre/article/download/12104/11981)

- Guzman, A., y Pino, A. (2021). Estrés académico y uso de redes sociales en estudiantes de quinto de secundaria de una institución educativa del distrito de Yauri, Cusco - 2021. [Tesis de licenciatura, Universidad Privada TELESUP, Lima, Perú]. <https://repositorio.utelesup.edu.pe/bitstream/UTELESUP/1778/1/GUZMAN%20CARI%20AISMAEL-PINO%20VILCA%20AMELIA%20MERY.pdf>
- Guzmán, C., Zavala, W., y Castillo, N. (2022). Inventario SISCO del estrés académico: revisión de sus propiedades psicométricas en estudiantes universitarios. [Revista Científica Terapia psicológica, 40(2), 197-211]. <https://www.scielo.cl/pdf/terpsicol/v40n2/0718-4808-terpsicol-40-02-0197.pdf>
- Guzmán, C., Álvarez, E., y Pazmiño, B. (2023). Calidad del servicio en organizaciones proveedoras de internet desde la perspectiva de estudiantes de los diferentes niveles educativos. Revista Conrado, 19(90), 83-91. <http://scielo.sld.cu/pdf/rc/v19n90/1990-8644-rc-19-90-83.pdf>
- Guzmán, V., y Gelvez, L. (2022). Phubbing en los adolescentes un comportamiento que afecta la interacción social. Una revisión sistemática. [Revista Estudios Psicológicos, 2(4), 7-19]. <https://estudiospsicologicos.com/index.php/rep/article/view/69/132>
- Hanco, A., Betancur, H., y Mamani, A. (2021). Adaptación y Propiedades Psicométricas de la Escala de Dependencia y Adicción al Smartphone “EDAS” para medir conductas adictivas al Smartphone en adolescentes y jóvenes de 18 a 35 años de la ciudad de Puno–2020. [Revista Científica de Ciencias de la Salud 14 (1): 56 - 66]. [https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/82286174/1844-libre.pdf?1647534409=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DAdaptacion\\_y\\_Propiedades\\_Psicometricas\\_d.pdf&Expires=1732318781&Signature=H41hOGwor08ECkZIH0keeiWDJt2G6kW5quYxvT2rn27G3voKs30wdnOaR](https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/82286174/1844-libre.pdf?1647534409=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DAdaptacion_y_Propiedades_Psicometricas_d.pdf&Expires=1732318781&Signature=H41hOGwor08ECkZIH0keeiWDJt2G6kW5quYxvT2rn27G3voKs30wdnOaR)
- Hernan, C. O. (2024). Uso problemático de redes sociales y estrés académico en universitarios de Lima. [Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú]. <https://tesis.pucp.edu.pe/server/api/core/bitstreams/72e55b38-23bf-4f78-b416-0166636da4e7/content>

- Hernández, C., Pullas, J., y Jaramillo, K. (2022). Comunidades de aprendizaje y nuevas tecnologías. [Digital Publisher CEIT, 7(4), 87-96. Universidad Tecnológica Iberoamericana].  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8514899>
- Hernández, R. (2018). Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. [Revista Universitaria Digital de Ciencias Sociales. Editorial Mc Graw Hill Education. ISBN: 978 - 1-456-6096-5, 714p].  
<https://doi.org/10.22201/fesc.20072236e.2019.10.18.6>
- Huillca, W., y Rodas, J. (2023). Dependencia y adicción al smartphone y agresividad en estudiantes de una institución de educación básica alternativa del distrito Callao, 2022. [Tesis de Licenciatura. Universidad Cesar Vallejo].  
[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/114603/Huillca\\_QW-Rodas\\_CJ-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/114603/Huillca_QW-Rodas_CJ-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Hernández Sampieri, R. (2018). Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta,. Editorial Mc Graw Hill Education.  
<https://doi.org/10.22201/fesc.20072236e.2019.10.18.6>
- Jaimes, Ramírez, Quijano, León, Flores, y Tapia. (2021). Las redes sociales en la educación. [XIKUA Boletín Científico de la Escuela Superior de Tlahuelilpan, 9(18), 22-25].  
<https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/xikua/article/view/7259/8165>
- Kloster, G., y Perrotta, F. (2021). Estres académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Paraná. [Tesis de licenciatura. Universidad Católica Argentina].  
<https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/9774/1/estres-academico-estudiantes-universitarios.pdf>
- Luy, C., Gamero, M., Lopez, G., y Escarcena, R. (2020). Nomofobia: Adicción tecnológica en universitarios. [Revista Studium Veritatis, 18(24), 43-69]  
<https://studium.ucss.edu.pe/index.php/SV/article/view/313/368>
- Malvaceda, E., Soto, J., Carrasco, T., y Hernandez, E. (2024). La investigación cualitativa, sus aportes teóricos, metodológicos y prácticos. Asociación Peruana de Investigación Cualitativa, Sociedad Mexicana de Psicología Social y Ediciones Universidad Cooperativa de Colombia].

[https://www.researchgate.net/profile/Juan-Soto-Ramirez/publication/377581995\\_La\\_investigacion\\_cualitativa\\_sus\\_aportes\\_teoricos\\_metodologicos\\_y\\_practicos/links/65f139c2c05fd26880071fc7/La-investigacion-cualitativa-sus-aportes-teoricos-metodologicos-y-pract](https://www.researchgate.net/profile/Juan-Soto-Ramirez/publication/377581995_La_investigacion_cualitativa_sus_aportes_teoricos_metodologicos_y_practicos/links/65f139c2c05fd26880071fc7/La-investigacion-cualitativa-sus-aportes-teoricos-metodologicos-y-pract)

Manchego, L., y Molina, P. (2022). Factores Problemáticos relacionados a la nomofobia. [Revista PKP. Sinergias Educativas ISSN: 2661-6561]. <https://doi.org/10.37954/se.vi.267>

Menéndez, A., Jiménez, A., Rodrigo, M., Marin, M., Sánchez, F., Roman, E., y Blasco, H. (2022). Adicción a Internet, videojuegos y teléfonos móviles en niños y adolescentes: Un estudio de casos y controles. Revista científica Adicciones vol. 34. núm. 3 pág. 208 - 217]. <https://www.proquest.com/openview/a1d8649d1ba85550d5e81ed34cab8704/1?pq-origsite=gscholar&cbl=2032270>

Miranda, D., y Pacheco, E. (2020). Inteligencia emocional, adicción al smartphone y malestar psicológico como predictores de la nomofobia en adolescentes. Know and share psychology, 1(2). <https://ojs.ual.es/ojs/index.php/KASP/article/view/3195/3519>

Montoya, E. (2022). Asociación de adicción al Smartphone y nivel de actividad física en estudiantes de medicina humana. [Tesis de titulación médica. Universidad Nacional del Santa]. <https://repositorio.uns.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14278/3984/52470.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Montoya, R., y Sandoval, H. (2021). Estrés académico y dependencia al móvil en adolescentes peruanos en el contexto de la pandemia por COVID-19. [Tesis de grado. Universidad Peruana Union]. <https://repositorio.upeu.edu.pe/server/api/core/bitstreams/362b6391-97fb-4831-8a19-35f38fc7dad1/content>

Nicolas, H. G. (2021). Evidencias psicométricas del test de dependencia al móvil en los jóvenes de Lima en el contexto de la pandemia, 2021. [Tesis de licenciatura, Universidad Cesar Vallejo, Lima, Perú].

[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/70940/Gamarra\\_NH-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/70940/Gamarra_NH-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Ordoñez, J. (2020). La inteligencia emocional y su efecto protector ante la ansiedad, depresión y el estrés académico en estudiantes universitarios. [Revista Tzhoecoen, 12(4), 449-461]. <https://revistas.uss.edu.pe/index.php/tzh/article/view/1395/1929>

Ortega, P. (2020). Relación entre el uso excesivo de los smartphones y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada. [Tesis de licenciatura. Universidad San Ignacio de Loyola]. <https://repositorio.usil.edu.pe/entities/publication/6a72e08b-a54c-46d6-9897-d0b68e444d82>

Ortiz, V. (2021). Los jóvenes y el impacto de la adicción al celular en la comunicación familiar: efectos emocional, cognitivo, conductual y social. [Tesis de maestría en trabajo social. Universidad Nacional Autónoma de México]. <https://ru.dgb.unam.mx/bitstream/20.500.14330/TES01000745682/3/0745682.pdf>

Otzen, T., y Manterola, C. (2022). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. [International Journal of Morphology 35(1):227-232]. [https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-95022017000100037&script=sci\\_arttext](https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-95022017000100037&script=sci_arttext)

Pastor, Y. (2022). Estrategias de regulación de uso del smartphone y uso problemático de internet en la adolescencia. Revista Anales de Psicología 38 (2) 269 - 277]. <https://revistas.um.es/analesps/article/view/461771/322621>

Payá, Espada, Orgilés, y Morales. (2023). Tratamientos psicológicos para la adicción a videojuegos en adolescentes y adultos jóvenes: una revisión sistemática. [Revista española de drogodependencias 3 (48) 18-38]. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/esSiqueira/ibc-225990>

Peña, H., Ibarra, R., Rico, A., y Sánchez, S. (2022). Uso excesivo del teléfono inteligente en estudiantes universitarios: una revisión sistemática. [Revista Digital Paraninfo. (34) (34), e34006d]. <https://fundacionindex.com/bootstrap/pages/login.php?url=https://ciberindex.co>

m/index.php/pd/article/view/e34006d/e34006d&plataforma=bc7ba35ef4692635  
279c76df5f022f75

- Pillpa, R. (2023). Clima familiar y adicción al celular en estudiantes de secundaria de una institución educativa particular, Lima-2022. [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana los Andes, Huancayo, Perú]. [https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/6783/T037\\_45544976\\_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/6783/T037_45544976_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Prieto, J. (2023). Relación entre ejercicio físico, variables mediadoras y adicción al smartphone en estudiantes: revisión narrativa. [Papeles: Revista especializada de la Facultad de Ciencias de la Educación, Universidad Antonio Nariño., ISSN-e 2346-0911, Vol. 15, N°. 30, 2023, págs. 103-117]. <https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/16379/Relaci%c3%b3n%20entre%20ejercicio%20f%c3%adsico%20variables%20mediadoras%20y%20adicci%c3%b3n%20al%20smartphone.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Quelal, E. (2024). Impacto de la adicción al smartphone y las redes sociales en la comunicación entre padres e hijos: un estudio en la unidad educativa particular Fernando Ortiz Crespo durante el primer semestre de 2024. [Tesis de maestría, Universidad Politecnica Salesiana - Ecuador]. <https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/28666/1/MSQ873.pdf>
- Quiliano, M. (2020). Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de enfermería. [Ciencia y enfermería, 26:3]. <https://analytics.scielo.org/?journal=0717-9553&collection=chl>
- Ramirez, R. (2019). La nomofobia en alumnas de secundaria del programa vacacional de la I.E. Argentina del Cercado de Lima, periodo 2019. [Tesis de grado. Universidad Inca Garcilazo de la Vega]. [https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UIGV\\_b39226ff00fcea1aa0219b04b9eed444/Details](https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UIGV_b39226ff00fcea1aa0219b04b9eed444/Details)
- Ramos. (2021). El síndrome FOMO: Cómo detectarlo y superarlo. [XinXii, 21 oct. 2021 - 40 páginas]. <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=aExKEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT>

6&dq=sindrome+del+fomo&ots=OZ7pTEVj5x&sig=QLRYrqfYReYN4OyX7x6E1HDIC5o#v=onepage&q&f=false

Ramos, G. (2020). Los alcances de una investigación. [CienciAmérica: Revista de divulgación científica de la Universidad Tecnológica Indoamérica, 9(3), 1-6]. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7746475>

Rengifo, A. (2021). Construcción y validación de la escala de adicción al teléfono móvil en un grupo de universitarios.[Universidad privada del Sagrado Corazon, Lima - Perú]. <https://repositorio.unife.edu.pe/server/api/core/bitstreams/98f406ad-cc64-4ac1-b384-04b3fbe1b30e/content>

Restrepo, J., Sánchez, O., y Castañeda, T. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. [Artículo científico. Revista psicoespacios. 14 (24) 23 - 47]. <http://bibliotecadigital.iue.edu.co/handle/20.500.12717/2042>

Rodríguez, T., San Martín, S., y Jiménez, N. (2021). La adicción al smartphone: el nuevo reto de la educación superior. [In Transformación universitaria: retos y oportunidades 1 (pp. 393-400). Ediciones Universidad de Salamanca]. <https://www.eusal.es/eusal/catalog/view/978-84-1311-530-6/5720/6824-1>

Roig, López, y Urrea. (2023). Dependencia y adicción al smartphone entre el alumnado universitario: ¿ Mito o realidad?. [Alteridad. Revista de Educación, 18(1), 34-47.] <http://scielo.senescyt.gob.ec/pdf/alteridad/v18n1/1390-325X-alt-18-01-00034.pdf>

Román, F. (2020). El smartphone como medio de enseñanza en los estudiantes de la Institución Educativa Nuestra Señora de las Mercedes, Tumbes, 2020. [Tesis de Licenciatura. Universidad Nacional De Tumbes]. <https://repositorio.untumbes.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12874/2460/TESIS%20-%20ROMAN%20CHUQUICUSMA.pdf?sequence=3&isAllowed=y>

Romero, H. (2021). Agresividad y nomofobia en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Lurigancho - Chosica, 2020. [Tesis de licenciatura. Universidad Cesar Vallejo]. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/62468/Romero\\_HKO-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/62468/Romero_HKO-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

- Santos, R. (2023). Adicción a las redes sociales y cansancio emocional durante el COVID19 en estudiantes de la UNTUMBES, 2021. [ Tesis de Licenciatura. Universidad Nacional de Tumbes]. <https://core.ac.uk/download/595492304.pdf>
- Silva, M., y Meza- M. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. [Investigación y ciencia, 28(79), 75-83]. <https://www.redalyc.org/journal/674/67462875008/67462875008.pdf>
- Stevenin, M. (2021). Motivos de uso de redes sociales en población adulta. [Trabajo final de integración de Licenciatura en psicología. Universidad de Palermo]. <http://dspace.palermo.edu/dspace/bitstream/handle/10226/2332/Stevenin%2C%20Mar%C3%ADa%20Laura.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Tejada, Arce, Bilbao, y Serna, L. (2023). Internet, smartphone y redes sociales: entre el uso y abuso, previo a la adicción. [ALTERIDAD. Revista de Educación, 18(1), 14-22]. Obtenido de <http://scielo.senescyt.gob.ec/pdf/alteridad/v18n1/1390-325X-alt-18-01-00014.pdf>
- Teque, J., Díaz, N., y Mechán, D. (2020). Estrés académico en estudiantes de enfermería de universidad peruana. [Medicina naturista, 14(2), 43-48]. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7512760>
- Terrazas, A., Velázquez, C., y Testón, F. (2022). El estrés académico y afectaciones emocionales en estudiantes de nivel superior. [Revista Innova Educación, 4(2), 132-146]. Obtenido de <https://revistainnovaeducacion.com/index.php/rie/article/view/543/576>
- Timana, A. (2022). Clima social familiar y adicción al internet en estudiantes de Psicología de la Universidad Nacional de Tumbes, 2019. [Tesis de licenciatura. Universidad Nacional de Tumbes]. <https://repositorio.untumbes.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12874/2610/TESIS%20-%20TIMANA%20MENDOZA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Tubilla, J., y Vivar, J. (2022). Estrés académico y procrastinación académica en estudiantes de secundaria - Chíncha 2022. [Acta psicológica peruana, 7 (2); 193 - 214]. <http://revistas.autonoma.edu.pe/index.php/ACPP/article/view/378/325>

- Valdivieso, L., Mangas, S., Tous, P., y Espinoza, D. (2020). Estrategias de afrontamiento del estrés académico universitario: educación infantil-primaria. [Educación XX1, 23(2), 165-186]. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/706/70664431007/70664431007.pdf>
- Vallejos, M., Talledo, K., Carlos, D., Caycho, A., Amesquita, S., y Huamanyauri, R. (2024). Tecnoestrés y Adicción al teléfono inteligente mediado por la distracción por teléfono inteligente en universitarios. [Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria, 18(2), 2]. Obtenido de [https://www.researchgate.net/profile/Karim-Talledo-Sanchez-2/publication/383175956\\_Tecnoestres\\_y\\_Adiccion\\_al\\_telefono\\_inteligente\\_mediado\\_por\\_la\\_distraccion\\_por\\_telefono\\_inteligente\\_en\\_universitarios/links/66c1f6b42ff54d6c9edba260/Tecnoestres-y-Adiccion-a](https://www.researchgate.net/profile/Karim-Talledo-Sanchez-2/publication/383175956_Tecnoestres_y_Adiccion_al_telefono_inteligente_mediado_por_la_distraccion_por_telefono_inteligente_en_universitarios/links/66c1f6b42ff54d6c9edba260/Tecnoestres-y-Adiccion-a)
- Yarleque, S., y Zambrano, K. (2024). Relación entre dependencia y adicción al smartphone con el bruxismo en jóvenes “ninis” en dos ciudades de la Costa del Perú, 2023. [Tesis de titulación para cirujano. Universidad Cesar Vallejo]. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/152187/Yarleque\\_MSJ-Zambrano\\_UKE-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/152187/Yarleque_MSJ-Zambrano_UKE-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Zarate, H. (2023). Procrastinación académica en la dependencia al móvil en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Tumbes-2023. [Tesis de maestría. Universidad Cesar Vallejo]. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/145748/Zarate\\_HP-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/145748/Zarate_HP-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

## ANEXOS

### Anexo 1. Matriz de consistencia

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLES	INSTRUMENTOS	METODOLOGÍA	POBLACIÓN Y MUESTRA
<p>¿Como se relaciona el uso excesivo de los smartphones con el estrés académico en los adolescentes de una institución educativa de Zarumilla, Tumbes 2024?</p>	<p><b>Objetivo General:</b> Determinar la relación entre la adicción a los smartphones y el estrés académico en los adolescentes de una institución educativa del distrito de Zarumilla, Tumbes 2024.</p> <p><b>Objetivos Específicos:</b> Conocer los niveles de adicción a los smartphones en adolescentes de una institución educativa del distrito de Zarumilla, Tumbes 2024. Identificar los niveles de estrés académico en adolescentes de una institución educativa del distrito de Zarumilla, Tumbes 2024.</p>	<p>H1: Existe relación directa significativa entre adicción a los smartphones y estrés académico en adolescentes de una institución educativa del distrito de Zarumilla, Tumbes 2024.</p> <p>H0: No existe relación directa significativa entre adicción a los smartphones y estrés académico en adolescentes de una institución</p>	<p>Adicción a los Smartphones y Estrés Académico</p>	<p>Cuestionario de SISCO de Estrés Académico. Test de Dependencia al Móvil para la adicción a los smartphones.</p>	<p>La investigación es de tipo básica descriptivo-correlacional, ya que busca establecer la relación entre la adicción a los smartphones y el estrés académico en estudiantes de secundaria. El enfoque es cuantitativo, utilizando instrumentos para la medición numérica y análisis estadístico de los datos. El diseño es no experimental, lo que implica que no se</p>	<p>La población de estudio estuvo conformada por los estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una institución educativa de Zarumilla-Tumbes. Esta población incluye tanto a los alumnos del turno mañana como del turno tarde, El total de estudiantes es de 720, y la muestra</p>

---

Determinar la relación entre educativa del  
adicción al smartphone y las distrito de  
dimensiones de estrés Zarumilla, Tumbes  
académico adolescentes de una 2024.  
institución educativa del distrito  
de Zarumilla, Tumbes 2024.

---

manipulan las es 250  
variables y los datos adolescentes.  
se recolectarán en un  
solo momento.

**Anexo 2. Matriz de operacionalización de variables**

<b>Variable</b>	<b>Definición operacional</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Ítems</b>	<b>Escala</b>	<b>Rangos</b>
<b>Adicción a los Smartphones</b>	El uso excesivo del smartphone se medirá a través del Test de Dependencia al Móvil (TDM) de Mariano Chóliz Montañés (2010), que evalúa cuatro dimensiones: abstinencia (5 ítems); abuso y dificultad en controlar el impulso (9	Abstinencia	Sentimientos negativos al no tener el móvil	13, 15, 20, 21 y 22	Escala: ordinal. Nivel: Politómica. Escala de Likert (desde 0 = nunca hasta 4 = muchas veces)	Bajo (Menor a 24) Medio (25 a 48) Alto (49 a más)
			Creencias a favor del uso diario del celular			
		Abuso y dificultad en controlar el impulso	Deseos de agarrar el teléfono celular y utilizarlo	1, 4, 5, 6, 8, 9, 11, 16 y 18		
			Dificultades para dejar de usar el celular			
Problemas ocasionados por el uso excesivo	Incremento en el uso del celular	2, 3, 7 y 10				
	Uso cotidiano del celular					
	Usar el celular como actividad principal	(Puntaje máx. 36)				
	Problemas sociales por el uso del celular	(Puntaje máx. 16)				
	Discusiones con los padres por el uso del celular					

	ítems); Problemas ocasionados por el uso excesivo (4 ítems); y Tolerancia (4 ítems).	Tolerancia	Incremento en la línea telefónica  Incremento en el número de llamada o mensajes de texto Necesidad de utilizar el celular	12, 14, 17 y 19 (puntaje max16)	
<b>Estrés Académico</b>	El estrés académico se medirá mediante el Inventario SISCO de Estrés Académico de Arturo Barraza Macías, que evalúa 3 dimensiones:	Estresores.  Síntomas (reacciones físicas, psicológicas y comportamentales).	Escaso tiempo para lograr concluir con labores académicas. Realización de exámenes. El tipo de tarea o actividad que piden los maestros. La evaluación de los profesores.  Cefalea, taquicardia, agotamiento, insomnio o sueño irregular. Mostrarse ansioso, susceptible, triste, problemas para	Ítems 1 al 8.  Ítems 9 al 23.	Intensidad (interpretación simple) Rango/Nivel 0-33% / leve 34-66% / moderado 67 – 100% / profundo Frecuencia (Interpretación desglosada)

Estrategias de afrontamiento.	concentrarse, infelicidad, inseguridad.	Rango/Nivel
	Aislarse, pobre esfuerzo en sus deberes, genera conflictos, desgano.	0 – 25% / Rara vez
	Resolución de conflicto	26 – 50% / Algunas veces
	Centrarse en solucionar el dilema	51 – 75% / Casi siempre
	Esforzándose y obteniendo logros	76 – 100% / Siempre
	Confiando en personas de confianza,	

---

**Anexo 3. Instrumento de dependencia al móvil – TDM**

**TEST DE DEPENDENCIA AL MÓVIL (TDM) - Cuestionario**

Indica con qué frecuencia te ocurren los hechos que aparecen a continuación, tomando como criterio la siguiente escala:

0	1	2	3	4
Nunca	Rara vez	A veces	Con frecuencia	Muchas veces

<b>AFIRMACIÓN</b>	Nunca	Rara vez	A veces	Con frecuencia	Muchas veces
Me han llamado la atención o me han hecho alguna advertencia por utilizar demasiado el celular					
Me he puesto un límite de uso y no lo he podido cumplir					
He discutido con algún familiar por el gasto económico que hago del celular					
Dedico más tiempo del que quisiera a usar el celular					
Me he excedido con el uso del celular					
Me he acostado más tarde o he dormido menos por estar utilizando el celular					
Gasto más dinero con el celular del que me había previsto					
Cuando me aburro, utilizo el celular					
Utilizo el celular en situaciones que, aunque no son peligrosas, no es correcto hacerlo (comiendo mientras otras personas me hablan)					

Me han reñido por el gasto económico del celular					
Cuando llevo un tiempo sin utilizar el celular, siento la necesidad de usarlo (llamar a alguien, enviar un SMS o un WhatsApp, etc)					
Últimamente utilizo mucho más el celular					
Me sentiría mal si es que se estropeará el celular por mucho tiempo					
Cada vez necesito utilizar el celular con más frecuencia					
Si no tengo el celular, me siento mal					
Cuando tengo el celular a mano, no puedo dejar de utilizarlo					
Necesito utilizar el celular con mayor frecuencia					
Nada más levantarme lo primero que hago es ver si me ha llamado alguien al celular, si me han mandado un mensaje, WhatsApp, etc					
Gasto más dinero con el celular ahora que al principio					
No creo que pueda aguantar una semana sin celular					
Cuando me siento solo le hago una llamada a alguien, le envié un mensaje o un WhatsApp, etc.					
Ahora mismo agarraría el celular y enviaría un mensaje, o haría una llamada.					

#### **Anexo 4. Ficha técnica del test de dependencia al móvil – TDM**

##### **TEST DE DEPENDENCIA AL MÓVIL (TDM) – Ficha Técnica**

**Nombre:** Test de Dependencia al Móvil (TDM)

**Autor:** Mariano Chóliz Montañés

**Adaptación peruana:** Gamero et al.

**Lugar de validez y adaptación:** Arequipa.

**Procedencia:** España (2010).

**Año:** 2016

**Duración:** 10 a 15 minutos

**Forma de aplicación:** Individual o colectiva

**Población:** Entre 14 y 33 años.

**Tipo de instrumento:** Cuestionario

**Numero de ítems:** 20 ítems.

**Objetivo:** evaluar el nivel de dependencia al móvil.

**Descripción:** Consiste en 22 ítems distribuidos en 4 dimensiones. Utiliza una escala de Likert de 0 a 4, donde 0 representa "nunca" y 4 "muchas veces", con el objetivo de identificar la dependencia al móvil. Los cuatro factores incluyen: abstinencia (ítems 13, 15, 20, 21 y 22), problemas causados por el uso excesivo (ítems 2, 3, 7 y 10), abuso y dificultad para controlar el impulso (ítems 1, 4, 5, 6, 8, 9, 11, 16 y 18) y tolerancia (ítems 12, 14, 17 y 19).

## **Anexo 5. Proceso de validez y/o confiabilidad del test de dependencia al móvil – TDM**

**Validez:** En la versión original Chóliz (Citado por Gamero et. al., 2016) se basó en el DSMIV-TR, inicialmente contenía 101 ítems. Se validó mediante juicio de expertos, reduciendo los ítems a 46 para el piloto y luego a 22 mediante análisis factorial. Arrojo Alfa de Cronbach = 0.94. La correlación ítem – test fue  $\leq 0.5$ . Se usó el método de componentes principales con rotación Promax (Kappa=4), asumiendo correlación entre factores. Las pruebas de esfericidad de Bartlett y KMO afirmaron que matriz de correlaciones es adecuada para el análisis factorial. Se identificaron tres factores: "abstinencia" (42.69% de varianza), "ausencia de control y problemas derivados del consumo" (10.38% de varianza) y "tolerancia e interferencia con otras actividades" (5.64% de varianza).

En la versión adaptada Gamero et al. (2016) señalaron que el TDM es válido para medir la adicción al celular en universitarios de entre 16 y 33 años, ya que explica el (54.74%) de la variabilidad total. Para asegurarse de la validez, llevaron a cabo un análisis detallado que reveló tres aspectos clave de la adicción al móvil. El primero, llamado abstinencia y tolerancia, se refiere a la necesidad compulsiva y la dificultad para alejarse del teléfono ( $\alpha=0.901$ ), explicando la mayor parte de la variabilidad (40.7%) y constando de doce preguntas específicas. El segundo aspecto, representa un porcentaje menor de la variabilidad (7.39%) pero sigue siendo importante ( $\alpha=0.853$ ), y se compone de siete preguntas específicas. Finalmente, el tercer aspecto se centra en los problemas que surgen del mal y exagerado uso del teléfono y explica una parte más pequeña de la variabilidad (6.64%) ( $\alpha=0.762$ ), compuesto por tres preguntas específicas.

**Confiabilidad:** En la versión original Chóliz (citado por Gamero et al. 2016) utilizaron el Alfa de Cronbach donde analizaron la confiabilidad por consistencia inter. Inicialmente, se evaluaron los 46 ítems, arrojando un resultado de 0,94. Tras realizar la correlación ítem-test, se eliminaron 23 ítems debido a la débil correlación con la prueba en la totalidad. A pesar de esta eliminación, la consistencia interna apenas se vio afectada, manteniéndose en 0,936. Posteriormente, se retomó a aplicar el índice de homogeneidad arreglado y el coeficiente Alfa de Cronbach, lo que señaló la

necesidad de eliminar el ítem 15.5 por la correlación inferior a 0,5. En conclusión, la prueba quedó conformada por 22 ítems y mantuvo una consistencia interna de 0,94. Todos los ítems mostraron un índice de homogeneidad corregido superior a 0,5, indicando que medían el mismo constructo: la dependencia del teléfono celular.

## Estudio Piloto

En la versión adaptada Gamero et al., (2016) se propuso adaptar y evaluar las características psicométricas del TDM. Donde 1400 estudiantes universitarios, eran la muestra seleccionada. Tras analizar los resultados, se concluyó que el test es válido y confiable, mostrando también evidencia de validez de contenido y constructo.

Para esta investigación se realizó la validez y proceso de confiabilidad respectivo.

**Validez:** el instrumento fue validado mediante una evaluación de contenido realizada por expertos, quienes analizaron la pertinencia, relevancia y claridad.

**Confiabilidad:** Para evaluar la confiabilidad interna del instrumento, se utilizó el coeficiente Alfa e Cronbach. El resultado obtenido fue de ,907, lo cual indica un nivel de confiabilidad excelente (George y Mallery, 2023). Este valor sugiere que los ítems que componen el instrumento presentan una alta consistencia interna, es decir, las preguntas están relacionadas entre sí y miden de manera homogénea la misma característica: la dependencia al teléfono móvil.

### *Resumen de procesamiento de casos*

		N	%
Casos	Válido	250	100,0
	Excluido <sup>a</sup>	0	0
	Total	250	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad

---

Alfa de Cronbach basada en elementos		
Alfa Cronbach	deestandarizados	N de elementos
,907	,905	22

---



No entender los temas que se abordan en clase					
Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc)					
Tiempo limitado para hacer el trabajo					
Otra.....(Especifique)					

## 2. DIMENSIÓN SÍNTOMAS (REACCIONES)

Reacciones Físicas					
	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Trastornos del sueño (insomnio o pesadillas)					
Fatiga crónica (cansancio permanente)					
Dolores de cabeza o migrañas					
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc					
Somnolencia o mayor necesidad de dormir					
Reacciones Psicológicas					
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
Ansiedad, angustia o desesperación					
Problemas de concentración					
Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad					
Reacciones Comportamentales					

. Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
. Aislamiento de los demás					
. Desgano para realizar las labores escolares					
. Aumento o reducción del consumo de alimentos					
Otras: .....(Especificar)					

### 3. DIMENSIÓN ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO

	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					
Elogios a sí mismo					
La religiosidad (oraciones o asistencias a misa)					
Búsqueda de información sobre la situación					
Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que me preocupa)					
Otra.....(Especificar)					

## **Anexo 7. Ficha técnica del test de estrés académico – SISCO**

### **Inventario SISCO de Estrés Académico – Ficha Técnica**

**Nombre:** Inventario de Estrés Académico SISCO

**Autor:** Arturo Barraza Macías

**Adaptación peruana:** Puentes-Sánchez (Escajadillo, 2019).

**Lugar de validez y adaptación:** Lima

**Procedencia:** Durango – México

**Año:** 2007

**Duración:** 10 a 15 minutos

**Forma de aplicación:** Individual o colectiva

**Población:** Adolescentes a partir de 12 años de edad.

**Tipo de instrumento:** Cuestionario

**Numero de ítems:** 31 ítems.

**Objetivo:** evaluar el estado de estrés escolar

**Descripción:** Incluye tres dimensiones principales: Estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento del estrés: incluye un ítem de filtro dicotómico inicial (sí-no) que determina si se completa el inventario o no, seguido de una escala Likert de cinco puntos (siendo 1 poco y 5 mucho) para determinar el nivel de estrés académico. Para la calificación se usó una escala Likert de 5 puntos, desde “nunca” hasta “siempre”. Dentro de la dimensión estresores se usaron 8 ítems, 15 para medir la frecuencia de síntomas o reacciones y 6 para medir la frecuencia de uso de estrategias de afrontamiento (Escajadillo, 2019).

## **Anexo 8. Proceso de validez y confiabilidad del test de estrés académico – SISCO**

### **Estudio piloto.**

El estudio piloto se formó con 180 universitarios de psicología de Villa el Salvador. El 71.7% del sexo masculino y el 28.3% del sexo femenino. Los participantes tenían edades que oscilaban entre los 17 y 55 años de edad. El grupo etario mas representativo fue de 21 a 25 años de edad. Además, se tuvieron en cuenta las propiedades psicométricas del test, que se describen líneas abajo.

### **Evidencia de la validez de constructo (validez factorial)**

Para poder obtener la validez del cuestionario se utilizó el análisis funcional exploratorio con método de mínimos cuadrados no ponderados (ULS) y una rotación Promax debido a la correlación entre los factores y las dimensiones. El KMO (,899) y el Test de Bartlett ( $X^2=2226,350$ ,  $gl=231$ ,  $p<,001$ ) demostraron valores aceptables para utilizar la matriz factorial.

Existieron autovalores mayores a la unidad para las cuatro dimensiones, los cuales, explican en su totalidad el 62.9 % de VEA, con un 42.3% para la primera dimensión, así también, las cargas factoriales estuvieron por 62 encima del .30. Dichos valores permitieron interpretar un resultado adecuado de validez de constructo.

### **Confiabilidad**

En la siguiente tala se presentan los resultados obtenidos tras indagar la confiabilidad del cuestionario en los 180 estudiantes de la carrera profesional de psicología en Villa el Salvador, donde podemos observar puntajes para la escala a nivel total fue de ,934, siendo aceptable para la confiabilidad del instrumento.

*Confiabilidad del Test de dependencia al Móvil (TDM)*

n (180)	N de elementos	Alfa	Omega
Abstinencia	5	.844	.845
Abuso y dificultad para controlar el impulso	9	.858	.859
Problemas ocasionados por el uso	4	.780	.809
Tolerancia	4	.735	.736
Escala total	22	.934	.935

Para esta investigación se realizó la validez y proceso de confiabilidad respectivo.

**Validez:** el instrumento fue validado mediante una evaluación de contenido realizada por expertos, quienes analizaron la pertinencia, relevancia y claridad.

**Confiabilidad:** la confiabilidad se verificó utilizando un grupo piloto compuesto por 25 estudiantes de cuarto año de secundaria y para determinar el nivel, se aplicó el coeficiente de Alfa de Cronbach, obteniendo un resultado de 0,914, lo cual indica una alta fiabilidad de la prueba (Escajadillo, 2019).

*Resumen de procesamiento de casos*

		N	%
Casos	Válido	249	100,0
	Excluido <sup>a</sup>	0	,0
	Total	250	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Se procedió a calcular el coeficiente Alfa de Cronbach con el propósito de determinar la consistencia interna del instrumento. El análisis arrojó un coeficiente de ,932, lo que, según los criterios propuestos por George y Mallery (2023), se interpreta como un nivel de confiabilidad excelente. Este resultado refleja que los ítems del cuestionario mantienen una elevada homogeneidad y coherencia entre sí, garantizando que el instrumento mide de manera precisa y estable las dimensiones asociadas al estrés académico en estudiantes.

*Estadísticas de fiabilidad*

---

Alfa de Cronbach	basada en elementos	Alfa deestandarizado N de Cronbach s elementos
,932	,931	29

---

## **Anexo 9. Consentimiento Informado**

### **CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Nombre de la investigación: “Adicción a los smartphones y estrés académico en adolescentes de una Institución Educativa del distrito de Zarumilla, Tumbes 2024”.

La presente investigación es realizada por Mateo Fernando Manuel Vílchez Zapata, estudiante de la carrera de psicología, en la Universidad Nacional de Tumbes, con la finalidad de obtener mi grado de bachiller y posteriormente mi título de licenciado. El objetivo principal es determinar la relación entre las variables de estudio, y para ello he decidido trabajar con los estudiantes de la Institución educativa “Zarumilla” en los niveles de 3er, 4to y 5to año de secundaria. Se realizarán dos cuestionarios, uno para medir el nivel de dependencia al móvil y otro para medir el nivel de estrés académico. Los datos obtenidos en estos cuestionarios serán totalmente anónimos y tratados con el respeto, la confidencialidad, y la mejor ética profesional, los resultados se obtendrán mediante análisis de datos en excell, y el programa estadístico SPSS. Los resultados serán entregados a la Institución Educativa, con la finalidad de que les sea informado y utilizados para los fines que crean convenientes. La participación en esta investigación es totalmente voluntaria.

Para brindar su consentimiento, complete los datos siguientes:

Yo \_\_\_\_\_; con  
DNI \_\_\_\_\_, doy el consentimiento para que mi hijo(a)  
\_\_\_\_\_, que cursa el  
\_\_\_\_\_ de educación secundaria, en la Institución Educativa Zarumilla;  
participe de la investigación titulada: “Adicción a los smartphones y estrés académico  
en adolescentes de una Institución Educativa del distrito de Zarumilla, Tumbes 2024”;  
desarrollada por el estudiante Mateo Fernando Manuel Vílchez Zapata, estudiante de  
la carrera de psicología, en la Universidad Nacional de Tumbes.

Tumbes, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ del 2024

## **Anexo 10. Asentimiento Informado**

### **ASENTIMIENTO INFORMADO**

Yo \_\_\_\_\_;  
estudiante del \_\_\_\_\_ de sección \_\_\_\_\_, de la Institución Educativa \_\_\_\_\_,  
acepto participar de la investigación “Adicción a los smartphones y estrés académico en adolescentes de una Institución Educativa del distrito de Zarumilla, Tumbes 2024”, llevada a cabo por Mateo Fernando Manuel Vílchez Zapata, estudiante de la carrera de psicología, en la Universidad Nacional de Tumbes, dando fe de que me han informado sobre los objetivos, cuestionarios a realizar, y seguridad de que mis datos serán tratados con respeto y confidencialidad.

Tumbes, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ del 2024.

## Anexo 11. Resolución de designación de jurado



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES  
Ciudad Universitaria - Pampa Grande - Tumbes - Perú



"AÑO DEL BICENTENARIO, DE LA CONSOLIDACIÓN DE NUESTRA INDEPENDENCIA, Y DE LA  
CONMEMORACIÓN DE LAS HEROICAS BATALLAS DE JUNIN Y AYACUCHO"

### RESOLUCIÓN N° 365-2024/UNTUMBES-FACSO-D.

Tumbes, 28 de noviembre de 2024.

**VISTO:** El expediente virtual N° 3035, del 27 de noviembre, correspondiente al OFICIO N° 212-2024/UNTUMBES-FACSO.U.INV-MBE, mediante el cual la directora de la Unidad de Investigación de la Facultad de Sociales, alcanza, para su reconocimiento y designación de jurado, el proyecto de tesis titulado "**ADICCIÓN A LOS SMARTPHONES Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL DISTRITO DE ZARUMILLA, TUMBES 2024**", presentado por el estudiante de la Escuela Profesional de Psicología, **MATEO FERNANDO MANUEL VÍLCHEZ ZAPATA**, para optar el título profesional de Licenciado en Psicología; y

#### **CONSIDERANDO:**

Que en conformidad con lo establecido en el numeral 45.2 del artículo 45° de la Ley Universitaria N°30220 y en el artículo 90° del Estatuto de esta Universidad, para optar el título profesional se requiere la presentación y sustentación de una tesis;

Que, en conformidad con lo expuesto, deviene procedente el reconocimiento del proyecto de tesis titulado "**ADICCIÓN A LOS SMARTPHONES Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL DISTRITO DE ZARUMILLA, TUMBES 2024**", para efectos de su evaluación, como tal, por el jurado calificador que también se constituye con esta Resolución, en virtud de la propuesta formulada con el informe señalado en la referencia;

Que complementariamente a lo señalado en el considerando precedente, se impone la necesidad de efectuar, como corresponde, la designación del docente asesor de dicho documento académico;

Que, en razón de lo anterior, es conveniente disponer lo pertinente en relación con lo aquí expuesto, en los términos que se consignan en la parte resolutive;

En uso de las atribuciones conferidas a la señora Decana de la Facultad de Ciencias Sociales;

#### **SE RESUELVE:**

**ARTICULO PRIMERO: RECONOCER** al estudiante de la Escuela Profesional de Psicología, **MATEO FERNANDO MANUEL VÍLCHEZ ZAPATA**, como autor del proyecto de tesis titulado "**ADICCIÓN A LOS SMARTPHONES Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL DISTRITO DE ZARUMILLA, TUMBES 2024**", presentado por dicho estudiante.



**RESOLUCIÓN N° 365-2024/UNTUMBES-FACSO-D.**

**ARTICULO SEGUNDO:** CONSTITUIR el Jurado Calificador del proyecto de tesis titulado "ADICCIÓN A LOS SMARTPHONES Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL DISTRITO DE ZARUMILLA, TUMBES 2024" con la siguiente conformación:

**Presidente** : Dr. Miguel Angel Saavedra Lopez.  
**Secretario** : Mg. Gloria Elizabeth Imán Tineo.  
**Vocal** : Dr. Alexander Ordinola Luna.  
**Accesitario** : Dr. Pedro Fre Infante Sanjinez.

**ARTÍCULO TERCERO:** DESIGNAR al Dr. Alexander Ordinola Luna como **asesor** del proyecto de tesis titulado "ADICCIÓN A LOS SMARTPHONES Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL DISTRITO DE ZARUMILLA, TUMBES 2024", lo que se dispone en razón de lo señalado en la parte considerativa.

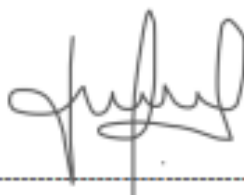
**ARTÍCULO CUARTO:** DEJAR expresamente indicado que, en conformidad con el artículo 59° del Reglamento de tesis para pregrado y posgrado de esta Universidad, el incumplimiento de las funciones del jurado, el asesor o tesista, pueden solicitar el cambio del jurado.

**ARTÍCULO QUINTO:** DEJAR expresamente indicado que, en conformidad con el artículo 56°, el tesista puede cambiar de asesor y/o coasesor (es) si no cumplen sus funciones, según el ítem a) del artículo 52° del presente reglamento.

Dada en la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes, el veintiocho de noviembre del dos mil veinticuatro.

**REGÍSTRASE Y COMUNÍCASE:** (Fdo.) Dra. DIANA MILAGRO MIRANDA YNGA, Decana de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes; (Fdo.) Mg. Crithiam Jacob Hidalgo Sandoval, Secretario Académico de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes.

*C. c.*  
-RECTOR-VRACAD-OGCDA  
-FACSO-DDH-DDT-DET-DEED  
-DEED-DDPS-DEPS-DECC  
-REG.TEC-Interesado-Archivo  
DMMY/D.  
CIHS/Sec. Acad



Mg. Crithiam Jacob Hidalgo Sandoval  
SECRETARIO ACADÉMICO



## Anexo 12. Resolución de aprobación de proyecto



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES  
Ciudad Universitaria - Pampa Grande - Tumbes - Perú



"AÑO DE LA RECUPERACIÓN Y CONSOLIDACIÓN DE LA ECONOMÍA PERUANA"

### RESOLUCIÓN N° 074-2025/UNTUMBES-FACSO-D.

Tumbes, 11 de febrero de 2025.

**VISTO:** El expediente virtual N° 190, del 28 de enero de 2025, correspondiente al INFORME N° 01-2025/UNTUMBES-FACSO-JT-MASL, mediante el cual, el presidente del Jurado constituido con la RESOLUCIÓN N° 365-2024/UNTUMBES-FACSO-D, del 28 de noviembre del 2024, alcanza el acta de aprobación del proyecto de tesis titulado **"ADICCIÓN A LOS SMARTPHONES Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL DISTRITO DE ZARUMILLA, TUMBES 2024"**, presentado por el estudiante de la Escuela Profesional de Psicología, **MATEO FERNANDO MANUEL VÍLCHEZ ZAPATA**, para optar el título profesional de Licenciado en Psicología; y

#### **CONSIDERANDO:**

Que con la RESOLUCIÓN N° 365-2024/UNTUMBES-FACSO-D, del 28 de noviembre del 2024, se reconoce al estudiante **MATEO FERNANDO MANUEL VÍLCHEZ ZAPATA**, como autor del proyecto de tesis titulado **"ADICCIÓN A LOS SMARTPHONES Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL DISTRITO DE ZARUMILLA, TUMBES 2024"**, se constituye el Jurado Calificador y se designa al asesor de dicho documento académico;

Que, de lo consignado en el acta suscrita por los integrantes del indicado jurado, del 27 de enero 2025, y que obra en el expediente señalado en la referencia, se desprende que el mencionado proyecto de tesis ha sido debidamente corregido por el mencionado estudiante y favorablemente evaluado para efectos de su correspondiente aprobación como proyecto de tesis;

Que teniendo en cuenta lo expuesto, deviene procedente la aprobación del indicado documento, con el carácter de proyecto de tesis y cuya evaluación debe continuar a cargo de los docentes miembros de ese mismo jurado calificador;

Que, en razón de lo anterior, es conveniente disponer lo pertinente, en relación con lo aquí expuesto, en los términos que se consignan en la parte Resolutiva;

En uso de las atribuciones conferidas a la señora Decana de la Facultad de Ciencias Sociales;

#### **SE RESUELVE:**

**ARTÍCULO PRIMERO:** APROBAR el proyecto de tesis titulado: **"ADICCIÓN A LOS SMARTPHONES Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL DISTRITO DE ZARUMILLA, TUMBES 2024"**, presentado por el estudiante de



**RESOLUCIÓN N° 074-2025/UNTUMBES-FACSO-D.**

la Escuela Profesional de Psicología, **MATEO FERNANDO MANUEL VÍLCHEZ ZAPATA**, para optar el título profesional de Licenciado en Psicología.

**ARTÍCULO SEGUNDO:** **AUTORIZAR**, la ejecución del proyecto de tesis denominado: "**ADICCIÓN A LOS SMARTPHONES Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL DISTRITO DE ZARUMILLA, TUMBES 2024**", presentado por el estudiante de la escuela profesional de Psicología, **MATEO FERNANDO MANUEL VÍLCHEZ ZAPATA**, para optar el título profesional de Licenciado en Psicología.

**ARTÍCULO TERCERO:** **RATIFICAR** al Dr. Alexander Ordinola Luna, como **asesor** del proyecto de tesis titulado "**ADICCIÓN A LOS SMARTPHONES Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL DISTRITO DE ZARUMILLA, TUMBES 2024**".

**ARTÍCULO CUARTO:** **DEJAR** expresamente indicado que, en conformidad con el artículo 59° del Reglamento de Tesis la Universidad Nacional de Tumbes, el incumplimiento de las funciones del jurado, el asesor o tesista, pueden solicitar el cambio del jurado.

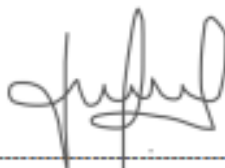
**ARTÍCULO QUINTO:** **DEJAR** expresamente indicado que, en conformidad con el artículo 56° del Reglamento de Tesis de la Universidad Nacional de Tumbes, el tesista puede cambiar de asesor y/o coasesor (es) si no cumplen sus funciones, según el ítem a) del artículo 52° del presente reglamento.

**ARTÍCULO SEXTO:** **COMUNICAR** la presente Resolución a los docentes aquí nominados, al vicerrectorado académico y al instituto de investigación, lo dispuesto en la presente resolución para su conocimiento y las acciones que son de su propia competencia.

Dada en la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes, el once de febrero del dos mil veinticinco.

**REGÍSTRASE Y COMUNÍCASE:** (Fdo.) Dra. DIANA MILAGRO MIRANDA YNGA, Decana de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes; (Fdo.) Mg. Cristhiam Jacob Hidalgo Sandoval, Secretario Académico de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes.

C. c.  
-RECTOR-VRACAD-OGCDA  
-FACSO-DDH-DDT-DET-DEED  
-DEED-DDPS-DEPS-DECC  
-REG. TEC-Interesado-Archivo  
DMMY/D.  
CJHS/Sec. Acad.



Mg. Cristhiam Jacob Hidalgo Sandoval  
SECRETARIO ACADÉMICO

### Anexo 13. Validación por juicio de expertos

#### I. INFORMACIÓN GENERAL

- 1.1. Apellidos y nombres del validador: Brauno Barreto Elizabeth Solís
- 1.2. Cargo e institución donde labora : Docente UNT
- 1.3. Nombre del instrumento evaluado: Test de dependencia al móvil (TDM)
- 1.4. Autor (es) del instrumento : Mariano Chóliz Montañés. Adaptación peruana por Gamero et al. (2016). Estandarizada a la región tumbes por Bach. Mateo Fernando Manuel Vílchez Zapata (2024).

#### II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

Marcar un aspa dentro del recuadro (X), según la calificación que asigna a cada uno de los indicadores

Aspectos de validación del instrumento		Muy baja	Baja	Regular	Buena	Muy buena
Criterios	Indicadores	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
CONTENIDO	El instrumento recoge los datos e información que realmente es útil para la investigación.					X
INTENCIONALIDAD	El instrumento responde a los objetivos de la investigación.					X
COHERENCIA	El instrumento es congruente con las variables, dimensiones e indicadores de la investigación.					X
ORGANIZACIÓN	El instrumento tiene una estructura lógica y está presentado de manera ordenada.					X
OBJETIVIDAD	El instrumento mide hechos y/o conductas observables y verificables.					X
PERTINENCIA	El instrumento mide de manera adecuada la/s variable/s e indicadores.					X
SUFICIENCIA	El instrumento incluye ítems para todos los aspectos que requieren ser medidos.					X
CONSISTENCIA	El instrumento se sustenta en una suficiente base científica y teórica.					X

REDACCIÓN	El instrumento está escrito atendiendo a las normas de una buena redacción.					X
DIAGRAMACIÓN	El instrumento tiene una adecuada presentación formal (letra, color, etc.).					X
CONTEO TOTAL (Realizar el conteo de cada una de las categorías)		A	B	C	D	E

Coefficiente de validez:


$\frac{A+B+C+D+E}{50}$	$\frac{50}{50} = 1$
------------------------	---------------------

Intervalo	Resultado
0,00 – 0,49	• Validez nula
0,50 – 0,59	• Validez baja
0,60 – 0,69	• Validez media
0,70 – 0,79	• Validez buena
0,80 – 0,89	• Validez muy buena
0,90 – 1,00	• Validez perfecta

III. CALIFICACIÓN GLOBAL

Ubicar el coeficiente de validez obtenido en el ítem respectivo y escriba sobre el espacio el resultado.

Validez: *Perfecta*

*Elizabeth...*  
 PSICÓLOGA  
 C.P.S.P. N° 6268

Firma y sello del profesional que valida:

Tumbes, 22 de abril del 2025.

## II. INFORMACIÓN GENERAL

1.1. Apellidos y nombres del validador: *Bravo Barreto Elizabeth Edelmiro*

1.2. Cargo e institución donde labora : *Docente UNT*

1.3. Nombre del instrumento evaluado: Inventario de Estrés Académico (SISCO)

1.4. Autor (es) del instrumento : Arturo Barraza Macías. Adaptación peruana por Puentes-Sánchez (2010). Estandarizada a la región tumbes por Bach. Mateo Fernando Manuel Vilchez Zapata (2024).

## II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

Marcar un aspa dentro del recuadro (X), según la calificación que asigna a cada uno de los indicadores

Aspectos de validación del instrumento		Muy baja	Baja	Regular	Buena	Muy buena
Criterios	Indicadores	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
CONTENIDO	El instrumento recoge los datos e información que realmente es útil para la investigación.				✓	
INTENCIONALIDAD	El instrumento responde a los objetivos de la investigación.					✓
COHERENCIA	El instrumento es congruente con las variables, dimensiones e indicadores de la investigación.				✓	
ORGANIZACIÓN	El instrumento tiene una estructura lógica y está presentado de manera ordenada.					✓
OBJETIVIDAD	El instrumento mide hechos y/o conductas observables y verificables.				✓	
PERTINENCIA	El instrumento mide de manera adecuada la/s variable/s e indicadores.				✓	
SUFICIENCIA	El instrumento incluye ítems para todos los aspectos que requieren ser medidos.					✓
CONSISTENCIA	El instrumento se sustenta en una suficiente base científica y teórica.				✓	

REDACCIÓN	El instrumento está escrito atendiendo a las normas de una buena redacción.					X
DIAGRAMACIÓN	El instrumento tiene una adecuada presentación formal (letra, color, etc.).					X
<b>CONTEO TOTAL</b>						
(Realizar el conteo de cada una de las categorías)		A	B	C	D	E

**Coefficiente de validez:**

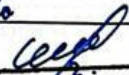
$\frac{A+B+C+D+E}{50}$	$\frac{45}{50} = 0.9$
------------------------	-----------------------

Intervalo	Resultado
0,00 – 0,49	• Validez nula
0,50 – 0,59	• Validez baja
0,60 – 0,69	• Validez media
0,70 – 0,79	• Validez buena
0,80 – 0,89	• Validez muy buena
0,90 – 1,00	• Validez perfecta

**III. CALIFICACIÓN GLOBAL**

Ubicar el coeficiente de validez obtenido en el ítem respectivo y escriba sobre el espacio el resultado.

Validez: Perfecta

  
 Elizabeth E. Bravo Barreto  
 PSICOLOGA  
 C.Ps.P. N° 6268

Firma y sello del profesional que valida:

Tumbes, 22 de abril del 2025.

**I. INFORMACIÓN GENERAL**

- 1.1. Apellidos y nombres del validador: ALFARO GARCIA, LUDWING DARIO
- 1.2. Cargo e institución donde labora : DOCENTE ORDINARIO / UNTUMBES-FACSO-ETP
- 1.3. Nombre del instrumento evaluado: Test de dependencia al móvil (TDM)
- 1.4. Autor (es) del instrumento : Mariano Chóliz Montañés. Adaptación peruana por Gamero et al. (2016). Estandarizada a la región tumbes por Bach. Mateo Fernando Manuel Vilchez Zapata (2024).

**II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN**

Marcar un aspa dentro del recuadro (X), según la calificación que asigna a cada uno de los indicadores

Aspectos de validación del instrumento		Muy baja	Baja	Regular	Buena	Muy buena
Criterios	Indicadores	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
CONTENIDO	El instrumento recoge los datos e información que realmente es útil para la investigación.					X
INTENCIONALIDAD	El instrumento responde a los objetivos de la investigación.					X
COHERENCIA	El instrumento es congruente con las variables, dimensiones e indicadores de la investigación.				X	
ORGANIZACIÓN	El instrumento tiene una estructura lógica y está presentado de manera ordenada.				X	
OBJETIVIDAD	El instrumento mide hechos y/o conductas observables y verificables.				X	
PERTINENCIA	El instrumento mide de manera adecuada la/s variable/s e indicadores.					X
SUFICIENCIA	El instrumento incluye ítems para todos los aspectos que requieren ser medidos.				X	
CONSISTENCIA	El instrumento se sustenta en una suficiente base científica y teórica.				X	

REDACCIÓN	El instrumento está escrito atendiendo a las normas de una buena redacción.				X	
DIAGRAMACIÓN	El instrumento tiene una adecuada presentación formal (letra, color, etc.).				X	
CONTEO TOTAL					28	15
(Realizar el conteo de cada una de las categorías)		A	B	C	D	E

**Coefficiente de validez:**

$$\frac{A+B+C+D+E}{50}$$

$$\frac{28+15}{50} = 0,86$$

**III. CALIFICACIÓN GLOBAL**

Ubicar el coeficiente de validez obtenido en el intervalo respectivo y escriba sobre el espacio el resultado.

Validez: VALIDEZ MUY BUENA

Intervalo	Resultado
0,00 – 0,49	• Validez nula
0,50 – 0,59	• Validez baja
0,60 – 0,69	• Validez media
0,70 – 0,79	• Validez buena
0,80 – 0,89	• Validez muy buena
0,90 – 1,00	• Validez perfecta

Firma y sello del profesional que valida:

  
 Ludwing Darío Afaro García  
 PSICÓLOGO  
 CPsP. 27809

Tumbes, 22 de abril del 2025.

**II. INFORMACIÓN GENERAL**

- 1.1. Apellidos y nombres del validador: ALFARO GARCIA, LUDWING DARRIO
- 1.2. Cargo e institución donde labora : DOCENTE ORDINARIO/CIN TUMBES-FACSO-EP.
- 1.3. Nombre del instrumento evaluado: Inventario de Estrés Académico (SISCO)
- 1.4. Autor (es) del instrumento : Arturo Barraza Macías. Adaptación peruana por Puentes-Sánchez (2010). Estandarizada a la región tumbes por Bach. Mateo Fernando Manuel Vilchez Zapata (2024).

**II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN**

Marcar un aspa dentro del recuadro (X), según la calificación que asigna a cada uno de los indicadores

Aspectos de validación del instrumento		Muy baja	Baja	Regular	Buena	Muy buena
Criterios	Indicadores	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
CONTENIDO	El instrumento recoge los datos e información que realmente es útil para la investigación.					X
INTENCIONALIDAD	El instrumento responde a los objetivos de la investigación.					X
COHERENCIA	El instrumento es congruente con las variables, dimensiones e indicadores de la investigación.					X
ORGANIZACIÓN	El instrumento tiene una estructura lógica y está presentado de manera ordenada.				X	
OBJETIVIDAD	El instrumento mide hechos y/o conductas observables y verificables.				X	
PERTINENCIA	El instrumento mide de manera adecuada la/s variable/s e indicadores.					X
SUFICIENCIA	El instrumento incluye ítems para todos los aspectos que requieren ser medidos.					X
CONSISTENCIA	El instrumento se sustenta en una suficiente base científica y teórica.				X	

REDACCIÓN	El instrumento está escrito atendiendo a las normas de una buena redacción.				X	
DIAGRAMACIÓN	El instrumento tiene una adecuada presentación formal (letra, color, etc.).				X	
<b>CONTEO TOTAL</b>					20	25
(Realizar el conteo de cada una de las categorías)		A	B	C	D	E

**Coefficiente de validez:**

$\frac{A+B+C+D+E}{50}$	$\frac{20+25}{50} = 0,90$
------------------------	---------------------------

**III. CALIFICACIÓN GLOBAL**

Ubicar el coeficiente de validez obtenido en el intervalo respectivo y escriba sobre el espacio el resultado.

Validez: Validez Perfecta

Intervalo	Resultado
0,00 – 0,49	• Validez nula
0,50 – 0,59	• Validez baja
0,60 – 0,69	• Validez media
0,70 – 0,79	• Validez buena
0,80 – 0,89	• Validez muy buena
0,90 – 1,00	• Validez perfecta

Firma y sello del profesional que valida:



Ludwing Dario Alfaro Garcia  
 **PSICÓLOGO**  
 CPsP. 27809

Tumbes, 22 de abril del 2025.

**I. INFORMACIÓN GENERAL**

1.1. Apellidos y nombres del validador: Calle Ramirez Xomora Nikuska

1.2. Cargo e institución donde labora : Universidad Nacional Tumbes.

1.3. Nombre del instrumento evaluado: Test de dependencia al móvil (TDM)

1.4. Autor (es) del instrumento : Mariano Chóliz Montañés. Adaptación peruana por Gamero et al. (2016). Estandarizada a la región tumbes por Bach. Mateo Fernando Manuel Vílchez Zapata (2024).

**II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN**

Marcar un aspa dentro del recuadro (X), según la calificación que asigna a cada uno de los indicadores

Aspectos de validación del instrumento		Muy baja	Baja	Regular	Buena	Muy buena
Criterios	Indicadores	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
CONTENIDO	El instrumento recoge los datos e información que realmente es útil para la investigación.					X
INTENCIONALIDAD	El instrumento responde a los objetivos de la investigación.				X	
COHERENCIA	El instrumento es congruente con las variables, dimensiones e indicadores de la investigación.					X
ORGANIZACIÓN	El instrumento tiene una estructura lógica y está presentado de manera ordenada.					X
OBJETIVIDAD	El instrumento mide hechos y/o conductas observables y verificables.				X	
PERTINENCIA	El instrumento mide de manera adecuada la/s variable/s e indicadores.				X	
SUFICIENCIA	El instrumento incluye ítems para todos los aspectos que requieren ser medidos.					X
CONSISTENCIA	El instrumento se sustenta en una suficiente base científica y teórica.				X	

REDACCIÓN	El instrumento está escrito atendiendo a las normas de una buena redacción.					X
DIAGRAMACIÓN	El instrumento tiene una adecuada presentación formal (letra, color, etc.).					X
CONTEO TOTAL (Realizar el conteo de cada una de las categorías)		A	B	C	D	E

**Coefficiente de validez:**

$$\frac{A+B+C+D+E}{50}$$

$$\frac{46}{50} = 0,92$$

**III. CALIFICACIÓN GLOBAL**

Ubicar el coeficiente de validez obtenido en el intervalo respectivo y escriba sobre el espacio el resultado.

Validez: *Perfecta*

Intervalo	Resultado
0,00 – 0,49	• Validez nula
0,50 – 0,59	• Validez baja
0,60 – 0,69	• Validez media
0,70 – 0,79	• Validez buena
0,80 – 0,89	• Validez muy buena
0,90 – 1,00	• Validez perfecta

Firma y sello del profesional que valida:

*Xiomara M.*  
 C.P.S. P. 22332.  
 Calle Ramirez Xiomara M.

Tumbes, 22 de abril del 2025.

**II. INFORMACIÓN GENERAL**

1.1. Apellidos y nombres del validador: Calle Ramirez, Xiomara Wiluska

1.2. Cargo e institución donde labora : Universidad Nacional Tumbes

1.3. Nombre del instrumento evaluado: Inventario de Estrés Académico (SISCO)

1.4. Autor (es) del instrumento : Arturo Barraza Macías. Adaptación peruana por Puestas-Sánchez (2010). Estandarizada a la región tumbes por Bach. Mateo Fernando Manuel Vilchez Zapata (2024).

**II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN**

Marcar un aspa dentro del recuadro (X), según la calificación que asigna a cada uno de los indicadores

Aspectos de validación del instrumento		Muy baja	Baja	Regular	Buena	Muy buena
Criterios	Indicadores	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
CONTENIDO	El instrumento recoge los datos e información que realmente es útil para la investigación.					X
INTENCIONALIDAD	El instrumento responde a los objetivos de la investigación.				X	
COHERENCIA	El instrumento es congruente con las variables, dimensiones e indicadores de la investigación.					X
ORGANIZACIÓN	El instrumento tiene una estructura lógica y está presentado de manera ordenada.				X	
OBJETIVIDAD	El instrumento mide hechos y/o conductas observables y verificables.					X
PERTINENCIA	El instrumento mide de manera adecuada la/s variable/s e indicadores.					X
SUFICIENCIA	El instrumento incluye ítems para todos los aspectos que requieren ser medidos.					X
CONSISTENCIA	El instrumento se sustenta en una suficiente base científica y teórica.				X	

REDACCIÓN	El instrumento está escrito atendiendo a las normas de una buena redacción.				X	
DIAGRAMACIÓN	El instrumento tiene una adecuada presentación formal (letra, color, etc.).				X	
<b>CONTEO TOTAL</b> (Realizar el conteo de cada una de las categorías)		A	B	C	D	E

**Coefficiente de validez:**

$\frac{A+B+C+D+E}{50}$	$\frac{45}{50} = 0,9$
------------------------	-----------------------


Intervalo	Resultado
0,00 – 0,49	• Validez nula
0,50 – 0,59	• Validez baja
0,60 – 0,69	• Validez media
0,70 – 0,79	• Validez buena
0,80 – 0,89	• Validez muy buena
0,90 – 1,00	• Validez perfecta

**III. CALIFICACIÓN GLOBAL**

Ubicar el coeficiente de validez obtenido en el intervalo respectivo y escriba sobre el espacio el resultado.

Validez: Perfecta

Firma y sello del profesional que valida:

  
 C.P.S.P. 22332 -  
 Calle Ramirez Xromora D.

Tumbes, 22 de abril del 2025.

**I. INFORMACIÓN GENERAL**

1.1. Apellidos y nombres del validador: Quinteros Sorales Elodie

1.2. Cargo e institución donde labora : P.K. claps - MRSU - untumbes

1.3. Nombre del instrumento evaluado: **Test de dependencia al móvil (TDM)**

1.4. Autor (es) del instrumento : **Mariano Chóliz Montañés. Adaptación peruana por Gamero et al. (2016). Estandarizada a la región tumbes por Bach. Mateo Fernando Manuel Vilchez Zapata (2024).**

**II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN**

Marcar un aspa dentro del recuadro (X), según la calificación que asigna a cada uno de los indicadores

Aspectos de validación del instrumento		Muy baja	Baja	Regular	Buena	Muy buena
Criterios	Indicadores	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
CONTENIDO	El instrumento recoge los datos e información que realmente es útil para la investigación.					✓
INTENCIONALIDAD	El instrumento responde a los objetivos de la investigación.					✓
COHERENCIA	El instrumento es congruente con las variables, dimensiones e indicadores de la investigación.					✓
ORGANIZACIÓN	El instrumento tiene una estructura lógica y está presentado de manera ordenada.					✓
OBJETIVIDAD	El instrumento mide hechos y/o conductas observables y verificables.					✓
PERTINENCIA	El instrumento mide de manera adecuada la/s variable/s e indicadores.					✓
SUFICIENCIA	El instrumento incluye ítems para todos los aspectos que requieren ser medidos.					✓
CONSISTENCIA	El instrumento se sustenta en una suficiente base científica y teórica.					✓

REDACCIÓN	El instrumento está escrito atendiendo a las normas de una buena redacción.			✓		
DIAGRAMACIÓN	El instrumento tiene una adecuada presentación formal (letra, color, etc.).			✓		
<b>CONTEO TOTAL</b> (Realizar el conteo de cada una de las categorías)		A	B	C	D	E

**Coefficiente de validez:**

$\frac{A+B+C+D+E}{50}$	$\frac{46}{50} = 0,92$
------------------------	------------------------

Intervalo	Resultado
0,00 – 0,49	• Validez nula
0,50 – 0,59	• Validez baja
0,60 – 0,69	• Validez media
0,70 – 0,79	• Validez buena
0,80 – 0,89	• Validez muy buena
0,90 – 1,00	• Validez perfecta

**III. CALIFICACIÓN GLOBAL**

Ubicar el coeficiente de validez obtenido en el intervalo respectivo y escriba sobre el espacio el resultado.

Validez: Perfecta

Firma y sello del profesional que valida:

  
 Mg. Bladio V. Quijano Sandoval  
 PSICÓLOGO CLÍNICO  
 CPsP 17189

Tumbes, 22 de abril del 2025.

**II. INFORMACIÓN GENERAL**

1.1. Apellidos y nombres del validador: Arturo Sorber elobdo

1.2. Cargo e institución donde labora : Psicólogo M. Sc - UNTUMBES

1.3. Nombre del instrumento evaluado: Inventario de Estrés Académico (SISCO)

1.4. Autor (es) del instrumento : Arturo Barraza Macías. Adaptación peruana por Puentes-Sánchez (2010). Estandarizada a la región tumbes por Bach. Mateo Fernando Manuel Vilchez Zapata (2024).

**II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN**

Marcar un aspa dentro del recuadro (X), según la calificación que asigna a cada uno de los indicadores

Aspectos de validación del instrumento		Muy baja	Baja	Regular	Buena	Muy buena
Criterios	Indicadores	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
CONTENIDO	El instrumento recoge los datos e información que realmente es útil para la investigación.					✓
INTENCIONALIDAD	El instrumento responde a los objetivos de la investigación.					✓
COHERENCIA	El instrumento es congruente con las variables, dimensiones e indicadores de la investigación.				✓	✓
ORGANIZACIÓN	El instrumento tiene una estructura lógica y está presentado de manera ordenada.					✓
OBJETIVIDAD	El instrumento mide hechos y/o conductas observables y verificables.				✓	
PERTINENCIA	El instrumento mide de manera adecuada la/s variable/s e indicadores.					✓
SUFICIENCIA	El instrumento incluye ítems para todos los aspectos que requieren ser medidos.					✓
CONSISTENCIA	El instrumento se sustenta en una suficiente base científica y teórica.					✓

REDACCIÓN	El instrumento está escrito atendiendo a las normas de una buena redacción.			✓		
DIAGRAMACIÓN	El instrumento tiene una adecuada presentación formal (letra, color, etc.).			✓		
<b>CONTEO TOTAL</b>						
(Realizar el conteo de cada una de las categorías)		A	B	C	D	E

**Coefficiente de validez:**

$\frac{A+B+C+D+E}{50}$	$\frac{45}{50} = 0,9$
------------------------	-----------------------

Intervalo	Resultado
0,00 – 0,49	• Validez nula
0,50 – 0,59	• Validez baja
0,60 – 0,69	• Validez media
0,70 – 0,79	• Validez buena
0,80 – 0,89	• Validez muy buena
0,90 – 1,00	• Validez perfecta

**III. CALIFICACIÓN GLOBAL**

Ubicar el coeficiente de validez obtenido en el intervalo respectivo y escriba sobre el espacio el resultado.

Validez: Perfecta

Firma y sello del profesional que valida:

  
 Mg. Eladio Quintana Sandoval  
 PSICÓLOGO CLÍNICO  
 CPsP 17189

Tumbes, 22 de abril del 2025.

---

**I. INFORMACIÓN GENERAL**

1.1. Apellidos y nombres del validador: Carlos Alberto Coronado Zapata

1.2. Cargo e institución donde labora : Docente de la UNTUMBES

1.3. Nombre del instrumento evaluado: Test de dependencia al móvil (TDM)

1.4. Autor (es) del instrumento : Mariano Chóliz Montañés. Adaptación peruana por Gamero et al. (2016). Estandarizada a la región tumbes por Bach. Mateo Fernando Manuel Vilchez Zapata (2024).

**II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN**

Marcar un aspa dentro del recuadro (X), según la calificación que asigna a cada uno de los indicadores

Aspectos de validación del instrumento		Muy baja	Baja	Regular	Buena	Muy buena
Criterios	Indicadores	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
CONTENIDO	El instrumento recoge los datos e información que realmente es útil para la investigación.				X	
INTENCIONALIDAD	El instrumento responde a los objetivos de la investigación.				X	
COHERENCIA	El instrumento es congruente con las variables, dimensiones e indicadores de la investigación.				X	
ORGANIZACIÓN	El instrumento tiene una estructura lógica y está presentado de manera ordenada.				X	
OBJETIVIDAD	El instrumento mide hechos y/o conductas observables y verificables.				X	
PERTINENCIA	El instrumento mide de manera adecuada la/s variable/s e indicadores.				X	
SUFICIENCIA	El instrumento incluye ítems para todos los aspectos que requieren ser medidos.				X	
CONSISTENCIA	El instrumento se sustenta en una suficiente base científica y teórica.				X	

REDACCIÓN	El instrumento está escrito atendiendo a las normas de una buena redacción.				X	
DIAGRAMACIÓN	El instrumento tiene una adecuada presentación formal (letra, color, etc.).				X	
<b>CONTEO TOTAL</b> (Realizar el conteo de cada una de las categorías)					X	
		A	B	C	D	E

**Coefficiente de validez:**

$\frac{A+B+C+D+E}{50}$	0,80
------------------------	------

Intervalo	Resultado
0,00 – 0,49	• Validez nula
0,50 – 0,59	• Validez baja
0,60 – 0,69	• Validez media
0,70 – 0,79	• Validez buena
0,80 – 0,89	• Validez muy buena
0,90 – 1,00	• Validez perfecta

**III. CALIFICACIÓN GLOBAL**

Ubicar el coeficiente de validez obtenido en el intervalo respectivo y escriba sobre el espacio el resultado.

**Validez: MUY BUENA**

Dr. Carlos Alberto  
Geronzo Zapata  
PSICÓLOGO  
CPA Nº 1928

.....

Firma y sello del profesional que valida:

Tumbes, 22 de abril del 2025.

## II. INFORMACIÓN GENERAL

1.1. Apellidos y nombres del validador: Carlos Alberto Coronado Zapata

1.2. Cargo e institución donde labora : Docente de la UNTUMBES

1.3. Nombre del instrumento evaluado: Inventario de Estrés Académico (SISCO)

1.4. Autor (es) del instrumento : Arturo Barraza Macías. Adaptación peruana por Puentes-Sánchez (2010). Estandarizada a la región tumbes por Bach. Mateo Fernando Manuel Vilchez Zapata (2024).

## II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

Marcar un aspa dentro del recuadro (X), según la calificación que asigna a cada uno de los indicadores

Aspectos de validación del instrumento		Muy baja	Baja	Regular	Buena	Muy buena
Criterios	Indicadores	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
CONTENIDO	El instrumento recoge los datos e información que realmente es útil para la investigación.				X	
INTENCIONALIDAD	El instrumento responde a los objetivos de la investigación.				X	
COHERENCIA	El instrumento es congruente con las variables, dimensiones e indicadores de la investigación.				X	
ORGANIZACIÓN	El instrumento tiene una estructura lógica y está presentado de manera ordenada.				X	
OBJETIVIDAD	El instrumento mide hechos y/o conductas observables y verificables.				X	
PERTINENCIA	El instrumento mide de manera adecuada la/s variable/s e indicadores.				X	
SUFICIENCIA	El instrumento incluye ítems para todos los aspectos que requieren ser medidos.				X	
CONSISTENCIA	El instrumento se sustenta en una suficiente base científica y teórica.				X	

REDACCIÓN	El instrumento está escrito atendiendo a las normas de una buena redacción.				X	
DIAGRAMACIÓN	El instrumento tiene una adecuada presentación formal (letra, color, etc.).				X	
<b>CONTEO TOTAL</b> (Realizar el conteo de cada una de las categorías)					40	
		A	B	C	D	E

**Coefficiente de validez:**

$\frac{A+B+C+D+E}{50}$	0,80
------------------------	------

**III. CALIFICACIÓN GLOBAL**

Ubicar el coeficiente de validez obtenido en el intervalo respectivo y escriba sobre el espacio el resultado.

Validez: **MUY BUENA**

Intervalo	Resultado
0,00 – 0,49	• Validez nula
0,50 – 0,59	• Validez baja
0,60 – 0,69	• Validez media
0,70 – 0,79	• Validez buena
0,80 – 0,89	• Validez muy buena
0,90 – 1,00	• Validez perfecta



Dr. Carlos Alberto Lorenzana Zapata  
PSICÓLOGO  
C.P.S.P. 10000

Firma y sello del profesional que valida:

Tumbes, 22 de abril del 2025.