



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA**

Tesis

Ansiedad rasgo-estado y redes sociales en estudiantes de secundaria de una
institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, 2026

Para optar el Título Profesional de
Licenciada en Psicología

Presentado por:

Autora: Dueñas Ccasani, Flor Yuliana

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3714-5484>

Asesor: Mg. Lizarraga Carrasco, Omar Arturo

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5591-9300>

Lima – Perú

2026

 Universidad Norbert Wiener	DECLARACIÓN JURADA DE AUTORIA Y DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN		
	CÓDIGO: UPNW-GRA-FOR-033	VERSIÓN: 01	FECHA: 21/01/2025
		REVISIÓN: 01	

Yo, **Dueñas Ccasani, Flor Yuliana**, egresado de la Facultad de **Ciencias de la Salud** y Escuela Académica Profesional de **Psicología** de la Universidad Privada Norbert Wiener declaro que el trabajo de investigación **ANSIEDAD RASGO - ESTADO Y REDES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DE SAN JUAN DE LURIGANCHO, 2026** Asesorado por el

docente: Mtro. Omar Arturo Lizarraga Carrasco, DNI 42612588, ORCID 0000-0002-5591-9300, tiene un índice de similitud de 20%. con código 14912:587730305 verificable en el reporte de originalidad del software Turnitin.

Así mismo:

1. Se ha mencionado todas las fuentes utilizadas, identificando correctamente las citas textuales o paráfrasis provenientes de otras fuentes.
2. No he utilizado ninguna otra fuente distinta de aquella señalada en el trabajo.
3. Se autoriza que el trabajo puede ser revisado en búsqueda de plagios.
4. El porcentaje señalado es el mismo que arrojó al momento de indexar, grabar o hacer el depósito en el turnitin de la universidad y,
5. Asumimos la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión en la información aportada, por lo cual nos sometemos a lo dispuesto en las normas del reglamento vigente de la universidad.



Firma de autor 1
Dueñas Ccasani, Flor Yuliana
DNI: 70436270



.....
Firma
Mg. Omar Arturo Lizarraga Carrasco
DNI: 42612588

Lima, 12 de mayo de 2026

 Universidad Norbert Wiener	DECLARACIÓN JURADA DE AUTORIA Y DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN		
	CÓDIGO: UPNW-GRA-FOR-033	VERSIÓN: 01	FECHA: 21/01/2025
		REVISIÓN: 01	

Es obligatorio utilizar adecuadamente los filtros y exclusión del turnitin: excluir las citas, la bibliografía y las fuentes que tengan menos de 1% de palabras. EN caso se utilice cualquier otro ajuste o filtros, debe ser debidamente justificado en el siguiente recuadro.

Se excluyo la información a partir del anexo 5, ya que la información descrita es similar a las plantillas brindadas por la universidad

Justifico que el excedente del 1 % en fuentes primarias, que actualmente alcanza un 5 % frente al máximo permitido de 4 %, se debe a que los términos coincidentes corresponden al marco metodológico propio de una investigación. En ese sentido, se confirma la originalidad de la investigación, sustentando que la fuente identificada (5 %), proviene de subtítulos y términos detectados forman parte de la estructura metodológica establecida por la universidad. Asimismo, los demás términos coincidentes corresponden a expresiones de uso común en la redacción de investigaciones académicas.

DEDICATORIA

A mis padres, quienes me enseñaron el valor del esfuerzo y la importancia de no rendirme, incluso cuando el camino se vuelve difícil. Su apoyo, su cariño y sus palabras de ánimo fueron fundamentales en cada etapa de este trabajo.

Su apoyo incondicional, su cariño sincero y sus palabras de aliento han sido el motor que impulsó cada uno de mis pasos a lo largo de este camino.

AGRADECIMIENTOS

Agradezco a mis padres por su apoyo constante, su comprensión y sus palabras de aliento en cada etapa de este proceso. Su confianza en mí ha sido fundamental para no rendirme.

Asimismo, expreso mi sincero agradecimiento a mi asesor por su orientación, paciencia y acompañamiento durante el desarrollo de este trabajo, lo cual ha sido clave para su culminación.

ÍNDICE

	Pág.
DEDICATORIA	iii
AGRADECIMIENTOS	iv
INDICE	v
RESUMEN	ix
ABSTRAC	x
INTRODUCCIÓN	xi
CAPITULO I. EL PROBLEMA	1
1.1 Planteamiento del problema	1
1.2. Formulación del problema	3
1.2.1 Problema general	3
1.2.2Problema específico	3
1.3. Objetivos de investigación	3
1.3.1Objetivo general	3
1.3.2Objetivos específicos	4
1.1.Justificación de la investigación	4
1.2Limitaciones	5
CAPITULO II. MARCO TEÓRICO	6
2.1. Antecedentes de la investigación	6
2.2. Bases teóricas	12
2.2.1. Estrés académico	12
2.2.2. Bienestar psicológico	18
2.3. Formulación de hipótesis	24
CAPITULO III. METODOLOGÍA	25
3.1. Método de investigación	25
3.2. Enfoque de la investigación	25
3.3. Tipo de investigación	25
3.4. Diseño de la investigación	25
3.4.1 Corte	26

3.4.2 Nivel o alcance	26
3.5. Población	26
3.6. Operacionalización de las variables	27
3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	31
3.7.1 Técnica	31
3.7.2. Instrumentos	31
3.7.3 Validez de los instrumentos	33
3-7.4. Confiabilidad	34
3.8. Plan de procesamiento y análisis de datos	34
3.9. Aspectos éticos	35
CAPÍTULO IV PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS	36
4.1. Resultados	36
4.1.1 Análisis descriptivo de los resultados	36
4.1.2. Prueba de Hipótesis	45
4.1.3. Discusión de Resultados	49
CAPITULO V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	54
5.1 Conclusiones	54
5.2. Recomendaciones	55
REFERENCIAS	56
Anexo 1 Matriz de consistencia	63
Anexo 2 Instrumentos	64
Anexo 3. Validación de los instrumentos	67
Anexo 4 Formato de asentimiento informado	
Anexo 5 Formato de consentimiento informado	
Anexo 6 Carta de aprobación de la Institución educativa para la recolección de datos.	
Anexo 8 Informe del asesor de Turnitin	

RESUMEN

La investigación tuvo como objetivo principal demostrar la relación entre ansiedad estado-rasgo y redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho. En la metodología fue de enfoque cuantitativo, un diseño no experimental y corte transversal, de tipo básica y nivel correlacional. La muestra estuvo compuesta por 120 estudiantes de secundaria, tanto varones como mujeres, se aplicó el El Inventario de ansiedad estado-rasgo de STAI y el cuestionario de dependencia de redes sociales (ARS), de Ecurra y Salas Blas (2014). Siendo que, en los resultados de ansiedad rasgo estado de los estudiantes, la mayoría presentaron un nivel muy alto (75,5%) y en redes sociales, la mayoría presentaron un nivel alto (81,5%). Siendo las conclusiones que, existe una correlación estadísticamente significativa, positiva muy alta entre la ansiedad rasgo estado y las redes sociales en los estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, 2026 ($\rho = .996, p < .001$)

Palabras clave: Ansiedad de estado, ansiedad de rasgo, adicción a las redes sociales, Facebook, WhatsApp

ABSTRAC

The main objective of the research was to demonstrate the relationship between state-trait anxiety and social networks in high school students from a public educational institution in San Juan de Lurigancho. The methodology was quantitative, non-experimental design and cross-sectional, of a basic type and correlational level. The sample was composed of 120 secondary school students, both male and female, the state-trait anxiety inventory of STAI and social networks were applied, obtaining the following results, in state trait anxiety of the students, most presented a very high level (75.5%) and in social networks, most presented a high level (81.5%). The conclusions are that there is a statistically significant, very high positive correlation between state trait anxiety and social networks in high school students of a public educational institution in San Juan de Lurigancho, 2026 ($\rho = .996$, $p < .001$)

Keywords: State anxiety, trait anxiety, social media addiction, Facebook, WhatsApp

INTRODUCCIÓN

El estudio realizado abordó la relación entre el estado de ansiedad rasgo y redes sociales en estudiantes de secundaria, considerando que es importante conocer y evaluar la gravedad de los estados de ansiedad, si es momentánea (estado), así como general (rasgo), necesarios para una detección precoz, con fines de identificación de trastornos de ansiedad no diagnosticados, y las conductas adictivas a las redes sociales; siendo los resultados relevantes porque se fundamentan en los aportes teóricos, que permitieron describir, explicar la problemática en estudio. Para ello se utilizó la metodología acorde, que facilitó instrumentos válidos y confiables, que permitió conocer la problemática en estudio de forma objetivo, con lo que se recomendó la aplicación de estrategias de prevención e intervención para identificar, controlar y gestionar los estados ansiosos en rasgo y estado, así como las conductas adictivas a las diferentes redes sociales; motivos por los que se planteó el objetivo demostrar la relación entre la ansiedad estado-rasgo con las redes sociales en los estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho.

También, capítulo primero, se presenta la problemática estudiada, las preguntas de estudio, los objetivos, así como la realización de las justificaciones, y limitaciones, se continúa con la sección dos abordando los antecedentes, los aportes teóricos, así como los supuestos de la investigación realizada. También en la tercera sección de lo metodológico, se ha incluido el alcance de asociación, es básica el tipo, diseño de no experimento, así también está considerada las variables operacionalizadas, además la unidad de análisis y la representación muestral, así como técnicas e instrumentos y las estrategias de evaluación de datos. Mientras que, en la cuarta sección cuarta se presentan información de lo analizado a nivel descripción e inferencias de datos. Por otro lado, las conclusiones y sugerencias están en el capítulo cinco, Como última sección, están referencias y anexos según conformidad a la guía de elaboración de tesis de la Universidad Norbert Wiener.

CAPITULO I: EL PROBLEMA

1.1. Planteamiento del problema

La problemática en estudio presenta importancia y relevancia porque abordara la Ansiedad rasgo-estado y redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública, considerando que, la etapa de formación escolar por la que atraviesa el estudiante, es por ello el interés que existe a nivel internacional, según el estudio de Delgado y Zavala (2022). Que establece la asociación significativa de las variables de investigación en estudiantes de secundaria, confirmando el desarrollo de conductas impulsivas, de preocupación, así como estados propios de la adolescencia como inseguridad, inestabilidad e inmadurez de los educandos, que los dirigen al empleo de redes sociales en YouTube, WhatsApp, generando un abuso de empleo de estas redes.

Asimismo, el empleo de las redes sociales entre los jóvenes muestra un incremento importante en los últimos años. El artículo de Hootsuite y We Are Social (2022) sostiene que los consumidores de redes sociales en el plano mundial se han incrementado en 228 millones en el último período anual, haciendo un total de 4,700 millones en el mes de julio de 2022. Lo antedicho, significa el 5% durante un año y es equivalente al 60% del total de la población global.

Igualmente, en nuestro país, en las diferentes instituciones públicas a nivel nacional Se identifico la problemática en estudio, siendo fundamental dar crédito a las muchas oportunidades que brinda el uso de la tecnología, facilita el encontrar datos, mensajes en tiempo real, y resolver situaciones problemáticas de carácter social y académico en los diferentes campos de la vida. A pesar de ello, se presenta la problemática de los estados ansiosos, de inmadurez, inseguridad propia de la

adolescencia están relacionada con el exceso de uso de las plataformas digitales, produciendo dependencia debido a la carencia de control en los educandos de los centros escolares y pérdida de tiempo, generando menoscabo en el aspecto mental, en el mundo emotivo, en la conducta de la interacción adecuada con sus pares. Tresancoras, García y Piqueras (2018), hallaron en su estudio la estrecha asociación entre la ansiedad y el empleo conflictivo de las TIC, en educandos del nivel secundario de instituciones educativas públicas.

Finalmente, en los educando de educación secundaria de un centro escolar público de San Juan de Lurigancho, 2026; se ha podido observar signos y síntomas de estados de ansiedad estado rasgo, estados de inquietud con conductas hiperactivas, como movimiento de pies y manos, temor a exposiciones y exámenes, impulsividad en sus conductas motora y verbales, onicofagia (morderse las uñas) lo que muchas veces lo lleva al uso inadecuado de las redes sociales, en WhatsApp Facebook, para comunicaciones en línea, publicaciones de estado, como a fin de interactuar y reducir estados ansiosos, y YouTube, para observar videos de temas de interés para el estudiante con excesivo tiempo.

También se han identificado que las causas de los estados ansiosos y uso excesivo de redes sociales en los estudiantes de la muestra en estudio están relacionados a la carencia afectiva, padres ausentes, carencia del aspecto formativo de los educadores. Del mismo modo, a través del trabajo de profesores, tutores, psicólogo se identificaron conductas hiperactivas, inseguridad, inmadurez, inquietud, propias de estados ansiosos ocasionales y de rasgos de personalidad de los estudiantes. En el estudio se estableció la existencia de relación entre las redes sociales y ansiedad en los educandos secundarios para proponer y recomendar programas de programas de promoción y prevención para el control y gestión de la ansiedad y uso adecuado de redes sociales.

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

¿Existe relación entre ansiedad estado-rasgo y redes sociales en estudiantes del nivel secundario de un centro educativo público de San Juan de Lurigancho, 2026?

1.2.2. Problemas específicos

PE1. ¿Cuál es el nivel de ansiedad estado rasgo en los educandos de educación secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, 2026?

PE2. ¿Cuál es el nivel de las redes sociales en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, 2026?

PE3. ¿Existe relación entre ansiedad estado rasgo con la dimensión Facebook en los estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, 2026?

PE4. ¿Cuál es la relación entre la ansiedad estado rasgo y la dimensión YouTube en los estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, 2026?

PE5. ¿Existe relación entre ansiedad estado rasgo y la dimensión WhatsApp en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, 2026?

1.3. Objetivos de la investigación

1.3.1. Objetivo General

Demostrar la relación entre la ansiedad estado-rasgo con las redes sociales en los estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho.

1.3.2. Objetivos Específicos

OE1. Conocer el nivel de la ansiedad estado rasgo en los estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, 2026.

OE2. Conocer el nivel de redes sociales en los estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, 2026.

OE3. Establecer la relación entre la ansiedad estado rasgo con la dimensión Facebook en los estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, 2026

OE4. Conocer la relación entre la ansiedad estado rasgo con la dimensión YouTube en los estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, 2026.

OE5. Establecer la asociación de la ansiedad estado rasgo con la dimensión WhatsApp en los educandos de secundaria de un centro escolar público San Juan de Lurigancho, 2026.

1.4. Justificación de la investigación

1.4.1. Teórica

El presente informe desarrollado posibilitó la identificación de las concepciones vigentes relacionadas con ansiedad de rasgo- estado, lo que permite de manera objetiva describir los indicadores los estados ansiosos, también permite describir las conductas propias del uso indebido de las redes sociales, y ambas teorías explican las causas de la problemática en estudio, es decir esta justificación van a permitieron identificar y comprender la situación problemática en los educandos de secundaria de un centro educativo público de San Juan de Lurigancho. Considerando que toda teoría permite describir, explicar, la realidad problemática.

1.4.2. Metodológica

Se utilizó el cuestionario de ansiedad estado- rasgo y el cuestionario de empleo de redes sociales que muestran la validación y confianza, asimismo se confirmarán dichas propiedades psicométricas que fueron para la muestra de estudio, mediante la validación de los contenidos por la opinión de tres expertos profesionales de psicología y se obtendrá la confiabilidad de los cuestionarios señalados, con el Alfa de Cronbach, que servirán para futuras investigaciones, con poblaciones de estudiantes similares.

1.4.3. Práctica

Con los resultados obtenidos de que los estados de ansiedad estado y rasgo se relacionan con la redes sociales, de emociones y de tolerancia a la frustración para mejorar el empleo apropiado de las redes sociales, del mismo modo, la regulación

correcta de la ansiedad de estado- rasgo, con el propósito de concientizar a los estudiantes de la institución educativa a través de talleres, aportando los instrumentos pertinentes para contrarrestar la adicción desmedida de las redes, del mismo modo, se darán sugerencias de acciones adecuadas que permitirán favorecer el manejo de la ansiedad en sus relaciones interpersonales y en el aprendizaje.

1.5. Limitaciones

Las limitaciones relevantes que se presentaron fueron los horarios para coordinar tanto con los responsables de la institución educativa, como con los encargados para la aplicación por el horario de clase de los estudiantes; siendo el acceso para evaluar a los estudiantes que demandó más tiempo, ya que, a pesar de los esfuerzos por garantizar condiciones adecuadas para la recolección de datos, factores como la disponibilidad de tiempo de la aplicación de los instrumentos se tuvo que esperar los permisos correspondientes de los docentes tutores y horarios de términos de clase que no se tomaban en cuenta, finalmente, el orden y la disciplina de los estudiantes fue otra limitación, que demandaron más tiempo para el recojo de información.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de investigación

2.1.1. A nivel Internacional

García (2022). En la ciudad de Quito el autor realizó la investigación cuyo objetivo fue “Determinar la relación entre la adicción a redes sociales y la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Quito”. La metodología empleada se basa en un enfoque positivista, utilizando un método cuantitativo, con un diseño no experimental, de tipo transversal y con un objetivo correlacional. Se aplicaron como herramientas el cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS) y la escala de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI) en un grupo muestral de 110 jóvenes. Los hallazgos indican que, dos de las áreas evaluadas en el primer ítem presentaron una correlación satisfactoria y notable con los componentes y elementos de ansiedad, específicamente, el empleo adictivo de redes sociales se relaciona con la ansiedad situacional y la carencia de autocontrol propio se conecta con la ansiedad como rasgo. Al concluir que la dependencia de las redes sociales está asociado con la ansiedad, se observa que un alto porcentaje de los participantes carece de control personal al utilizar estas plataformas, lo que podría señalar posibles problemas en el futuro.

Figueredo et al. (2022), ejecutaron una investigación titulada “Ansiedad, adicción a redes sociales, internet y Smartphones en adolescentes paraguayos: un breve informe”, llegaron a la conclusión que el promedio de uso de smartphone en los niños fue de $8,06 \pm 3,81$ horas y en las niñas de $9,46 \pm 4,4$ horas. El puntaje promedio del BAI fue de $21,88 \pm 12,1$. De los encuestados, el 28% manifestó tener ansiedad moderada, mientras que el 36% experimentó ansiedad severa; además, los

resultados en esta escala no estuvieron vinculados con el tiempo de utilización del celular. El puntaje promedio del ERA-RSI fue de $1,54 \pm 0,486$ y la ansiedad se conectó con las subvariables de signos-adicción, uso social y nomofobia de la escala.

Ibáñez & Manzano (2022). Realizaron una investigación con el objetivo de “Determinar la relación entre uso excesivo de la tecnología y Ansiedad Estado-Rasgo en adolescentes de décimo grado de una institución educativa del Municipio De Girón, Santander.” El siguiente texto se refiere al estudio llevado a cabo por alumnos del Proyecto psicológico de la Universidad Autónoma de Bucaramanga en una Escuela del Municipio de Girón, Santander, con un grupo de 30 educandos de entre 14 y 17 años del décimo grado. En esta investigación se pretende analizar el consumo excesivo de aparatos tecnológicos y la ansiedad de tipo Estado-Rasgo, para lo cual se utilizó un test diseñado por el Instituto de Adicciones de Madrid. Se llevó a cabo una evaluación en el grupo de estudiantes para reconocer rasgos psicológicos vinculados al uso desmedido de la tecnología. Esta investigación es de carácter cuantitativo y posee un diseño descriptivo de tipo transversal. Además, se pretende evaluar los grados de ansiedad utilizando el cuestionario de ansiedad estado-rasgo (STAIC) para delinear dichos niveles. Los hallazgos muestran un incremento en el empleo adictivo de la tecnología (en particular, en el uso del teléfono móvil y del correo electrónico), sin embargo, no hay incrementos en la ansiedad estado-rasgo.

Espinoza (2021). En investigación con objetivo “determinar la Redes sociales y su relación con la salud mental en personas entre 11 a 22 años de edad. parroquia colonche, Santa Elena 2020 - 2021”. Fue descriptiva, correlacional,

método cuantitativo, diseño no experimental, corte transversal, de alcance correlacional.

La información se obtendrá a través del cuestionario sobre la dependencia de las redes sociales (ARS), y las variables se analizarán para aclarar la situación. Algunos de los hallazgos derivados del análisis del problema muestran que el 62% siente la necesidad de estar en contacto con las redes sociales. De igual manera, el 48% manifiesta que experimenta cambios de humor al no poder acceder a estas plataformas, y un 39% refleja falta de interés en sus estudios a cambio de permanecer conectado.

Se estableció que existe relación entre las variables de estudio.

Cavero et al., (2020) investigaron el grado de adicción a las redes sociales en los jóvenes y adolescentes latinoamericanos. La investigación se clasifica como descriptiva y exploratoria. Se seleccionó un conjunto de 3453 entre jóvenes y adolescentes que están realizando estudios universitarios en distintas instituciones educativas, abarcando países como Chile, Colombia, México, España, Perú y República Dominicana. Se aplicó una herramienta para medir la adicción a las redes sociales. Los hallazgos indican que los estudiantes no se consideran adictos y que este comportamiento les causa dificultades. En resumen, los hombres muestran disfrute al permanecer conectados a estas redes, lo que les lleva a enfrentar varios problemas. Por otro lado, las mujeres manifiestan una intensa necesidad de buscar información y una compulsión por mantenerse en línea.

2.1.2. A nivel Nacional

Martínez, (2024). Elaboró una investigación que tuvo como objetivo “determinar si la dependencia a las redes sociales es un predictor de la ansiedad-

estado”. Este estudio fue de tipo predictivo y diseño no experimental, comprendiendo un grupo muestral probabilístico de tipo estratificado de 356 educandos de entre 11 y 17 años, los que fueron evaluados a través del cuestionario de ansiedad de rasgo y estado (IDARE) y el inventario de adicción a las redes sociales. La interpretación de la información fue ejecutada con la estadística descriptiva, el coeficiente de correlación. Los hallazgos indican que las correlaciones fueron importantes de las subvariables de dependencia ($r = .491$, $p < .05$), tolerancia ($r = .459$, $p < .05$), abstinencia ($r = .471$, $p < .05$) con la variable ansiedad estado. Se llegó a la conclusión de que los educandos del 0° nivel secundario, se ubican en niveles elevados de adicción a las redes sociales, lo que indica que alto será la tendencia a vivir un estado de ansiedad.

Coapaza et al. (2023) realizaron una investigación con la finalidad de conocer la asociación de la dependencia de las redes sociales y ansiedad en educandos de secundaria de la Institución Educativa Pública Joaquín Capelo de La Merced, 2023. El informe fue de tipo básico, método cuantitativo, diseño no experimental, corte transversal alcance correlacional. La población comprendió a 330 educandos del 3.°, 4.° y 5.° grado de la educación secundaria. Del mismo modo, el grupo muestral comprendió a toda la población del séptimo ciclo. Además, los instrumentos empleados fueron el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales de Escurra y Salas (2004) y la Escala de Ansiedad de Zung, actualizada por Astocondor (2001). Los resultados muestran una conexión satisfactoria importante de la dependencia de las redes sociales y la ansiedad. Además, las características de adicción a las redes sociales, la carencia de autorregulación individual y el empleo morboso de estas plataformas están asociadas con la ansiedad. Todas las

correlaciones mostraron un $p=0,000$. $< \alpha = 0.05$. El resultado final llegó a señalar que la dependencia de las redes sociales genera un incremento de la posibilidad de generar ansiedad, y viceversa, en los educandos de la IE Joaquín Capelo, La Merced, 2023.

Mientras que Rodríguez (2022) realizó la investigación con el objetivo “establecer la relación entre adicción a las redes sociales y ansiedad estado rasgo en estudiantes de 4.º y 5.º de secundaria de una institución educativa de Trujillo”, en una muestra de 150 estudiantes de cuarto y quinto grado de una institución educativa de Trujillo. Esta investigación fue elaborada con el enfoque cuantitativo, no experimental y nivel descriptivo-correlacional. Los instrumentos utilizados fueron la Encuesta de Adicción a Internet Social (ARS) de Ecurra y Salas (2014) y el Inventario de Ansiedad Rasgo Estatal (STAIC). Los resultados muestran un 49 % de los participantes experimentaron un nivel intermedio de dependencia a las redes sociales, en tanto que el 65 % mostró una mayor manifestación de ansiedad en estado. Se encontró una conexión significativa y elevada entre la dependencia de redes sociales y la ansiedad ($r=0,984$). Referente a las subvariables, se documentó una correlación entre la ansiedad y la adicción a las redes sociales ($r=0,736$), la carencia de autorregulación ($r=-0,621$) y el uso desmedido de redes sociales ($r=0,933$). Se llegó a la conclusión de que, con el incremento de pensamientos repetitivos y el uso incontrolado de redes sociales, también se intensifica la ansiedad.

La Rosa (2021). Realizo un estudio con finalidad de “establecer la relación entre la adicción a las redes sociales, la ansiedad estado y la ansiedad rasgo en estudiantes de una escuela superior de formación artística pública de Ayacucho”. Fue de naturaleza elemental, con un diseño no experimental y correlacional. El

grupo muestral fue total, compuesta por 112 alumnos, y el muestreo fue no aleatorio. Se llevaron a cabo encuestas sobre Obsesión a Redes Sociales (ARS) y el Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo (IDARE), instrumentos ya validados para el ámbito peruano. Se encontró una correlación satisfactoria y muy importante entre la dependencia de las redes sociales y la ansiedad, tanto en estado como en rasgo. Esto sugiere que, cuanto más se esté enganchado a las redes sociales, también aumentarán los rangos de ansiedad en estado y rasgo, o al contrario. De otro modo, la variable de dependencia de las redes sociales y sus tres subvariables lograron un rango medio. Asimismo, tanto la ansiedad en estado como la ansiedad en rasgo también llegaron al nivel medio.

Trinidad y Varillas (2021). Realizaron la investigación cuyo objetivo principal fue “determinar la relación entre adicción a redes sociales y la ansiedad estado-rasgo en adolescentes de secundaria del colegio privado Nikola Tesla, Huacho 2021”. La metodología fue con el método cuantitativo, diseño no experimental, transversal y correlacional. La población fue 215 educandos de 1ero a 5to de secundaria. Se administró la encuesta de dependencia de las redes sociales y el cuestionario de Ansiedad Estado – Rasgo, adaptado al contexto peruano. En los jóvenes adolescentes se obtuvo que el 27.4% se ubicó en el rango más alto de dependencia de las redes sociales y el 17.5% se ubicó en el rango más bajo; el 32% se clasificó en el rango más alto de Ansiedad Estado Rasgo y 16.7% en el rango bajo. Con relación a asociación de la Ansiedad estado rasgo, presentó relación directa y significativa con la Obsesión por las redes sociales ($p=0.000$; $\rho=0.411$), Falta de Control personal al uso de las redes sociales ($p=0.000$; $\rho=0.459$) y el Uso excesivo de las redes sociales ($p=0.000$; $\rho=0.478$). Se concluyó que la Adición a las redes sociales presenta correlación directa y significativa ($p=0.000$; $\rho=0.316$)

con la Ansiedad estado rasgo de los educandos adolescentes.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Ansiedad Estado- rasgo

Es preciso describir los conceptos y enfoques más importantes que dan sustento a las variables del estudio:

También, Morrison (2015) menciona que la ansiedad es casi un síntoma que está presente en la mayoría de las patologías mentales y problemas de salud emocional, en diferentes niveles; esto sugiere que, desde un enfoque clínico, los síntomas y señales de ansiedad, aún si fueran leves, no necesariamente indican un trastorno concreto en este campo, y que podrían ocultar otra afección ya existente.

Según Cholys (2012), La ansiedad es un estado psicofísico caracterizado por una sensación de inseguridad, desasosiego o intranquilidad ante la presencia de una amenaza desconocida, con una distinción básica entre preocupación moderada y patológica. El individuo vivencia una evaluación alterada e irracional de los hechos, lo percibe y explica como hechos de amenaza a su existencia, y se transforma en terror y que puede paralizar a la persona con un nivel de ansiedad severo y agudo.

Spielberger (1990) define la ansiedad-estado como una respuesta emotiva temporal de aprensión y estados tensional que se produce en respuesta a una situación de amenaza, mientras que la ansiedad-rasgo es el estado de predisposición de un sujeto a percibir un estímulo y responder a diversas situaciones como como una amenaza de forma permanente, siendo un rasgo más estable de la personalidad.

Enfoques teóricos de la ansiedad

Teoría de la ansiedad de Charles Spielberger

Spielberger (1966) parte desde la concepción de Cattell, considera la ansiedad a manera de respuestas aprendidas ante ciertos eventos con manifestaciones de temor, nerviosismo, intranquilidad, aceleración y descarga del sistema nervioso autosuficiente. También la subvariable, ansiedad-estado y ansiedad-rasgo.

En este contexto, una de las características constituye la manifestación de sentimientos internos y cambiantes, acompañada de sudor, niveles de presión sanguínea, entre otros. Al mismo tiempo, la ansiedad como rasgo se muestra en la persona a través de comportamientos amenazantes que son casi constantes.

Dimensiones de la variable ansiedad

Spielberg (1966) explica que la ansiedad se manifiesta como un estado mental temporal, con diferentes niveles de presencia y tiempo, que involucra una serie de incidencias internas que podrían ser generados por un factor interno o externo, generando sentimientos repentinos que varían en tiempo y fuerza.

Los clasifica de la siguiente manera:

Dimensión 1: Ansiedad Estado

La ansiedad Estado (A/E) está conceptualizada como un estado o condición emocional transitoria del organismo humano, que se caracteriza por sentimientos subjetivos, conscientemente percibidos, de tensión y aprensión, así como por una hiperactividad del sistema nerviosos autónomo; puede variar con el tiempo y fluctuar en intensidad (Buela, Guillén, & Seisdodos, 2015, pág. 10). Hay una asociación con la inclinación natural o componente emocional de un individuo a vivenciar inquietud sin importar la situación en la que esté. Se fundamenta en diferencias individuales que suelen ser bastante estables en la disposición a la ansiedad. Evalúa la ansiedad,

el estrés, el dolor, la inquietud, la energía adecuada y el bienestar total.

Dimensión 2: Rasgo de ansiedad

La ansiedad Rasgo (A/R) señala una relativamente estable propensión ansiosa por la que difieren los sujetos en su tendencia a percibir las situaciones como amenazadoras y a elevar, consecuentemente, su ansiedad Estado (A/E) (Buela, Guillén, & Seisdedos, 2015, pág. 10). La continuidad de esta sensación en la persona con el paso del tiempo es lo que le da una nueva faceta a su carácter. Se examinan la tristeza profunda, la desilusión, las emociones restringidas, la firmeza y la falta de variaciones en el estado de ánimo.

Modelo tridimensional de la ansiedad de Lang

Este enfoque de Peter Lang, propuesto en 1968, ha sido utilizado y reconocido en estudios de comprensión conceptual para describir la ansiedad y enfermedades derivadas de su psicopatología (García, 2017). Por eso, en la evaluación y diagnóstico de estados ansiosos. Esta teoría de Lang fue acogida para la investigación, ya que permitió cuantificar las reacciones de ansiedad y también es aplicable a cualquier respuesta emocional. El modelo se desarrolló a partir de la observación de Peter Lang. Según el modelo unidimensional, todas estas señales tendrán que alinearse y, bajo tratamiento, todas estas señales tendrían que modificarse al mismo tiempo. Sin embargo, Lang observó que esto no ocurría, por lo que no había armonía entre los distintos indicadores. En su investigación sobre el miedo y el trastorno de pánico, observó la falta de correspondencia entre los autoinformes de los pacientes (medidas subjetivas) y las reacciones fisiológicas (medidas objetivas) que se registraban. Las medidas objetivas eran de menor intensidad que lo que se informaba subjetivamente (García, 2017).

Modelo cognitivo de la ansiedad. Según Beck, Epstein, Brown, y Steer (1988),

Sostienen que la ansiedad es el resultado de ideas y prejuicios irracionales que se construyen durante las etapas del desarrollo humano, estos se manifiestan tres dimensiones:

- a) Dimensión afectiva. Esta subvariable está referida a los síntomas emotivos irracionales, que es resultado del miedo o temor ante las circunstancias o eventos.
- b) Dimensión cognitiva. Esto se refiere a las ideas fijas que se tienen sobre uno mismo, sobre otras personas y sobre lo que sucederá en el futuro. La persona puede verse influenciada por su contexto social y puede llegar a temer que le suceda algo muy malo o que se produzca un desenlace catastrófico.
- c) Dimensión fisiológica. Esta subvariable comprende signos físicos como malestar en diferentes partes del cuerpo, así como hormigueo, sudoración, que ocurren cuando el sujeto vivencia estados de ansiedad.

2.2.2. Redes sociales

En el desarrollo de este informe se considera importante describir las concepciones y enfoques básicas con relación a la variable redes sociales que se detallan a continuación:

Definición de redes sociales

Castañeda y Gutiérrez (2010) indican que las plataformas sociales son herramientas de comunicación fundamentadas en internet, que se estructuran en torno a perfiles personales o laborales de los usuarios y que buscan enlazar progresivamente a los dueños de esos perfiles mediante categorías, grupos o etiquetas individuales relacionadas con su identidad o su carrera profesional

Por su parte, Castello (2009) indicó que “las redes digitales son globales por su capacidad para autorreconfigurarse de acuerdo con las instrucciones de los programadores, trascendiendo los límites territoriales e institucionales a través de redes de ordenadores comunicadas entre sí” (p. 51). Las computadoras y la red de redes permiten a la gente superar todas las limitaciones presentes, de esta forma se amplían las conexiones nuevas, los profesionales continúan mejorando la tecnología de la información que se ajusta a las demandas contemporáneas. Complementa en el año 2012, señalando que hoy en día el empleo de redes móviles se ha convertido crucial en la existencia de los individuos, la tecnología crea novedosas oportunidades de información que distancian a las personas de los entornos ancestrales y las transportan a contextos innovadores en los que expresar sus ideas sin temor.

A partir de esto, podemos deducir que las plataformas sociales en línea facilitan la comunicación entre personas a nivel global, promoviendo la inclusión en diversas modalidades. Estas redes digitales favorecen el flujo libre de información y saberes, considerando que las barreras geográficas y temporales ya no son grandes obstáculos.

De acuerdo con Colombia digital (2014), se evidencia que la sociedad está marcada por las recientes maneras de manifestación: Es innegable la influencia que han tenido las locaciones en línea y las plataformas sociales sobre las personas. También, actúan como canales de información, porque también funcionan como instrumentos para gestionar y liberar todo tipo de sentimientos, los cuales se replican continuamente de red a red (p. 11).

Redes sociales más usadas

WhatsApp: Servicio de mensajería al instante que ganó popularidad por

ofrecer más funciones que una información textual por celular, gracias a la posibilidad del internet de transmitir diversos tipos de textos, incluyendo anexos adjuntos. Su principal ventaja es que solo necesitas tener a una persona guardada en tu teléfono para comenzar a charlar, y con el tiempo se han incorporado funciones como llamadas y videollamadas, así como la opción de enviar "estados", que permite al usuario compartir mensajes, fotos o videos con todos sus contactos simultáneamente y recibir respuestas a esos envíos. "WhatsApp es la aplicación de mensajería instantánea más utilizada en el planeta".

Facebook: tuvo su inicio como una plataforma de interacción para educandos de la Universidad de Harvard, con el tiempo se transformó en la red social muy extensa del planeta. Aunque en sus inicios la mayoría de los usuarios la utilizaba para compartir imágenes en forma de álbumes virtuales, con el paso del tiempo se convirtió en un lugar donde se intercambia todo tipo de información, incluyendo noticias y videos entretenidos. Debido a su gran aceptación, Facebook ha estado constantemente actualizando su red para sobresalir frente a sus rivales, ofreciendo un espacio útil para diversos negocios, figuras públicas y políticos.

Moya (2016) plantea que Facebook es una de las redes más importantes, pues: Permite compartir todo tipo de formatos multimedia y tiene un buen sistema de organización de eventos y encuestas. <posibilita obtener muchos datos. También, presenta un código para que los especialistas estén en capacidad de desarrollar todas las atenciones individuales al interior de la misma red (p. 37).

Twitter: Es la plataforma de microblogging más popular a nivel global. Este servicio posibilita a sus miembros crear y difundir textos cortos con un máximo de 280 letras, conocidos como tweets. Aunque en otras redes sociales es común realizar publicaciones de texto sin restricción de caracteres, el diseño de Twitter ha

transformado esta limitación en su principal atractivo, motivando a usuarios, empresas y celebridades a compartir información de manera concisa y atractiva.

Moya (2013) menciona que “su punto fuerte son los hashtags o etiquetas (#) que facilitan una mayor visión de los mensajes que se publican. Tienen una limitación de 140 caracteres, por lo que es una red con una personalidad más bien informativa” (p. 37). Las plataformas se tornaron influyentes a nivel nacional y mundial, porque por la red se intercambia juicios, conocimientos y criterios como se hace en Facebook, en el 2018⁷ Twitter agregó caracteres a sus publicaciones.

LinkedIn: Es la plataforma profesional más popular en la actualidad, llegando incluso a sustituir los currículums. Esto se debe a que permite a los usuarios mostrar toda la información sobre su trayectoria laboral y académica. También facilita a las empresas lanzar iniciativas de contratación e invitar fácilmente a todos los postulantes que cumplan con los requisitos. Muchas compañías necesitan que sus trabajadores tengan un perfil de LinkedIn como condición para ser empleados.

Instagram: Según Moya (2013) la “exclusiva para fotografías, suele ser el acompañante ideal para Twitter” (p. 37). Esta herramienta facilita la carga de imágenes y clips de video factibles de distribuir, explicar y dar respuesta a dichos comentarios, se centra principalmente en el intercambio de fotos. Esta red social es comúnmente utilizada por los adolescentes con la finalidad de compartir sus fotografías con los amigos.

YouTube: Originalmente diseñado para la distribución de fragmentos de televisión a través de la web, YouTube se transformaría en la plataforma clave para la difusión

de videos en línea, abarcando desde grabaciones de carácter familiar y videoclips de música. En YouTube, los consumidores deciden qué contenido disfrutar y, de no encontrar algo de su agrado, son incentivados a producir su material propio, lo cual ofrece posibilidades a artistas e incluso a personas comunes para alcanzar el éxito en el mundo del entretenimiento. La llegada de YouTube ha generado un cambio en la forma en que se consume contenido audiovisual, desafiando a la televisión convencional, y los “Youtubers” más conocidos han demostrado tener la capacidad de superar en audiencia a grandes producciones de diversos canales televisivos, logrando además tener un impacto significativo en la sociedad.

“Es la red social del formato vídeo por excelencia” esta plataforma permite la difusión de vídeos que constituyen ser parte de la cultura de los jóvenes. Se encuentran desde los menos vistos hasta lo que se vuelven virales (reproducción en gran cantidad y se comparten en otras redes sociales), además la plataforma permite que el usuario tenga acceso a otros videos de su interés. (Moya, 2013, p. 38).

2.3. Formulación de hipótesis

2.3.1. Hipótesis general

Existe relación entre la ansiedad estado-rasgo, y redes sociales en los estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, 2026.

2.3.2. Hipótesis específicas

HE1. Si existe una relación entre ansiedad estado-rasgo, y Facebook en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, 2026.

HE1. Existe relación entre la ansiedad estado-rasgo, y redes sociales en los estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, 2026.

HE3. Existe relación entre la ansiedad estado-rasgo y WhatsApp en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, 2026.

CAPITULO III: METODOLOGÍA

3.1. Método de investigación

El presente informe siguió el método hipotético deductivo, lo que para Ruiz Calleja (2024). Es método que comienza con una hipótesis basada en el desarrollo teórico de las variables ansiedad estado-rasgo y las redes sociales. Al aplicar las reglas lógicas de la deducción, permitió la generación de hallazgos actualizados, y nuevos conocimientos, que tendrán que ser contrastados con la ayuda de la estadística pertinente.

3.2. Enfoque de la investigación

Este estudio fue aplicado con el enfoque cuantitativo, ya que la investigación porque la asociación de las variables tuvieron que ser medidas cuantitativamente: la ansiedad estado-rasgo y el uso de las redes sociales de manera objetiva y numérica. Según Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2018), se llevó a cabo una secuencia rigurosa de pruebas para establecer objetivos de investigación claros, revisión de la literatura pertinente y el desarrollo un marco teórico adecuado.

3.3. Tipo de investigación

El tipo del presente informe fue básico, llamada también pura, porque este tipo de estudio no busca resolver ningún problema inmediato, ya que más sirven de base teórica para los otros tipos de investigación. La meta principal es comprender fenómenos y generar teorías, sentando las bases para futuros descubrimientos y aplicaciones más prácticos (Murillo, 2008).

3.4. Diseño de investigación

El diseño del informe fue no experimental, porque no se manipularon las variables, “se realiza una investigación a través de la observación a los fenómenos en su ambiente natural sin llegar a manipularlos” (Hernández, Fernández y Baptista, 2018). La investigación se

orienta a ser de corte transversal, porque se recogieron los datos en determinado tiempo. Según Rodríguez y Mendivelso (2018), sostienen que el corte transversal tiene como objetivo conocer la influencia de la ansiedad y el tecnoestrés en el grupo muestral de educandos, analizando la relación entre ambas variables en un momento determinado.

Corte y nivel El alcance de la investigación será descriptivo-correlacional, la que es definida por Arias, (2012) porque se obtuvo información de las variables de la investigación y se trataron estadísticamente para la contratación de las hipótesis formuladas. También se exploró la asociación de las subvariables de la ansiedad estado-rasgo y las redes sociales en los educandos de secundaria, para identificar cómo estas variables se modifican conjuntamente.

3.5. Población, muestra y muestreo

3.5.1. Población

Este informe comprendió el grupo poblacional de 350 educandos de secundaria de un centro escolar público de San Juan de Lurigancho. Según Hernández, Fernández & Baptista (2018) conceptualiza a la población como el grupo total de un estudio que se está efectuando.

3.5.2. Muestra

La muestra fue de 200 estudiantes de secundaria. “Siendo definida como un subgrupo o parte del universo o población en que se llevó a cabo la investigación. La muestra es una parte representativa de la población” (p.69). López (2004)

3.5.3 Muestreo

El estudio fue un grupo muestral no probabilística por conveniencia, ya que se seleccionó a los educandos de educación secundaria porque es una población y un grupo muestral por conveniencia. Y la que es definida por Sampieri, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2018) como una técnica donde el investigador selecciona a los participantes de la muestra basándose en su fácil acceso, disponibilidad y conveniencia para él investigador y la institución educativa en estudio, por considerar que en ese grupo de estudiantes es más evidente la problemática en estudio.

Criterio de inclusión:

- Estudiantes de secundaria.
- Estudiantes que estén matriculados en la Institución educativa.

Criterios de exclusión:

- Estudiantes que no hayan firmado el consentimiento informado
- Estudiantes que no concluyan con responder los instrumentos.

3.6. Variables y operacionalización

3.6.1 Variable 1. Ansiedad estado- rasgo

Definición conceptual. Spielberg (1972), sostiene que es la "circunstancia emotiva" del momento, que se puede modificar en el tiempo, y que se caracteriza por la mezcla de sentimientos de presión, tensión, inhibición, pensamientos desagradables y suspenso, que van acompañados a alteraciones fisiológicas. Desde otro punto de vista, la ansiedad-rasgo se refiere a las particularidades personales de ansiedad momentáneamente estables

Definición operacional. Para el estudio a realizar esta definición se considerará con las puntuaciones a obtener al aplicar el inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI) de Spielberger et al. (1983), que mide dos dimensiones: Ansiedad estado y Ansiedad rasgo. Los resultados permitirán conocer los niveles de ansiedad temporal y crónica en los colaboradores del centro de salud.

3.6.2. Variable 2. Redes sociales

Definición conceptual

Constituyen “todas aquellas herramientas diseñadas para la creación de espacios que promuevan o faciliten la conformación de comunidades e instancias de intercambio social” (p.45).

Definición operacional

En el presente estudio se considerará a las redes sociales con las puntuaciones logradas con la administración del Cuestionario de redes sociales cuya autora es Rosa Salcedo Pardo; tiene por objetivo determinar el rango de empleo de las redes sociales en Facebook, WhatsApp y YouTube, según conductas observables y respuestas de los adolescentes.

Matriz de Operacionalización de la Variable Ansiedad Estado-Rasgo

Variables	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición	Esacla valorativa (niveles o rangos)
Ansiedad estado-rasgo	Según Spielberger (1972), es la "circunstancia emotiva" del momento, que se puede modificar en el tiempo, y que se caracteriza por la mezcla de sentimientos de presión, tensión, inhibición, pensamientos desagradables y suspenso, que van acompañados a alteraciones fisiológicas. Desde otro punto de vista, la ansiedad-rasgo se refiere a las particularidades personales de ansiedad momentáneamente estables.	Se evaluará mediante el Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI) de Spielberger et al. (1983), que mide dos dimensiones: Ansiedad estado y Ansiedad rasgo Los resultados permitirán conocer los niveles de ansiedad temporal y crónica en estudiantes de secundaria de una institución educativa de San Juan de Lurigancho.	Factor 1: Ansiedad estado	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17,18, 19, 20	Ordinal	Muy alto: 36 o más Alto: 33-35 Promedio: 30-32 Bajo: 27- 29 Muy bajo: 26 o menos Muy alto: 30 o más Alto: 28- 29 Promedio: 26-27 Bajo: 22-24 Muy bajo: 21 o menos Muy alto: 34 o más Alto: 30-33 Promedio: 28-29 Bajo: 24-27 Muy bajo: 23 o menos
			Factor 2:Ansiedad rasgo	21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 29, 40.		

Matriz de Operacionalización de redes sociales.

Variable	Definición Conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Items en cuestionario	Escala	Rango
REDES SOCIALES.	Cabrera (2017) sostiene que las redes sociales son “todas aquellas herramientas diseñadas para la creación de espacios que promuevan o faciliten la conformación de comunidades e instancias de intercambio social” (p.45)	En el presente estudio se considerará a las redes sociales con las puntuaciones logradas con la administración del Cuestionario de redes sociales cuya autora es Rosa Salcedo Pardo; tiene por objetivo determinar el rango de empleo de las redes sociales en Facebook, WhatsApp y YouTube, según conductas observables y respuestas de los adolescentes.	Facebook	- Datos online - Protección - Interacción social - Individualidad	1, 2, 4,7 3,9,10 12,13 5,6,8,11	Escala ordinal Nunca = 1	
		YouTube	- Intercambiar datos - Datos online - Información	14, 15,20 16, 17 18, 19			
		WhatsApp	- Información online - Protección - Interacción social	21,25,26 23 22,24	A veces = 2 Siempre= 3	Alto Medio bajo	

3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.7.1. Técnica

Para la investigación realizada la recolección de datos se empleó la técnica de encuesta, la que es definida por Hernández et al. (2018) como una técnica destinada a obtener datos de varias personas cuyas opiniones impersonales interesan al investigador.

3.7.2. Instrumentos

A continuación, se detalla la descripción completa de los instrumentos que se aplicaron en la investigación.

En la elaboración del presente informe se administraron los siguientes instrumentos:

- El inventario de ansiedad estado- rasgo
- La Escala de uso de las redes sociales.

Seguidamente, se detallan las propiedades psicométricas de los cuestionarios a aplicar:

Ficha técnica

El Inventario de Ansiedad por rasgos de estados – STAI, que fue desarrollado por Charles D. Spielberger, Ch., Gorsuch, R. & Lushene, R. (19 (1970), California – EE. UU, y cuenta con 40 ítems (20 para cada dimensión) para evaluar la ansiedad como estado, fue adaptado al entorno peruano por Déborah Olaechea Terán (2021), Lima – Perú, para la población dirigida de adolescentes y adultos. Su administración es individual/grupal, la duración es de aproximadamente de 15 minutos. El instrumento se entregará a los sujetos de investigación, indicándoles que tiene 2 escalas, la primera son interrogantes que tienen dos escalas, cuatro

criterios para responder a cada una (no en lo absoluto, un poco, bastante y mucho), tratada con la escala de Likert. Es importante brindar al participante el contexto del presente (cómo se siente ahora mismo). Además, la segunda batería comprende también, cuatro criterios (casi nunca, algunas veces, frecuentemente y casi siempre). Debe anticiparse al educando que exprese cómo se siente en el momento presente (cómo se siente generalmente).

Asimismo, la otra variable será medido con el cuestionario de dependencia de las redes sociales (ARS), construido por Ecurra Mayaute, Miguel y Salas Blas, Edwin en el 2014, dirigido a jóvenes y adolescentes de 16 a 42 años. Su aplicación fue en grupo o individual. Las puntuaciones serán de acuerdo a dimensiones 1 de 0 – 40, en la dimensión 2 de 0 – 24, en la dimensión 3 de 0 – 32, el tiempo de aplicación 15 minutos aproximadamente, el objetivo de la prueba es medir la obsesión, la falta de control personal y el uso excesivo de las redes sociales (Ecurra y Salas, 2014).

3.7.3. Validación de Instrumentos

Para el Inventario de ansiedad IDARE en su versión original En cuanto a su validación, IDARE en su adaptación primigenia obtuvo un coeficiente de correlación promedio de 0,55 para ansiedad estado y 0,5 para ansiedad rasgo. (Spielberger, Ch., Gorsuch, R. & Lushene, R. 1970)

También, se ha considerado la validez de la versión adaptada Espíritu (2019) que expresó ser apropiada, la validación arrojó entre .26 y .47 para ansiedad estado y de .31 a .51 para la ansiedad rasgo.

Con relación al instrumento de redes sociales la validez se determine a través de la aprobación de jueces de expertos manifestando el 100% de concordancia con los

propósitos explicados en las preguntas, asimismo, en la prueba piloto la validación anticipada logró un índice aceptable Káiser-Mayer Olkin de .80, donde se logró la varianza de 57.49%, con saturaciones factoriales de .39 a .81, y comunalidades de .53 a .95 a través del método de máxima verosimilitud por rotación oblicua. En lo que respecta a validez de constructo se alcanzó el índice de bondad de ajuste de .92, con .04 de error cuadrático. (Ecurra & Salas, 2014).

3.7.4. Confiabilidad

Para el Inventario de ansiedad rasgo estado - IDARE en su versión original reportó un coeficiente de correlación media de .55 para la ansiedad estado y .54 para ansiedad rasgo. (Spielberger, Ch., Gorsuch, R. & Lushene, R. 1970)

También, la confiabilidad del IDARE en la adaptación al ámbito peruano Olaechea (2021), se realizó mediante el análisis de la consistencia interna empleando el Alfa de Crombach, lográndose para la escala ansiedad estado el nivel de confianza de .83 y en la escala para ansiedad rasgo alcanzó .92.

Igualmente, es necesario considerar la confiabilidad de la versión adaptada de Espíritu (2018) la cual reportó adecuadas bondades métricas, en la confiabilidad se determinó a través de Omega, obteniendo .895 para ansiedad estado y .865 para ansiedad rasgo.

Para el estudio a realizar se va a obtener la confiabilidad con el Alfa de Cronbach del inventario de IDARE y la escala de redes sociales, con lo que se confirmara con las propiedades psicométricas que presentar para su aplicación.

3.8. Plan de procesamiento y análisis de datos

En la investigación se programó el siguiente procedimiento para el análisis de datos:

- Se gestionó el permiso correspondiente con las autoridades de la institución educativa para la aplicación de los instrumentos, mediante una solicitud, lo cual fue aceptado procediéndose a coordinar la aplicación
- Se coordinó con el coordinador de Tutoría para el día y hora de aplicación los instrumentos de manera colectiva, previa explicación de las instrucciones y la obtención del asentimiento informado por parte de los estudiantes.
- Una vez aplicados los instrumentos, los datos obtenidos fueron ingresados en Microsoft Excel, correspondientes a las variables de estrés académico y bienestar psicológico evaluadas en los estudiantes de secundaria.
- Se utilizó el software estadístico SPSS versión 26 para obtener medidas de tendencia central como la moda, mediana y media, y realizar el análisis de los datos.
- Se aplicó la prueba de bondad de ajuste de Kolmogorov-Smirnov, la cual permitió verificar si las puntuaciones obtenidas siguen una distribución normal, evaluando el grado de concordancia entre los datos empíricos y una distribución teórica.
- Se empleó para analizar la distribución de los datos, calcular porcentajes, la desviación estándar, entre otros indicadores relevantes.
- Finalmente, se recurrió al análisis multivariado mediante estadística inferencial para comprobar las hipótesis y alcanzar los objetivos planteados en la investigación.

3.9. Aspectos éticos

Para la presente investigación se tuvo en cuenta en el cumplimiento del código de ética y deontología del Colegio de Psicólogos del Perú el capítulo 8, que nos menciona sobre los instrumentos de investigación como refiere en el artículo 50 que después de aplicar los instrumentos de evaluación se debe dar a conocer los resultados de manera clara y precisa; esto se tuvo en cuenta, ya que después de culminar con esta investigación se hará llegar los resultados a la institución educativa. También el capítulo 65 que hace

mención sobre las publicaciones, señalando que primeramente, en una investigación si se hace mención o se recopila información de otra investigación se tiene que incluir el nombre del autor.

La investigación realizada ha tenido presente los principios del Código de Helsinki, que establece la inviolabilidad del ser humano, la igualdad de derechos y el compromiso de no causar daño a otros. Asimismo, se respetan los principios bioéticos, especialmente el de beneficencia. Finalmente, se ha considerado el reglamento de ética de investigación de la Universidad Norbert Wiener, considerando la integridad académica, por lo que, no se vulneraron los derechos de autores y el trabajo; también fue sometido a revisión mediante de autenticidad en el software anti similitudes respetándose el 20% del Turnitin así como el 4% en fuentes de información; Además, se utilizó el formato de la guía de elaboración de tesis de la UNW y las normas APA en su 7.^a edición.

CAPÍTULO IV: EL PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

4.1. Resultados

4.1.1. Análisis descriptivo de resultados

Tabla 1

Rango de Edad de los estudiantes

	n	%
12 a 13 años	43	21,5%
14 a 15 años	47	23,5%
16 a 18 años	110	55,0%

En la tabla 1, se presenta el rango de edad de los participantes, de los cuales la mayoría tienen entre 16 a 18 años de edad (55,0%); mientras que, la menor proporción de participantes son de 12 a 13 años de edad (21,5%).

Tabla 2

Rango por sexo de los estudiantes

	n	%
Masculino	106	53,0%
Femenino	94	47,0%

En la tabla 2, se presenta el rango por sexo, de los cuales la mayoría son del sexo masculino (53,0%); mientras que, la menor proporción de participantes son del sexo femenino (47,0%).

Tabla 3.

Rango por grado de instrucción de los estudiantes

	n	%
1° Grado	43	21,5%
2° Grado	47	23,5%
3° Grado	52	26,0%
4° Grado	44	22,0%
5° Grado	14	7,0%

En la tabla 3, se presenta el rango por el grado de instrucción de los participantes, de los cuales la mayoría son del 3° Grado de secundaria (26,0%); mientras que, la menor proporción son del 5° Grado de secundaria (7,0%).

Tabla 4

Nivel de ansiedad rasgo estado de los estudiantes

	n	%
Alto	17	8,5%
Bajo	6	3,0%
Muy Alto	151	75,5%
Muy Bajo	3	1,5%
Promedio	23	11,5%

En la tabla 4, se presenta el nivel de ansiedad rasgo estado de los participantes, de los cuales la mayoría presentaron un nivel muy alto (75,5%); mientras que, la menor proporción de participantes manifestaron un nivel muy bajo (1,5%).

Tabla 5

Nivel de dimensión ansiedad estado de los estudiantes

	n	%
Alto	35	17,5%
Bajo	27	13,5%
Muy Alto	54	27,0%
Muy Bajo	20	10,0%
Promedio	64	32,0%

En la tabla 5, se presenta el nivel de dimensión ansiedad estado de los participantes de la muestra, de los cuales la mayoría presentaron un nivel promedio (32,0%); mientras que, la menor proporción de participantes manifestó entre un nivel muy bajo (10,0%).

Tabla 6

Nivel de dimensión ansiedad rasgo de los estudiantes

	n	%
Alto	26	13,0%
Bajo	12	6,0%
Muy Alto	153	76,5%
Muy Bajo	2	1,0%
Promedio	7	3,5%

En la tabla 6, se presenta el nivel de dimensión ansiedad rasgo de los participantes, de los cuales la mayoría presentaron un nivel muy alto (76,5%); mientras que, la menor proporción de participantes manifestó un nivel muy bajo (1,0%).

Tabla 7

Nivel de Redes Sociales de los estudiantes

	n	%
Alto	163	81,5%
Medio	37	18,5%

En la tabla 7, se presenta el nivel de redes sociales de los participantes, de los cuales la mayoría han presentado un nivel alto (81,5%); mientras que, la menor proporción de participantes manifestaron un nivel alto (18,5%).

Tabla 8

Nivel de dimensión Facebook de los estudiantes

	n	%
Alto	116	58,0%
Medio	84	42,0%

En la tabla 8, se presenta el nivel de dimensión Facebook de los participantes, la mayoría presentaron un nivel alto (58,0%); mientras que, la menor proporción de participantes manifestó un nivel medio (42,0%).

Tabla 9

Nivel de dimensión YouTube de los estudiantes

	n	%
Alto	97	48,5%
Bajo	4	2,0%
Medio	99	49,5%

En la tabla 9, se presenta el nivel de dimensión YouTube de los participantes, la mayoría presentaron un nivel medio (49,5%); mientras que, la menor proporción de participantes manifestó un nivel bajo (2,0%).

Tabla 10

Nivel de dimensión WhatsApp de los estudiantes

	n	%
Alto	176	88,0%
Medio	24	12,0%

En la tabla 10, se presenta el nivel de dimensión WhatsApp de los participantes, la mayoría presentaron un nivel alto (88,0%); mientras que, la menor proporción de participantes manifestó un nivel medio (12,0%).

4.1.2. Prueba de hipótesis**Tabla 11.***Prueba de normalidad de las variables*

Variables	Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig
Ansiedad rasgo estado	,968	200	,000
Ansiedad Estado	,774	200	,000
Ansiedad Rasgo	,910	200	,000
Redes sociales	,989	200	,111
Facebook	,973	200	,001
YouTube	,959	200	,000
WhatsApp	,965	200	,000

Los resultados que se observan en la tabla 11, muestran que tanto la variable ansiedad rasgo estado como redes sociales en su mayoría no siguen una distribución normal ($p < 0.001$) al igual que sus dimensiones específicas; debido a esto se optó por emplear la prueba no paramétrica rho de Spearman para los análisis posteriores.

1. Prueba de hipótesis general

Ha: Si existe relación entre la ansiedad estado-rasgo, y redes sociales en los estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, 2026.

2. Elección de significación (α) : Confianza: 95%. Nivel crítico: $\alpha = 0.05$, (5%)
3. Prueba estadística: Al considerarse una muestra ($n = 200$) en el análisis de resultados, se aplicó la prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov.
4. Criterio de decisión: Se estableció: $p\text{-valor} < 0.05$, se rechaza H_0 y se acepta la H_a .

Tabla 12

Correlación entre Ansiedad Rasgo Estado y Redes Sociales

Variable	1	2
1. Ansiedad Rasgo Estado	-	.996
2. Redes Sociales	.996	-

En la tabla 12, indican la existencia de una correlación positiva muy alta y estadísticamente significativa entre la ansiedad rasgo estado y redes sociales ($\rho = .996$, $p < .001$), lo que demuestra que, existe correlación estadísticamente significativa, positiva muy alta entre la ansiedad rasgo estado y las redes sociales en los estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, 2026 ($\rho = .996$, $p < .001$). Es decir que, a mayor nivel de ansiedad rasgo estado se asocia con un mayor nivel de redes sociales, rechazándose la hipótesis nula.

1. Prueba de hipótesis específica 1

Ha: Si existe una relación entre ansiedad estado-rasgo, y Facebook en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, 2026.

2. Elección de nivel de significación (α).

Confianza: 95%

Nivel crítico: $\alpha = 0.05$ (5%)

3. Prueba estadística: Al considerarse una muestra ($n = 200$) en el análisis de resultados, se aplicó la prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov.

4. Criterio de decisión: Se estableció que: $p\text{-valor} > 0.05$, se rechaza H_a y se acepta la H_o .

Tabla 13

Correlación entre ansiedad rasgo estado y dimensión Facebook

Variable	1	2
1. Ansiedad rasgo estado	-	.722
2. Dimensión Facebook	.722	-

En la tabla 13, indican la existencia de una correlación positiva alta y estadísticamente significativa entre la variable ansiedad rasgo estado y dimensión Facebook ($\rho = .722$, $p < .001$), lo que demuestra que, existe una correlación estadísticamente significativa positiva alta entre la variable ansiedad rasgo estado y dimensión Facebook en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho ($\rho = .722$, $p < .001$). Es decir que, a un mayor nivel de la variable Ansiedad Rasgo esta asociada con un mayor nivel de dimensión Facebook, rechazándose la hipótesis nula.

1. Prueba de hipótesis específica 2

H_a: Si existe relación entre la ansiedad estado - rasgo, y YouTube en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública en San Juan de Lurigancho, 2026.

2. Elección de nivel de significación (α).

Confianza: 95%

Nivel crítico: $\alpha = 0.05$ (5%)

3. Prueba estadística: Al considerarse una muestra ($n = 200$) en el análisis de resultados, se aplicó la prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov.

4. Criterio de decisión: Se estableció que: $p\text{-valor} > 0.05$, se rechaza H_a y se acepta la H_o .

Tabla 14

Correlación entre ansiedad rasgo estado y dimensión YouTube

Variable	1	2
1. Ansiedad Rasgo Estado	-	.484
2. Dimensión YouTube	.484	-

En la tabla 14, se indica la existencia de una correlación positiva moderada y estadísticamente significativa entre la variable ansiedad rasgo estado y dimensión YouTube siendo evidente que, existe una correlación estadísticamente significativa, positiva, moderada entre la variable ansiedad rasgo estado y dimensión YouTube en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública en San Juan de Lurigancho ($\rho = .484$, $p < .001$); demostrando que, a un mayor nivel de la variable Ansiedad Rasgo experimentaran un mayor nivel de dimensión YouTube, rechazándose la hipótesis nula.

1. Prueba de hipótesis específica 3

Ha: Si Existe relación entre la ansiedad estado-rasgo y WhatsApp en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, 2026.

2. Elección de nivel de significación (α).

Confianza: 95%

Nivel crítico: $\alpha = 0.05$ (5%)

3. Prueba estadística: Al considerarse una muestra ($n = 200$) en el análisis de resultados, se aplicó la prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov.

4. Criterio de decisión: Se estableció que: $p\text{-valor} > 0.05$, se rechaza H_a y se acepta la H_o .

Tabla 15

Correlación entre ansiedad rasgo estado y dimensión WhatsApp

Variable	1	2
1. Ansiedad Rasgo Estado	-	.479
2. Dimensión WhatsApp	.479	-

En la tabla 15, se indica que existe una correlación positiva moderada y estadísticamente significativa entre la variable ansiedad rasgo estado y dimensión WhatsApp en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho ($\rho = .479$, $p < .001$), lo que demuestra que un mayor nivel de la variable Ansiedad Rasgo se asocia con un mayor nivel de dimensión WhatsApp, rechazándose la hipótesis nula.

4.1.3. Discusión de resultados

El estudio se planteó el objetivo de demostrar la relación entre la ansiedad estado-rasgo con las redes sociales en los estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho. Por consiguiente, se prosigue con la contrastación de los resultados inferenciales con los antecedentes considerados así como los enfoques teóricos conforme se detalla a continuación:

En relación a la hipótesis general en la tabla 12, se demostró que, Que, existe correlación estadísticamente significativa, positiva muy alta entre la ansiedad rasgo estado y las redes sociales en los estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, 2026 ($\rho = .996, p < .001$). Lo que coincide con el estudio de Martínez, (2024), que tuvo como objetivo “determinar si la dependencia a las redes sociales es un predictor de la ansiedad-estado”. Este estudio con metodología similar, donde los resultados concluyen hallazgos de correlaciones importantes de las subvariables de dependencia ($r = .491, p < .05$), tolerancia ($r = .459, p < .05$), abstinencia ($r = .471, p < .05$) con la variable ansiedad estado. Se llegó a la conclusión de que los educandos del nivel secundario, se ubican en niveles elevados de adicción a las redes sociales, lo que indica que alto será la tendencia a vivir un estado de ansiedad. que presentan un soporte de del teórico Spielberger (1990) quien define que la ansiedad-estado es una respuesta emotiva temporal de aprensión y estados tensional que se produce en respuesta a una situación de amenaza, mientras que la ansiedad-rasgo es el estado de predisposición de un sujeto a percibir un estímulo y responder a diversas situaciones como como una amenaza de forma permanente, siendo un rasgo más estable de la personalidad. Es decir que a mayores niveles de ansiedad rasgo estado los adolescentes de la muestra presentarán mayores niveles uso

de redes sociales.

Asimismo, en lo relacionado a la primera hipótesis específica, en la tabla 13 se estableció que, existe una correlación estadísticamente significativa positiva alta entre la variable ansiedad rasgo estado y dimensión Facebook en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho ($\rho = .722, p < .001$). Lo que coincide con el estudio de Rodríguez (2022), que se planteó como objetivo “establecer la relación entre adicción a las redes sociales y ansiedad estado rasgo en estudiantes de 4.º y 5.º de secundaria de una institución educativa de Trujillo”, quien encontró una conexión significativa y elevada entre la dependencia de redes sociales y ansiedad ($r=0,984$). Se llegó a la conclusión de que, con el incremento de pensamientos repetitivos y el uso incontrolado de redes sociales, también se intensifica la ansiedad.

Igualmente, en relación a la segunda hipótesis específica en la tabla 14 se estableció que, existe una correlación estadísticamente significativa positiva alta entre la variable ansiedad rasgo estado y dimensión Facebook en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho ($\rho = .722, p < .001$). Lo que coincide con el estudio de Rodríguez (2022) quien planteó el objetivo de “establecer la relación entre adicción a las redes sociales y ansiedad estado rasgo en estudiantes de 4.º y 5.º de secundaria de una institución educativa de Trujillo”, Los instrumentos utilizados fueron la Encuesta de Adicción a Internet Social (ARS) de Ecurra y Salas (2014) y el Inventario de Ansiedad Rasgo Estatal (STAI). En los resultados se encontró una conexión significativa y elevada entre la dependencia de redes sociales y la ansiedad ($r=0,984$). Por lo que, se afirma que, con el incremento de pensamientos repetitivos y el uso incontrolado de redes sociales, también se intensifica la ansiedad. Modelo cognitivo de la ansiedad. lo que se fundamenta con la teoría de la

ansiedad de Beck, Epstein, Brown, y Steer (1988), en donde sostienen que la ansiedad es el resultado de ideas y prejuicios irracionales que se construyen durante las etapas del desarrollo humano, manifestadas mediante la dimensión afectiva, referida a los síntomas emotivos irracionales, que es resultado del miedo o temor ante las circunstancias o eventos. También en la dimensión cognitiva. Esta referidas a las ideas fijas que se tienen sobre uno mismo, sobre otras personas y sobre lo que sucederá en el futuro. La persona puede verse influenciada por su contexto social y puede llegar a temer que le suceda algo muy malo o que se produzca un desenlace catastrófico, y finalmente en la dimensión fisiológica, se relaciona a lo físico como malestar en diferentes partes del cuerpo, así como hormigueo, sudoración, que ocurren cuando el sujeto vivencia estados de ansiedad. Por lo que se puede afirmar que los estudiantes de una institución educativa pública, con lo que se puede afirmar que cuando los estudiantes presente mayores niveles de ansiedad rasgo-estado, presentaran mayores niveles de uso de redes sociales.

Finalmente, conforme a la tercera hipótesis específica en la tabla 15 se muestra que existe una correlación estadísticamente significativa positiva moderada entre la variable ansiedad rasgo estado y dimensión WhatsApp en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho ($p = .479, p < .001$) Resultados que coinciden con el estudio de Trinidad y Varillas (2021), quienes realizaron una investigación con el objetivo “determinar la relación entre adicción a redes sociales y la ansiedad estado-rasgo en adolescentes de secundaria del colegio privado Nikola Tesla, Huacho 2021”. La metodología parecida al estudio realizado, con relación a asociación de la Ansiedad estado rasgo, presentó relación directa y significativa con la Obsesión por las redes sociales ($p=0.000$; $\rho=0.411$), Falta de Control personal al uso de las redes sociales ($p=0.000$; $\rho=0.459$) y el uso excesivo de

las redes sociales ($p=0.000$; $\rho=0.478$). Se concluyó que la Adición a las redes sociales presenta correlación directa y significativa ($p=0.000$; $\rho=0.316$) con la Ansiedad estado rasgo de los educandos adolescentes. Estos resultados permiten afirmar que cuando los estudiantes de la muestra en estudio presenten altos niveles de ansiedad rasgo-estado, los niveles de uso de redes sociales, serán altos.

CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

Primera: Que, existe correlación estadísticamente significativa, positiva muy alta entre la ansiedad rasgo estado y las redes sociales en los estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, 2026 ($\rho = .996, p < .001$)

Segunda: Que, existe una correlación estadísticamente significativa positiva alta entre la variable ansiedad rasgo estado y dimensión Facebook en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho ($\rho = .722, p < .001$).

Tercera: Que, existe una correlación estadísticamente significativa, positiva, moderada entre la variable ansiedad rasgo estado y dimensión YouTube en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública en San Juan de Lurigancho ($\rho = .484, p < .001$).

Cuarta: Que, existe una correlación estadísticamente significativa positiva moderada entre la variable ansiedad rasgo estado y dimensión WhatsApp en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho ($\rho = .479, p < .001$)

5.2. Recomendaciones

Primera: Que, el director en coordinación con psicopedagogía, con el comité de gestión de bienestar coordinen y ejecuten programas de prevención e intervención para los estudiantes de la muestra de estudio, con temas ansiedad, el uso adecuado e inadecuado de las redes sociales, que ayudaran al desarrollo de habilidades y competencias para el control y manejo de estados de ansiedad rasgo y ansiedad estado, así como los usos inadecuados de las redes sociales.

Segunda: Que, psicopedagogía coordine con tutoría, convivencia escolar y docentes para que diseñen y ejecuten programas de prevención e intervención para identificación, control y gestión de los estímulos que activen estados de ansiedad rasgo-estado. Con temas de control y manejo de impulsos, tolerancia a la frustración que ayudaran al uso adecuado del Facebook.

Tercera: Que, psicopedagogía coordine con docentes y tutoría para que diseñen programas de promoción y prevención identificar los estados ansiosos y diferencia la ansiedad estado de la ansiedad rasgo, con temas de programación de tiempo, desarrollo personal y de metas a alcanzar, técnicas para no postergar actividades, la importancia del uso adecuado del YouTube, con fines académicos y a su desarrollo como persona.

Cuarta: Que, el área de psicología, en coordinación con docentes, auxiliares de educación, y convivencia escolar diseñen u ejecuten seminarios/talleres en técnicas de manejo de impulsos, autovaloración y habilidades sociales de planificación, y neurociencia en las adicciones a redes sociales, para los estudiantes de secundaria de la muestra en estudio a fin que desarrollen competencias cognitivas, afectivas y conductuales para el uso adecuado del WhatsApp. Por lo que se Sugiere aplicar este estudio a diferentes poblaciones, con muestras de mayor cantidad, grupos de edad o sectores geográficos para comprobar si los resultados se mantienen a mayor escala.

REFERENCIAS

- Andreassen, C. (2015). *Adicción a sitios de redes sociales en línea: una revisión completa. Informes actuales sobre adicciones*, (2), 175-184.
<https://doi.org/10.1007/s40429-015-0056-9>
- Beck, A. T. y Emery, G. (1986). *Trastornos de ansiedad y fobias: una perspectiva cognitiva. Revista de Ciencias Biosociales*, 18(3), 374-375.
<https://doi.org/10.1017/S0021932000016369>
- Bernal, C. (2010). *Metodología de la Investigación*. Tercera edición. Academia de Ciencias Jurídicas y Sociales Vol. 9(1), enero-junio 2018.
- Cabero, J., Martínez, S., Valencia, R., Leiva, J., Orellana, M. y Harvey, I. (2020). *La adicción de los estudiantes a las redes sociales online: un estudio en el contexto latinoamericano. Revista Complutense de Educación*, 24(4), 1-12.
- Castillo C., Almagro Elisa., Bartolomé J., Conde C., Sáenz P., *Inteligencia emocional y motivación en educación física en secundaria. Retos. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación* [en línea]. 2015, (27), 8-13 [11 de febrero de 2023]. ISSN: 1579-1726.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=345738764002>
- Coapaza Y., Rocha L., y Salcedo S, (2023). *Adicción a redes sociales y ansiedad en estudiantes de secundaria de la Institución educativa publica Joaquín Capelo – La Merced, 2023*.
 [Tesis de Licenciatura. Universidad Continental]
<https://repositorio.continental.edu.pe/item/a78da7d3-c45c-4b7d-8c29-6102c2774380>
- Delgado, J. A. & Zavala, S. (2022). *Ansiedad, Síntomas de Adicción a las redes sociales y Procrastinación en Adolescentes de Colegios Públicos de Villavicencio*. [Tesis de Licenciatura. Universidad Santo Tomas. Colombia].

<https://repository.usta.edu.co/handle/11634/33756?show=full>

Del Cid, A. Méndez, R. & Sandoval, F. (2011). *Investigación. Fundamentación metodología*. 2da. Edición.

<https://josedominguezblog.files.wordpress.com/2015/06/investigacion-fundamentos-y-metodologia.pdf>

Del Cid, A., Méndez, R. y Sandoval, F. (2007). *Investigación. Fundamentos y metodología*. (Primera Edición). México: Pearson Educación.

Domínguez, D. Y. & Huayhuapuma, R. d. P. (2022). *Adicción a las redes sociales y ansiedad en estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la institución educativa Andrés Avelino Cáceres Dorregaray- Lima -2022*. [Tesis de Licenciatura. Universidad Autónoma de Ica. Chíncha – Ica – Perú.]

https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/AUIC_beaa13511cc27f572badd7f1aebc/880

Espinoza, F. A. ("0221-1). *Redes sociales y su relación con la salud mental en personas entre 11 a 22 años de edad. parroquia colonche, Santa Elena 2020 2021*. [Tesis de Licenciatura. Universidad Estatal Península de Santa Elena. La Libertad – Ecuador].

<https://repositorio.upse.edu.ec/bitstream/46000/6479/1/UPSE-TEN-2021-0118.pdf>

El comercio (11/11/2023). *El impacto de las redes sociales en los adolescentes y cómo usarlas de manera más provechosa*. Lima – Perú.

<https://elcomercio.pe/corresponsales-escolares/el-impacto-de-las-redes-sociales-en-los-adolescentes-y-como-usarlas-de-manera-mas-provechosa-loreto-noticia/>

Figueredo, P., Barrios, I., O'Higgins, M., Amarilla, D., Almirón-Santacruz, J., Melgarejo, O., Ruiz-Díaz, N., Castaldelli-Maia, J. M., Ventriglio, A., & Torales, J. (2022). *Ansiedad, adicción a las redes sociales, Internet y smartphones en adolescentes paraguayos: un*

breve reportaje. Revista escandinava de psiquiatría y psicología infantil y adolescente, 10(1), 58–63

<https://doi.org/10.2478/sjcapp-2022-0006>

Freud, S. (1961). *Las resistencias al psicoanálisis*. En *La edición estándar de las obras psicológicas completas de Sigmund Freud, volumen XIX (1923-1925): El yo y el ello y otras obras* (pp. 211-224).

García, J. R. (2022). *Adicción a redes sociales y ansiedad en adolescentes de una institución Educativa de la ciudad de Quito*. [Tesis de Licenciatura. Universidad Tecnológica Indoamérica. Quito – Ecuador]

<https://hdl.handle.net/20.500.14809/5073>

García, F. (2017). *Ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de 7 a 15 años de la Unidad Educativa Navara del sur de Quito*. [Tesis de Licenciatura. Pontificia Universidad Católica del Ecuador].

<http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/14185/Tesis%20Ansiedad%20y%20Rendimiento%20acad%C3%A9mico%20final.pdf?sequence>

Hernández Sampieri, R. Fernández Collado, C. & Baptista Lucio, M (2014). *Metodología de la investigación*. Sexta Edición.

Hernández Sampieri, R, Fernández, C & Baptista, P. (2010). *Metodología de la Investigación*. Quinta Edición. México D.F, México: McGraw-Hill.

Sampieri, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2018). *Metodología de la investigación* (Vol. 4, pp. 310-386). México: McGraw-Hill Interamericana.

Ibáñez, L. K. & Manzano, L. J. (2022). *Uso Excesivo de La Tecnología y La Ansiedad Estado-Rasgo en Adolescentes de Décimo Grado de Una Institución Educativa del Municipio De Girón, Santander*. [Tesis de Licenciatura. Universidad Autónoma de Bucaramanga. Bucaramanga – Colombia.]

https://repository.unab.edu.co/bitstream/handle/20.500.49/16734/2022_Tesis_Lisney_Iba%C3%B1ez_Galvan.pdf?sequence=1&isAllowed=y

La Rosa, S. (2021). *Adicción a redes sociales y ansiedad estado – rasgo en estudiantes de una escuela superior de formación artística pública de Ayacucho*. [Tesis de Licenciatura. Universidad Autónoma del Perú. Lima – Perú.]

<https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/2021/La%20Rosa%20Roca%2C%20Sarma.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Martínez, M. A. (2024). *Dependencia a las redes sociales como predictor de la ansiedad-estado en una muestra de estudiantes de secundaria de Chiclayo, 2022*. [Tesis de Licenciatura. Universidad Señor d Sipán. Pimentel – Perú.]

<https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/12609/Martinez%20Cerqu%C3%ADn%2C%20Manuel%20Alberto.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Olaechea, D. (2021). *Propiedades psicométricas del inventario de ansiedad: rasgo – estado en adultos jóvenes*. [Tesis de pregrado, Universidad Científica del Sur]. Repositorio de la Universidad Científica del Sur.

https://repositorio.cientifica.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12805/1872/T_L-Olaechea%20D.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Organización Mundial de la Salud. (2023). *Trastornos de ansiedad. Organización Mundial de la Salud*.

<https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/anxiety-disorders>

Organización Mundial de la Salud (2019). *Adicciones a las nuevas tecnologías. Ciberadicciones*.

https://www.aepap.org/sites/default/files/pags._131142_ciberadicciones.pdf

Paucar, M. S. (2021). *Procrastinación académica y atención plena en adolescentes desde el enfoque mindfulness*. [Tesis de Licenciatura. Universidad Central del Ecuador. Quito – Ecuador.]

URI: <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/24213>

Pineda, N. A (2023). *Ansiedad ante exámenes en estudiantes preuniversitarios peruanos*

[Tesis de Licenciatura. Universidad Cayetano Heredia. Lima – Perú.]

https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/14331/Ansiedad_PinedaGarcia_Nidia.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Quant, D. y Sánchez, A. (2012). *Procrastinación, procrastinación académica: concepto e implicaciones*. Revista Vanguardia Psicológica Clínica Teórica y Práctica, 3(1), 45-59

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4815146>

Ramírez, T. (1997). *Cómo hacer un proyecto de investigación*. Venezuela: Editorial Panapo.

Ramírez (2012) *como hacer un proyecto de investigación*. Editorial Panapo. Caracas.

Sánchez, X. (2008). La adicción al Internet y al móvil: ¿Moda o Trastorno?

<https://www.redalyc.org/pdf/2891/289122057007.pdf>

Sánchez, H. & Reyes, C. (2015). *Metodología y Diseños en la Investigación Científica*. (2ª Ed.). Lima, Perú: Business Support Aneth SRL.

Tresancoras, García y Piqueras (2018), *Relación del uso problemático de whatsapp.com personalidad y ansiedad en adolescentes*” Artículo Revista Salud y adiciones Vol. 17. N° . 1 , 27, 36. Alicante – España.

https://www.researchgate.net/publication/314236971_Relationship_of_the_problematic_use_of_whatsapp_with_personality_and_anxiety_in_adolescents

Trinidad, L.A. & Varillas, G. V. (2021) *Adicción a redes sociales y ansiedad estado – rasgo en estudiantes de secundaria del colegio privado Nikola Tesla, Huacho 2021*. [Tesis de Licenciatura. Universidad Cesar vallejo. Lima – Perú.]

<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/65398>

Vilca, L. y Gonzales, A. (2013). *Propiedades psicométricas de la escala de Riesgo de Adicción a Redes Sociales (CARS)* [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Unión].

Repositorio UPeU. <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/615>

ANEXOS

Anexo 1. Matriz de consistencia

Título: “Ansiedad rasgo-estado y redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, 2026”

PROBLEMA	OBJETIVO	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA
Problema General	Objetivo general	Hipótesis General		Tipo: Cuantitativo.
¿Existe relación entre ansiedad estado-rasgo y redes sociales en estudiantes del nivel secundario de un centro educativo público de San Juan de Lurigancho, 2026?	Demostrar la relación entre la ansiedad estado-rasgo con las redes sociales en los estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho.	Existe relación entre la ansiedad estado-rasgo, y redes sociales en los estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, 2026.	Variable 1: Ansiedad estado - rasgo Dimensiones:	Nivel: Descriptivo correlacional
Problemas específicos	Objetivos específicos	Hipótesis específicos	• Ansiedad de rasgo • Ansiedad estado.	Diseño: No experimental-transversal
PE1. ¿Cuál es el nivel de ansiedad estado rasgo en los educandos de educación secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, 2026?	OE1.Conocer el nivel de la ansiedad estado rasgo en los estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, 2026.	HE1.Si existe una relación entre ansiedad estado-rasgo, y Facebook en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, 2026.	Variable 2. Redes sociales	Población: Estudiantes de secundaria en una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, 2026.
PE2. ¿Cuál es el nivel de las redes sociales en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, 2026?	OE2.Conocer el nivel de redes sociales en los estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, 2026.	HE2.Existe relación entre la ansiedad estado - rasgo, y YouTube en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública en San Juan de Lurigancho, 2026.	Dimensiones • Facebook • YouTube • WhatsApp	Muestra: Estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, 2026.
PE3. ¿Existe relación entre ansiedad estado rasgo con la dimensión Facebook en los estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, 2026?	OE3.Establecer la relación entre la ansiedad estado rasgo con la dimensión Facebook en los estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, 2026	HE3.Existe relación entre la ansiedad estado-rasgo y WhatsApp en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, 2026.		Muestreo: Para seleccionar la muestra será no probabilístico.
PE4. ¿Cuál es la relación entre la ansiedad estado rasgo y la dimensión YouTube en los	Conocer la relación entre la ansiedad estado rasgo con la			INSTRUMENTOS • Cuestionario de ansiedad estado_rasgo • Cuestionario de redes sociales.

estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, 2026?	dimensión YouTube en los estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, 2026.
PE5. ¿Existe relación entre ansiedad estado rasgo y la dimensión WhatsApp en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, 2026?	Establecer la relación de la ansiedad estado rasgo con la dimensión WhatsApp en los educandos de secundaria de un centro escolar público San Juan de Lurigancho, 2026.

Anexo 2. Instrumentos

Inventario de ansiedad estado rasgo de STAI

Edad: Sexo: M () F () Grado:

INSTRUCCIONES: Algunas expresiones que las personas usan para describirse aparecen abajo. Lea cada frase y encierre en un círculo el número que indique cómo se siente ahora mismo, o sea, en estos momentos. No hay contestaciones buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero trate de dar la respuesta que mejor describa sus sentimientos ahora.

N	Pregunta	No	Un poco	Bastante	mucho
01	Me siento calmado	1	2	3	4
02	Me siento seguro	1	2	3	4
03	Estoy tenso	1	2	3	4
04	Estoy contrariado	1	2	3	4
05	Me siento a gusto	1	2	3	4
06	Me siento alterado	1	2	3	4
07	Estoy alterado por algún posible contratiempo	1	2	3	4
08	Me siento desansado	1	2	3	4
09	Me siento ansioso	1	2	3	4
10	Me siento cómodo	1	2	3	4
11	Me siento con confianza de mí mismo (a)	1	2	3	4
12	Me siento nervioso (a)	1	2	3	4
13	Me siento agitado (a)	1	2	3	4
14	Me siento “a punto de explotar” (a)	1	2	3	4
15	Me siento reposado (a)	1	2	3	4
16	Me siento satisfecho (a)	1	2	3	4
17	Estoy preocupado(a)	1	2	3	4
18	Me siento muy preocupado y aturdido (a)	1	2	3	4
19	Me siento alegre	1	2	3	4
20	Me siento bien	1	2	3	4
21	Me siento mal	1	2	3	4

22	Me canso rápidamente	1	2	3	4
23	Siento ganas de llorar	1	2	3	4
24	Quisiera ser tan feliz como otros parece serlo	1	2	3	4
25	Pierdo oportunidades por no poder decidirme rápidamente	1	2	3	4
26	Me siento descansado.	1	2	3	4
27	Soy una persona “tranquila, serena y templada”.	1	2	3	4
28	Siento que las dificultades se me amontonan al punto de no poder superarlas.	1	2	3	4
29	Me preocupo demasiado por cosas sin importancia.	1	2	3	4
30	Soy feliz.	1	2	3	4
31	Tomo las cosas muy a pecho.	1	2	3	4
32	Me falta confianza en mí mismo.	1	2	3	4
33	Me siento seguro.	1	2	3	4
34	Trato de sacarle el cuerpo a la crisis y dificultades.	1	2	3	4
35	Me siento melancólico.	1	2	3	4
36	Me siento satisfecho.	1	2	3	4
37	Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente y me molestan	1	2	3	4
38	Me afectan tanto los desengaños que no me los puedo quitar de la cabeza	1	2	3	4
39	Soy una persona estable	1	2	3	4
40	Cuando pienso en los asuntos que tengo entre manos me pongo tenso y alterado	1	2	3	4

CUESTIONARIO SOBRE DEPENDENCIA A REDES SOCIALES

Fecha: _____ **Edad:** _____ **Sexo: (M) (F)** **Grado:** _____ **Sección:** _____

DATOS INFORMATIVOS:

Querido(a) estudiante, consideramos que tu opinión es importante; por eso te presentamos una serie de preguntas sobre redes sociales, las cuales necesitamos que respondas con la mayor sinceridad, marcando con una equis (X) la respuesta que mejor represente tu opinión.

NUNCA = 1 A VECES = 2 SIEMPRE = 3

RESPECTO AL USO DE LAS SIGUIENTES REDES, RESPONDE LO SIGUIENTE:

	1	2	3
A. FACEBOOK			
1. Me permite comunicarme con las personas que quiero o estimo.			
2. Paso el mayor tiempo conectado con amigos y conocidos.			
3. Me siento bien en los grupos a los cuales pertenezco.			
4. Me siento cómodo enviando mensajes a mis amigos.			
5. Comunico todas mis actividades realizadas durante el día.			
6. Demuestro seguridad en mi comunicación al conectarme.			
7. Mantengo mi conexión mientras realizo mis tareas.			
8. Cuelgo fotos, videos de las actividades que realizo.			
9. Envío solicitudes de amistad a las personas que quiero conocer.			
10. Reviso el perfil de las personas que me envían solicitud de amistad.			
11. Acepto la solicitud de personas que no conozco, pero tengo con ellos amigos en común.			
12. Estoy suscrito a páginas que me hacen sentir bien.			
13. Comparto publicaciones que permite cambiar el estado de ánimos de mis contactos.			

B. YOUTUBE			
14. Tengo un canal de YouTube que permite comunicarme con los demás.			
15. Me gustaría tener un canal de YouTube para comunicarme con los demás.			
16. Comparto mis videos personales a través de YouTube.			
17. Escribo con frecuencia comentarios en las publicaciones de otros usuarios.			
18. Uso mi canal en temas relacionados a mis tareas escolares.			
19. Uso canales de tutoriales para desarrollar mi autoaprendizaje.			
20. Me conecto para seguir las actividades de los youtubers más famosos.			

C. WHATSAPP			
21. Me conecto con frecuencia para comunicarme por WhatsApp.			

22. Considero que el uso de WhatsApp me ha quitado el tiempo o la concentración necesaria para mis estudios.			
23. Envío mensajes, fotos y videos a través de este medio.			
24. Siento que este canal me brinda seguridad al realizar mis conversaciones.			
25. Considero que el WhatsApp limita mis conversaciones físicas.			
26. Me ha servido para crear grupos de acuerdo a mis intereses.			

Anexo 3. Validez de instrumentos

“Ansiedad rasgo-estado y redes sociales en estudiantes de tercero a quinto de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, 2026?”.

Nº	DIMENSIONES	/ ítems	Pertinencia ¹	Relevancia ²	Claridad ³	Sugerencias
Dimensión 1. Ansiedad Estado			Si	No	Si	No
1.	Me siento calmado	01	X		X	
2.	Me siento seguro	02	X		X	
3.	Estoy tenso	03	X		X	
4.	Estoy contrariado	04	X		X	
5.	Me siento a gusto	05	X		X	
6.	Me siento alterado	06	X		X	
7.	Estoy alterado por algún posible contratiempo	07	X		X	
8.	Me siento descansado	08	X		X	
9.	Me siento ansioso	09	X		X	
10.	Me siento cómodo	10	X		X	
11.	Me siento con confianza de mí mismo (a)	11	X		X	
12.	Me siento nervioso (a)	12	X		X	
13.	Me siento agitado (a)	13	X		X	
14.	Me siento “a punto de explotar” (a)	14	X		X	
15.	Me siento reposado (a)	15	X		X	
16.	Me siento satisfecho (a)	16	X		X	
17.	Estoy preocupado (a)	17	X		X	
18.	Me siento muy preocupado y aturdido (a)	18	X		X	
19.	Me siento alegre	19	X		X	
20.	Me siento bien	20	X		X	
Dimensión 2. Ansiedad Rasgo						
21.	Me siento mal	21	X		X	
22.	Me canso rápidamente	22	X		X	
23.	Siento ganas de llorar	23	X		X	
24.	Quisiera ser tan feliz como otros parece serlo	24	X		X	
25.	Pierdo oportunidades por no poder decidirme rápidamente	25	X		X	
26.	Me siento descansado.	26	X		X	
27.	Soy una persona “tranquila, serena y templada”.	27	X		X	
28.	Siento que las dificultades se me amontonan al punto de no poder superarlas.	28	X		X	
29.	Me preocupo demasiado por cosas sin importancia.	29	X		X	
30.	Soy feliz.	30	X		X	
31.	Tomo las cosas muy a pecho.	31	X		X	
32.	Me falta confianza en mí mismo.	32	X		X	
33.	Me siento seguro.	33	X		X	
34.	Trato de sacarle el cuerpo a la crisis y dificultades.	34	X		X	

35.Me siento melancólico.	35	X	X	X
36.Me siento satisfecho.	36	X	X	X
37.Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente y me molestan	37	X	X	X
38.Me afectan tanto los desengaños que no me los puedo quitar de la cabeza	38	X	X	X
39.Soy una persona estable	39	X	X	X
40.Cuando pienso en los asuntos que tengo entre manos me pongo tenso y alterado	40	X	X	X

1 Pertinencia: el ítem corresponde al concepto teórico formulado.

2 Relevancia: el ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.

3 Claridad: se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Nota. Suficiencia: se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.

1. Observaciones (precisar si hay suficiencia): Si hay suficiencia

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable [x] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

2. Apellidos y nombres del juez validador: Dr. Cruz Telada, Yreneo Eugenio

DNI:09946516

3. Especialidad del validador: Doctor en psicología

Lima, 17 de octubre de 2025



Firma del experto informante
Dr. Yreneo E. Cruz Telada

Anexo 3. Validez de instrumentos

“Ansiedad rasgo-estado y redes sociales en estudiantes de tercero a quinto de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, 2026? ”.

Nº	DIMENSIONES	/ ítems	Pertinencia1		Relevancia2		Claridad3		Sugerencias
			SI	NO	Si	No	Si	No	
REDES SOCIALES									
DIMENSIÓN 1: Facebook									
1.	Me permite comunicarme con las personas que quiero o estimo.	01	X		X		X		
2.	Paso el mayor tiempo conectado con amigos y conocidos.	02	X		X		X		
3.	Me siento bien en los grupos a los cuales pertenezco.	03	X		X		X		
4.	Me siento cómodo enviando mensajes a mis amigos.	04	X		X		X		
5.	Comunico todas mis actividades realizadas durante el día.	05	X		X		X		
6.	Demuestro seguridad en mi comunicación al conectarme.	06	X		X		X		
7.	Mantengo mi conexión mientras realizo mis tareas.	07	X		X		X		
8.	Cuelgo fotos, videos de las actividades que realizo.	08	X		X		X		
9.	Envío solicitudes de amistad a las personas que quiero conocer.	09	X		X		X		
10.	Reviso el perfil de las personas que me envían solicitud de amistad.	10	X		X		X		
11.	Acepto la solicitud de personas que no conozco, pero tengo con ellos amigos en común.	11	X		X		X		
12.	Estoy suscrito a páginas que me hacen sentir bien.	12	X		X		X		
13.	Comparto publicaciones que permite cambiar el estado de ánimos de mis contactos.	13	X		X		X		
DIMENSIÓN 2. YouTube			SI	NO	Si	No	Si	No	
14.	Tengo un canal de YouTube que permite comunicarme con los demás.	14	X		X		X		
15.	Me gustaría tener un canal de YouTube para comunicarme con los demás.	15	X		X		X		
16.	Comparto mis videos personales a través de YouTube.	16	X		X		X		
17.	Escribo con frecuencia comentarios en las publicaciones de otros usuarios.	17	X		X		X		
18.	Uso mi canal en temas relacionados a mis tareas escolares.	18	X		X		X		
19.	Uso canales de tutoriales para desarrollar mi autoaprendizaje.	19	X		X		X		
20.	Me conecto para seguir las actividades de los youtubers más famosos.	20	X		X		X		
DIMENSIÓN 3: WhatsApp			SI	NO	Si	No	Si	No	
21.	Me conecto con frecuencia para comunicarme por WhatsApp.	21	X		X		X		

22.Considero que el uso de WhatsApp me ha quitado el tiempo o la concentración necesaria para mis estudios.	22	X	X	X
23.Envío mensajes, fotos y videos a través de este medio.	23	X	X	X
24.Siento que este canal me brinda seguridad al realizar mis conversaciones.	24	X	X	X
25.Considero que el WhatsApp limita mis conversaciones físicas.	25	X	X	X
26Me ha servido para creas grupos de acuerdo a mis intereses.	26	X	X	X

1 Pertinencia: el ítem corresponde al concepto teórico formulado.

2 Relevancia: el ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.

3 Claridad: se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Nota. Suficiencia: se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.

4. Observaciones (precisar si hay suficiencia): Si hay suficiencia

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable [x]

Aplicable después de corregir []

No aplicable []

5. **Apellidos y nombres del juez validador:** Dr. Yreneo Eugenio Cruz Telada

DNI:09946516

6. **Especialidad del validador:** Psicología de la salud

Lima 15 de Octubre de 2025.



Firma del experto informante

Dr. Yreneo E. Cruz Telada

Anexo 3. Validez de instrumentos

“Ansiedad rasgo-estado y redes sociales en estudiantes de tercero a quinto de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, 2026? ”.

Nº	DIMENSIONES	/ ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
	Dimensión 1. Ansiedad Estado		Si	No	Si	No	Si	No	
1.	Me siento calmado	01	X		X		X		
2.	Me siento seguro	02	X		X		X		
3.	Estoy tenso	03	X		X		X		
4.	Estoy contrariado	04	X		X		X		
5.	Me siento a gusto	05	X		X		X		
6.	Me siento alterado	06	X		X		X		
7.	Estoy alterado por algún posible contratiempo	07	X		X		X		
8.	Me siento descansado	08	X		X		X		
9.	Me siento ansioso	09	X		X		X		
10.	Me siento cómodo	10	X		X		X		
11.	Me siento con confianza de mí mismo (a)	11	X		X		X		
12.	Me siento nervioso (a)	12	X		X		X		
13.	Me siento agitado (a)	13	X		X		X		
14.	Me siento “a punto de explotar” (a)	14	X		X		X		
15.	Me siento reposado (a)	15	X		X		X		
16.	Me siento satisfecho (a)	16	X		X		X		
17.	Estoy preocupado (a)	17	X		X		X		
18.	Me siento muy preocupado y aturdido (a)	18	X		X		X		
19.	Me siento alegre	19	X		X		X		
20.	Me siento bien	20	X		X		X		
	Dimension 2. Ansiedad Rasgo								
21.	Me siento mal	21	X		X		X		
22.	Me canso rápidamente	22	X		X		X		
23.	Siento ganas de llorar	23	X		X		X		
24.	Quisiera ser tan feliz como otros parece serlo	24	X		X		X		
25.	Pierdo oportunidades por no poder decidirme rápidamente	25	X		X		X		
26.	Me siento descansado.	26	X		X		X		
27.	Soy una persona “tranquila, serena y templada”.	27	X		X		X		
28.	Siento que las dificultades se me amontonan al punto de no poder superarlas.	28	X		X		X		
29.	Me preocupa demasiado por cosas sin importancia.	29	X		X		X		
30.	Soy feliz.	30	X		X		X		
31.	Tomo las cosas muy a pecho.	31	X		X		X		
32.	Me falta confianza en mí mismo.	32	X		X		X		
33.	Me siento seguro.	33	X		X		X		

34.Trato de sacarle el cuerpo a la crisis y dificultades.	34	X	X	X
35.Me siento melancólico.	35	X	X	X
36.Me siento satisfecho.	36	X	X	X
37.Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente y me molestan	37	X	X	X
38.Me afectan tanto los desengaños que no me los puedo quitar de la cabeza	38	X	X	X
39.Soy una persona estable	39	X	X	X
40.Cuando pienso en los asuntos que tengo entre manos me pongo tenso y alterado	40	X	X	X

¹ **Pertinencia:** el ítem corresponde al concepto teórico formulado.

² **Relevancia:** el ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.

³ **Claridad:** se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Nota. Suficiencia: se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Si hay Suficiencia

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable [X]

Aplicable después de corregir []

No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: Mg. Pariona Navarro, Ysabel Virginia

DNI: 10219341

Especialidad del validador: Psicóloga educativa

Lima, 20 de octubre de 2025


 Ysabel V. Pariona Navarro
 Psicóloga
 Esp. Terapia de Lenguaje
 C.F.P. N° 9421

Anexo 3. Validez de instrumentos

“Ansiedad rasgo-estado y redes sociales en estudiantes de tercero a quinto de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, 2026? ”.

Nº	DIMENSIONES	/ ítems	Pertinencia1		Relevancia2		Claridad3		Sugerencias
			SI	No	Si	No	Si	No	
Redes Sociales									
Dimensión 1: Facebook									
1.	Me permite comunicarme con las personas que quiero o estimo.	01	X		X		X		
2.	Paso el mayor tiempo conectado con amigos y conocidos.	02	X		X		X		
3.	Me siento bien en los grupos a los cuales pertenezco.	03	X		X		X		
4.	Me siento cómodo enviando mensajes a mis amigos.	04	X		X		X		
5.	Comunico todas mis actividades realizadas durante el día.	05	X		X		X		
6.	Demuestro seguridad en mi comunicación al conectarme.	06	X		X		X		
7.	Mantengo mi conexión mientras realizo mis tareas.	07	X		X		X		
8.	Cuelgo fotos, videos de las actividades que realizo.	08	X		X		X		
9.	Envío solicitudes de amistad a las personas que quiero conocer.	09	X		X		X		
10.	Reviso el perfil de las personas que me envían solicitud de amistad.	10	X		X		X		
11.	Acepto la solicitud de personas que no conozco, pero tengo con ellos amigos en común.	11	X		X		X		
12.	Estoy suscrito a páginas que me hacen sentir bien.	12	X		X		X		
13.	Comparto publicaciones que permite cambiar el estado de ánimos de mis contactos.	13	X		X		X		
Dimensión 2. YouTube			SI	No	Si	No	Si	No	
14.	Tengo un canal de YouTube que permite comunicarme con los demás.	14	X		X		X		
15.	Me gustaría tener un canal de YouTube para comunicarme con los demás.	15	X		X		X		
16.	Comparto mis videos personales a través de YouTube.	16	X		X		X		
17.	Escribo con frecuencia comentarios en las publicaciones de otros usuarios.	17	X		X		X		
18.	Uso mi canal en temas relacionados a mis tareas escolares.	18	X		X		X		
19.	Uso canales de tutoriales para desarrollar mi autoaprendizaje.	19	X		X		X		
20.	Me conecto para seguir las actividades de los youtubers más famosos.	20	X		X		X		
Dimensión 3: WhatsApp			SI	No	Si	No	Si	No	
21.	Me conecto con frecuencia para comunicarme por WhatsApp.	21	X		X		X		

22.Considero que el uso de WhatsApp me ha quitado el tiempo o la concentración necesaria para mis estudios.	22	X	X	X
23.Envío mensajes, fotos y videos a través de este medio.	23	X	X	X
24.Siento que este canal me brinda seguridad al realizar mis conversaciones.	24	X	X	X
25.Considero que el WhatsApp limita mis conversaciones físicas.	25	X	X	X
26Me ha servido para creas grupos de acuerdo a mis intereses.	26	X	X	X

¹ **Pertinencia:** el ítem corresponde al concepto teórico formulado.

² **Relevancia:** el ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.

³ **Claridad:** se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Nota. Suficiencia: se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Si hay Suficiencia

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable [X]

Aplicable después de corregir []

No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: Mg. Pariona Navarro, Ysabel Virginia

DNI: 10219341

Especialidad del validador: Psicóloga

Lima, 20 de octubre de 2025


 Ysabel V. Pariona Navarro
 Psicóloga
 Esp. Terapia de Lenguaje
 C.F.P. N° 9421

Anexo 4. Confiabilidad de los instrumentos

Análisis de Fiabilidad

Escala: Ansiedad Rasgo Estado

Resumen de procesamiento de casos			
		N	%
Casos	Válido	200	100%
	Excluido ^a	0	0%
	Total	200	100%

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

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
.870	40

Escala: Afrontamiento al Estrés

Resumen de procesamiento de casos			
		N	%
Casos	Válido	200	100%
	Excluido ^a	0	0%
	Total	200	100%

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

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
.757	26

Anexo 5. Aprobación del comité de ética



COMITÉ INSTITUCIONAL DE ÉTICA E INTEGRIDAD CIENTÍFICA

CONSTANCIA DE APROBACIÓN DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

Lima, 05 de marzo del 2026.

Autor Responsable:
Flor Yuliana Dueñas Ccasani

Exp. N°: 0134-2026

De mi consideración:

Es grato expresarle mi cordial saludo y a la vez informarle que el Comité Institucional de Ética e Integridad Científica (CIEIC) de la Universidad Privada Norbert Wiener evaluó y **APROBÓ** el siguiente proyecto de investigación:

Proyecto Titulado: **"ANSIEDAD RASGO-ESTADO Y REDES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DE SAN JUAN DE LURIGANCHO 2026"**
Versión Nro. 1, aprobada por el asesor en fecha 12/02/ 2026.

El cual tiene como Autor(es) a:
Flor Yuliana Dueñas Ccasani

La **APROBACIÓN** otorgada comprende la verificación del cumplimiento de las buenas prácticas éticas, la adecuada evaluación del balance riesgo/beneficio, la idoneidad del equipo de investigación y la garantía de confidencialidad en el manejo de los datos, entre otros aspectos éticos y metodológicos pertinentes.

El investigador deberá considerar los siguientes puntos detallados a continuación:

- La aprobación otorgada por el CIEIC tiene una **vigencia de veinticuatro (24) meses** contados desde la fecha de emisión del presente documento. Esta vigencia es exclusiva para los procedimientos éticos revisados por el Comité y no sustituye ni aplica a los trámites administrativos ante la Oficina de Grados y Títulos.
- La constancia de aprobación por el CIEIC **no garantiza** la **aceptación** por parte de las **instituciones** en las que se planea realizar la investigación.
- En caso de requerir una **enmienda**, entendida como una modificación menor que **no altera de manera sustantiva** el proyecto aprobado, esta deberá ser presentada al CIEIC y no podrá ejecutarse sin su aprobación previa. **Cualquier cambio sustantivo deberá tramitarse como proyecto nuevo** ante el CIEIC.

Es cuanto informo a usted para su conocimiento y fines pertinentes.

Atentamente,



Mg. Angelica Karina Minaya Galarreta
Presidente
Comité Institucional de Ética e Integridad Científica
Universidad Privada Norbert Wiener

Anexo 6: Formato de consentimiento informado



CONSENTIMIENTO INFORMADO

Estimado(a) padre, madre o tutor(a),

Se invita a participar a su menor hijo(a) en un importante proyecto de investigación dirigido por el bachiller Flor Yuliana Dueñas Ccasani., de la Facultad de Psicología de la Universidad Privada Norbert Wiener. El propósito de este estudio es evaluar “Ansiedad rasgo-estado y redes sociales en estudiantes de secundaria y para ello quiero pedirte tu participación.

Procedimiento:

La investigación consistirá en la realización de unos cuestionarios de manera anónima y confidencial, cuya duración es aproximadamente de cuarenta y cinco minutos, donde se solicita exhortar al evaluado a responder sinceramente la información para que la investigación arroje resultados válidos, esta se realizará en la Institución educativa pública.

Participación Voluntaria:

La participación en este estudio es completamente voluntaria, ya que, en cualquier momento, su menor hijo(a) puede decidir no participar o retirarse del estudio sin que esto le cause ningún problema ni tenga consecuencias a nivel institucional, académico o social.

Riesgos y Eventualidades:

El procedimiento de este estudio no implica ningún riesgo físico, emocional o psicológico para los participantes, sin embargo, es posible que, al reflexionar sobre sus emociones y experiencias personales, se sienta incomodidad. En ese caso, se puede detener la participación en cualquier momento sin ninguna repercusión.

Beneficios:

Aunque no hay beneficios directos al participar en este estudio, la colaboración de su menor hijo(a) contribuirá a una mejor comprensión de la ansiedad estado- rasgo y el uso de las redes sociales en adolescentes, lo cual puede ser útil para futuras intervenciones educativas y psicológicas.

Confidencialidad y Seguridad de la Información:

Se garantizará la confidencialidad y el archivo seguro de toda la información obtenida. Los cuestionarios y cualquier otro registro se almacenarán en un sitio seguro. En las bases de datos, los participantes serán identificados únicamente por un código, asegurando que la información personal no sea divulgada ni compartida. Todo esto se realiza siguiendo los principios éticos y el secreto profesional de la psicología en el Perú.

Derechos del Participante:

Su menor hijo(a) tiene derecho a formular cualquier pregunta sobre la investigación y recibir respuestas antes, durante y después de su ejecución; en caso de que se encuentren resultados fuera de la normalidad, se proporcionarán recomendaciones para su manejo adecuado.

Por lo expuesto anteriormente, considerando los derechos y deberes que el evaluado tendrá en dicho estudio. Solicitamos nos informe, que acepta la participación de su menor hijo(a) en esta investigación.

Puede comunicarse con al número +51o al comité que validó el presente estudio,presidenta del Comité de Ética para la investigación de la Universidad Norbert Wiener, tel. +51 924 569 790. E-mail: comite.etica@uwiener.edu.pe

En constancia de lo anterior, firmo el presente documento.

FIRMA DEL INVESTIGADOR
Flor Yuliana Dueñas Ccasani.
DNI:

FIRMA DEL PADRE DE FAMILIA

Anexo 5. Formato de Asentimiento Informado



ASENTIMIENTO INFORMADO

Hola, mi nombre es Flor Yuliana Dueñas Cassani, bachiller de la Facultad de Psicología de la Universidad Privada Norbert Wiener. El propósito de este estudio es evaluar ansiedad de estado- rasgo y redes sociales en estudiantes de secundaria de una Institución educativa pública de san Juan de Lurigancho, 2026.

Procedimiento:

Se pedirá completar unos cuestionarios de manera anónima y confidencial, lo cual tomará aproximadamente cuarenta y cinco minutos, donde la recopilación de datos se llevará a cabo en el colegio donde actualmente se estudia.

Participación Voluntaria:

La participación en este estudio es completamente voluntaria, aun cuando tu papá, tu mama o apoderado hayan dicho que puedes participar, si tu no quieres hacerlo, puedes decir que no. Es tu decisión si participar o no en el estudio. También es importante que sepas que, si en un momento dado ya no quieres continuar o retirarse del estudio sin que esto cause ningún problema ni tenga consecuencias a nivel institucional, académico o social.

Riesgos y Eventualidades:

El procedimiento de este estudio no implica ningún riesgo físico, emocional o psicológico para los participantes, sin embargo, es posible que, al reflexionar sobre las emociones y experiencias personales, se sienta incomodidad. En ese caso, se puede detener la participación en cualquier momento sin ninguna repercusión.

Beneficios:

Aunque no hay beneficios directos al participar en este estudio, la colaboración contribuirá a una mejor comprensión de la ansiedad estado- rasgo y redes sociales en adolescentes, lo cual puede ser útil para futuras intervenciones educativas y psicológicas.

Confidencialidad y Seguridad de la Información:

Se garantizará la confidencialidad y el archivo seguro de toda la información obtenida, por lo que, los cuestionarios y cualquier otro registro se almacenarán en un sitio seguro. En las bases de datos, los participantes serán identificados únicamente por un código, asegurando que la información personal no sea divulgada ni compartida. Todo esto se realiza siguiendo los principios éticos y el secreto profesional de la psicología en el Perú.

Derechos del Participante:

Se tiene derecho a recibir respuestas a cualquier inquietud sobre esta investigación, antes, durante y después de su ejecución, ya que, al aceptar participar, se confirma que se ha sido suficientemente informado y se comprende que se puede retirar el consentimiento en cualquier momento.

En constancia de lo anterior, firmo el presente documento, en la ciudad de _____, el día _____, del mes _____ de ____.

Firma _____

Nombre _____
Documento de identificación No. _____

Investigador principal de la investigación
Flor Yuliana Dueñas Ccasani.

Universidad Privada Norbert Wiener

Anexo 7. Carta de aprobación de la Institución para la recolección de datos.

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

Lima, 13 de noviembre del 2025

Sr. Hector Enrique Vejarano Carrillo

Director de la Institución Educativa Pública Pública N° 0073 Benito Juarez

Presente. -

De mi consideración:

Es grato dirigirme a usted, para expresarle mi cordial saludo y presentarme a su digno cargo, soy Flor Dueñas con DNI N° 70436270; Bachiller en Psicología de la Universidad Norbert Wiener, a fin de presentar a su despacho un pedido académico.

Que, deseando realizar una investigación universitaria titulado **“Ansiedad rasgo-estado y redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de la UGEL 05, 2025”**. Que tiene como objetivo demostrar la relación entre estas dos variables de estudio que se mencionan, que será de beneficio para los estudiantes, docentes y la institución educativa, porque de acuerdo a los resultados obtenidos se recomendarán acciones de prevención para la mejora y/o solución de la problemática en estudio. Siendo necesario este estudio para optar el título profesional de Licenciado en Psicología.

Motivo por el cual solicito a usted, la autorización para realizar la aplicación de los instrumentos de medición que son: el Inventario de ansiedad rasgo-estado “IDARE” de Spielberger y el Cuestionario de redes sociales de Salcedo. aplicación que se realizará con conocimiento y asesoramiento del docente universitario: Mg. Omar Arturo Lizarraga Carrasco. teléfono 991532538 Asimismo, se adoptarán las medidas de seguridad cuidando la integridad psicológica de los estudiantes en el momento de la aplicación de los instrumentos de investigación mencionado, siendo voluntaria la participación, con el debido asentimiento informado y el compromiso de informar a su despacho los resultados de dicha investigación.

Anexo 9. Informe del asesor de Turnitin

 Página 2 de 88 - Descripción general de integridad Identificador de la entrega: tmoaid::14912587730305

20% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Texto citado
- Texto mencionado
- Coincidencias menores (menos de 10 palabras)

Fuentes principales

19%	 Fuentes de Internet
6%	 Publicaciones
13%	 Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

20% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- ▶ Bibliografía
- ▶ Texto citado
- ▶ Texto mencionado
- ▶ Coincidencias menores (menos de 10 palabras)

Fuentes principales

- 19%  Fuentes de Internet
- 6%  Publicaciones
- 13%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

Fuentes principales

- 19% Fuentes de Internet
- 6% Publicaciones
- 13% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Fuentes principales

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	Internet	repositorio.autonomadeica.edu.pe	5%
2	Internet	repositorio.uwiener.edu.pe	4%
3	Internet	hdl.handle.net	4%
4	Trabajos entregados	uwiener on 2025-01-13	1%
5	Internet	repositorio.utesup.edu.pe	1%
6	Trabajos entregados	Universidad Wiener on 2025-10-14	<1%
7	Internet	repositorio.ucss.edu.pe	<1%
8	Trabajos entregados	Universidad Tecnologica del Peru on 2026-01-30	<1%
9	Trabajos entregados	Integración Moodle Presencial 4.3 on 2025-12-06	<1%
10	Internet	www.ti.autonomadeica.edu.pe	<1%
11	Internet	repositorio.upagu.edu.pe	<1%