



## **FACULTAD DE PSICOLOGÍA**

ADICCIÓN AL INTERNET Y AUTORREGULACIÓN DEL APRENDIZAJE EN  
ALUMNOS DE QUINTO DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA

PÚBLICA

**Línea de investigación:**

**Psicología de los procesos básicos y psicología educativa**

Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Psicología con  
mención en Psicología Educativa

**Autora:**

Mamani Fabián, Leslie Flor

**Asesor:**

Mendoza Huamán, Vicente  
(ORCID: 0000-0003-1946-6831)

**Jurado:**

Figuroa Gonzáles, Julio Lorenzo

Vásquez Vega, Eda Jeanette

Odar López, Dennis

**Lima - Perú**

**2023**

# ADICCIÓN AL INTERNET Y AUTORREGULACIÓN DEL APRENDIZAJE EN ALUMNOS DE QUINTO DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA

## INFORME DE ORIGINALIDAD

16%

INDICE DE SIMILITUD

16%

FUENTES DE INTERNET

3%

PUBLICACIONES

6%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

## FUENTES PRIMARIAS

1	<a href="http://repositorio.unfv.edu.pe">repositorio.unfv.edu.pe</a> Fuente de Internet	3%
2	<a href="http://hdl.handle.net">hdl.handle.net</a> Fuente de Internet	2%
3	<a href="http://repositorio.ucv.edu.pe">repositorio.ucv.edu.pe</a> Fuente de Internet	2%
4	<a href="http://repositorio.autonoma.edu.pe">repositorio.autonoma.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
5	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	1%
6	<a href="http://repositorio.autonomadeica.edu.pe">repositorio.autonomadeica.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1%
7	<a href="http://repositorio.unsa.edu.pe">repositorio.unsa.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1%
8	<a href="http://repositorio.continental.edu.pe">repositorio.continental.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1%



Universidad Nacional  
**Federico Villarreal**

**Vicerrectorado de  
INVESTIGACIÓN**

**Facultad de Psicología**

**ADICCIÓN AL INTERNET Y AUTORREGULACIÓN DEL  
APRENDIZAJE EN ALUMNOS DE QUINTO DE SECUNDARIA DE  
UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA**

**Línea de Investigación**

Psicología de los procesos básicos y psicología educativa

Tesis para optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología con mención  
en psicología educativa

**AUTORA**

Mamani Fabián, Leslie Flor

**ASESOR**

Mendoza Huamán, Vicente

ORCID: 0000 – 0003 – 1946 - 6831

**JUR ADO**

Figuroa Gonzáles, Julio Lorenzo

Vásquez Vega, Eda Jeanette

Odar López, Dennis

**LIMA- PERÚ**

**2021**

### **Dedicatoria**

Dedico este trabajo a mi madre quien estuvo conmigo en todo momento dándome ánimos y motivación para cumplir mis metas, también lo dedico a mi padre por su apoyo constante, a mis hermanas por sus buenos deseos y a Lucy, mi fiel compañera, mi amiga, mi familia.

## Índice de contenidos

Dedicatoria .....	iii
Índice de contenidos .....	iv
Índice de tablas .....	vii
Índice de figuras .....	viii
Resumen .....	x
Abstract .....	xi
<b>I. Introducción .....</b>	<b>12</b>
1.1. Descripción y formulación del problema .....	14
1.2. Antecedentes .....	19
1.2.1. Internacionales .....	19
1.2.2. Nacionales .....	23
1.3. Objetivos .....	26
1.3.1. Objetivo General .....	26
1.3.2. Objetivos Específicos .....	26
1.4. Justificación .....	27
1.5. Hipótesis .....	29
1.5.1. Hipótesis General .....	29
1.5.2. Hipótesis Específicos .....	29
<b>II. Marco Teórico .....</b>	<b>30</b>
2.1. Bases teóricas de la autorregulación del aprendizaje .....	30
2.1.1. Enfoque sociocognitivo y aprendizaje .....	31
2.1.2. Autorregulación en base al enfoque sociocognitivo .....	32
2.1.3. Autorregulación del aprendizaje en base al enfoque	

	sociocognitivo .....	33
2.2.	Bases teóricas de la adicción al internet .....	36
2.2.1.	Adicciones comportamentales .....	37
2.2.2.	Componentes de la adicción al internet .....	37
2.2.3.	El adolescente adicto al internet .....	38
2.3.	Bases teóricas de la autorregulación del aprendizaje y adicción al internet .....	40
III.	Método .....	42
3.1.	Tipo de investigación .....	42
3.2.	Ámbito temporal y espacial .....	42
3.3.	Variables .....	43
3.3.1.	Autorregulación del aprendizaje .....	43
3.3.1.1.	Definición conceptual .....	43
3.3.1.2.	Definición operacional .....	43
3.3.2.	Adicción al internet .....	43
3.3.2.1.	Definición conceptual .....	43
3.3.2.2.	Definición operacional .....	43
3.4.	Población y muestra .....	44
3.4.1.	Criterios de inclusión .....	45
3.4.2.	Criterios de exclusión .....	45
3.5.	Instrumentos .....	46
3.5.1.	Cuestionario sobre datos personales .....	46
3.5.2.	Cuestionario de autorregulación del aprendizaje .....	46
3.5.3.	Test de adicción al internet .....	47
3.6.	Procedimientos .....	48

3.7.	Análisis de datos .....	49
3.8.	Consideraciones éticas .....	49
IV.	Resultados .....	51
V.	Discusión de resultados .....	63
VI.	Conclusiones .....	72
VII.	Recomendaciones .....	73
VIII.	Referencias .....	74

## Índice de tablas

Tabla 1. Frecuencia y Porcentaje de la muestra de acuerdo al sexo .....	44
Tabla 2. Frecuencia y Porcentaje de la muestra de acuerdo a la sección	
Educativa .....	45
Tabla 3. Análisis de la prueba de Kolmogorov-Smirnov entre las variables adicción al internet y autorregulación del aprendizaje .....	51
Tabla 4. Relación entre adicción al internet y autorregulación del aprendizaje .....	52
Tabla 5. Relación entre las dimensiones de adicción al internet y las dimensiones de autorregulación del aprendizaje .....	54
Tabla 6. Frecuencias y porcentajes de acuerdo a los niveles de adicción al internet de los participantes .....	55
Tabla 7. Análisis de la prueba de Kolmogorov-Smirnov según el sexo de los participantes relacionado a la variable adicción al internet .....	56
Tabla 8. Prueba U de Mann – Whitney aplicada de acuerdo al sexo de los participantes en relación a la variable adicción al internet .....	57
Tabla 9. Frecuencias y porcentajes de acuerdo a los niveles de autorregulación del aprendizaje de los participantes .....	57
Tabla 10. Análisis de la prueba de Kolmogorov-Smirnov según el sexo de los participantes relacionado a la variable autorregulación del aprendizaje .....	59
Tabla 11. Prueba U de Mann – Whitney aplicada de acuerdo al sexo de los participantes en relación a la variable autorregulación del aprendizaje .....	59

Tabla 12. Análisis de confiabilidad de los instrumentos de evaluación adicción al internet y autorregulación del aprendizaje.....	60
Tabla 13. Correlación de ítem-test del total de elementos corregida de la variable adicción al internet .....	61
Tabla 14. Correlación de ítem-test del total de elementos corregida de la variable autorregulación del aprendizaje .....	62

## Índice de figuras

Figura 1. Diagrama de dispersión entre la adicción al internet y la autorregulación del aprendizaje .....	52
Figura 2. Gráfico de barras de frecuencias y porcentajes de acuerdo a los niveles de adicción al internet según el sexo de los participantes .....	56
Figura 3. Gráfico de barras de frecuencias y porcentajes de acuerdo a los niveles de autorregulación del aprendizaje según el sexo de los participantes .....	58

## Resumen

El presente estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre la adicción al internet y la autorregulación del aprendizaje en 96 alumnos de ambos sexos pertenecientes al quinto de secundaria de una institución educativa pública, cuyas edades fluctuaban entre los 16 a 18 años. Esta investigación relacional presenta un diseño no experimental de tipo transversal y correlacional. Para medir las variables se aplicó la adaptación del Test de adicción al internet de Young (1998) realizada por Matalinares, et al. en el 2014 y la adaptación del Cuestionario de autorregulación del aprendizaje de Torre (2007) hecha por Cabrera, et al. en el 2019. Se registró en esta investigación una correlación ( $p = .016$ ) negativa baja ( $r = -.246$ ) entre las variables autorregulación del aprendizaje y adicción al internet en la muestra, añadiendo también que existe relación entre las diversas dimensiones de autorregulación del aprendizaje y las dimensiones de adicción al internet, en especial la correlación negativa moderada ( $r = -.501$ ) hallada entre las dimensiones esfuerzo diario (dimensión de autorregulación del aprendizaje) y consecuencias negativas (dimensión de adicción al internet), se resalta también que no existen diferencias en los índices de adicción al internet ( $p = .904$ ) ni en los índices de autorregulación del aprendizaje ( $p = .107$ ) según el sexo de los participantes.

Palabras clave: adicción, internet, autorregulación, aprendizaje.

### **Abstract**

The objective of this study was to determine the relationship between Internet addiction and self-regulation of learning in 96 students of both sexes belonging to the fifth year of high school at a public educational institution, whose ages ranged from 16 to 18 years. This relational research presents a non-experimental, cross-sectional and correlational design. To measure the variables, the adaptation of Young's Internet Addiction Test (1998) carried out by Matalinares et al. in 2014 and the adaptation of Torre's Self-Regulation of Learning Questionnaire (2007) carried out by Cabrera et al. were applied. in 2019. In this research, a low negative correlation ( $p = .016$ ) ( $r = -.246$ ) was recorded between the variables self-regulation of learning and internet addiction in the sample, also adding that there is a relationship between the various dimensions of self-regulation of learning and the dimensions of Internet addiction, especially the moderate negative correlation ( $r = -.501$ ) found between the dimensions of daily effort (dimension of self-regulation of learning) and negative consequences (dimension of Internet addiction), is highlighted. also that there are no differences in the rates of Internet addiction ( $p = .904$ ) or in the rates of self-regulation of learning ( $p = .107$ ) according to the sex of the participants.

Keywords: addiction, Internet, self-regulation, learning.

## I. INTRODUCCIÓN

Estamos viviendo en una era digital, una era donde se ha vuelto tan indispensable el hecho de tener un celular, una laptop o una tableta en casa con internet que cada vez se incrementa su incidencia en distintos hogares. Esto no resulta ajeno a nuestro país ya que el Organismo Supervisor de Inversión privada en Telecomunicaciones OSIPTEL (2021), dio informes estableciendo que en el año 2020 se registraron 2 751 658 líneas pertenecientes al servicio de Internet fijo, esto significó que hubiera un alza de afiliación a este servicio hasta 14,4% respecto al año 2019, cuando la educación virtual aún no era la modalidad predominante en nuestro país.

Siendo conscientes de esta actual realidad, es preciso entender que sin internet, los educandos del hogar no pueden realizar sus clases con eficacia, pero eso también nos lleva a diversos cuestionamientos; algunos relacionados a la salud del menor por el incremento de horas en la cual estará frente a un computador, celular o tableta, otros con relación a la dependencia que tendrá del internet, si logrará aprender realmente a través de la modalidad, pero sobre todo si es que el alumno o alumnos del hogar se volverían adictos a internet.

Ahora, sería adecuado pensar qué pasaría si un alumno con gran predisposición a presentar adicción al internet se enfrenta a clases complejas que impliquen cierta atención fija, además del razonamiento sobre ellas. Resultaría fácil decir que, probablemente se puede distraer con diversos estímulos y podríamos suponer que no aprendería, ahora siguiendo este pensamiento, con todos estos estímulos ¿podría realmente un alumno regular su propio aprendizaje, usando estrategias metacognitivas y presentando autocontrol? De pronto resultaría realmente difícil, pero hay varios aspectos que no se han considerado, desde el tipo de metodología usada por el docente hasta la autorregulación del propio estudiante. Debido a esto, esta investigación buscará determinar la relación entre las variables adicción al internet y

autorregulación del aprendizaje en alumnos de quinto de secundaria de una institución educativa pública.

De acuerdo a este cuestionamiento en el capítulo uno se describirá con mayor profundidad la situación actual en la que se encuentran las variables, donde se expondrá la importancia de la realización del estudio y las preguntas generales y específicas que trataremos de responder al final del estudio, así mismo se mostrarán estudios previos que nos ayuden a contrastar realidades tanto nacionales como internacionales. Finalmente, se expondrá lo que se pretende lograr con esta investigación y las hipótesis que se plantearán las cuales serán rechazadas o aprobadas de acuerdo a los resultados.

Más adelante, en el capítulo dos, serán las teorías, conceptos y definiciones relacionadas a ambas variables quienes tomarán protagonismo, donde con ayuda de diversos autores se detallará la perspectiva desde la cual se quiere dirigir esta investigación, así como el apoyo que tendrá este estudio a través de teorías y modelos subyacentes de la psicología.

Ya en el capítulo tres, se desarrollará el método por el cual se llegarán a los resultados teniendo en cuenta las decisiones del investigador, así como las características propias de la población; además se desarrollarán los instrumentos que serán útiles para recolectar datos, describiendo de esta forma el paso a paso del procedimiento llevado a cabo para poder obtener información de la muestra.

En el capítulo cuatro y cinco se hablará acerca de los resultados obtenidos a través de gráficos y figuras que serán de mucha ayuda para el entendimiento. Además, gracias a las investigaciones que otros estudiosos realizaron de forma pretérita, se procederá a realizar comparaciones de los resultados, realizando alguna inferencia del porqué son similares o porqué son contrarios.

Finalmente, en el capítulo cinco y seis, serán mostradas las conclusiones a las que se llegaron, así como las recomendaciones para posteriores estudios que busquen relacionar las presentes variables, así como si desean investigarlas de manera independiente o en relación a otras.

### **1.1. Descripción y formulación del problema**

El estado de emergencia a nivel mundial provocado por la COVID-19 ha generado grandes cambios en varios sectores de diferentes países. Uno de los afectados por dicho cambio es el sector educación, donde la modalidad de educación virtual se ha impuesto ante la presencial, haciendo que 90% de países con altos ingresos económicos y 53% de países con medios o bajos ingresos utilicen plataformas on-line para acceder al servicio educativo (Torres, 2020).

La estrategia utilizada por nuestro país fue la educación virtual, donde en nuestra capital en el mes de marzo del 2020, 1200 escuelas se encontraban realizando clases virtuales y otras 3600 se alistaban para usar herramientas tecnológicas con accesos gratuito a internet (Gestión, 2020). Sin embargo, la educación remota ha generado que los alumnos actualmente dependan de internet para el cumplimiento de deberes académicos. Los alumnos y en especial los adolescentes invierten gran parte de su día interactuando en línea, teniendo libre acceso a muchas páginas de entretenimiento y provocando que se incremente el tiempo de uso de internet con fines de ocio. Si bien hasta ahora hemos descrito el uso problemático del mismo; es cuando el adolescente a través de su uso, afecta su salud física, psicológica y produce consecuencias negativas en su familia, entorno social y escolar, puede denominarse como un adicto a internet (Matalinares et al., 2014).

El adolescente adicto a internet no solo tendría complicaciones físicas como contracturas cervicales, artrosis en los dedos, pérdida de audición y problemas visuales (Rehbein, 2020) sino que, además puede presentar conductas relacionadas a la abstinencia, así pues el adolescente se muestra irritado gran cantidad de tiempo, presenta complicaciones con respecto a su ciclo circadiano y así como se muestran posibles conductas hiperactivas y dificultades para mantener su atención también podría presentarse dejadez y cierta tristeza en relación al retiro del estímulo (Milla y Rojas, 2018). Entonces tomando en cuenta aquella variedad de estímulos que nos brinda el conectarse a una red, no resultaría extraño que sin un adecuado manejo del tiempo en contacto con la misma podría generar la necesidad de conectarse de forma constante. Añadido a ello, podría decirse que los adolescentes adictos a internet suelen ser volubles en cuanto a la toma de decisiones, mostrarse enojados y con poca tolerancia a circunstancias que podrían generarles frustración, cambios constantes de perspectivas, opiniones e incluso en la forma que expresan sus emociones, así como la regulación de las mismas (Herrera et al., 2010).

Socialmente también se presentan ciertas dificultades tales como la comodidad de permanecer en el anonimato dificultando el desarrollo de sus habilidades sociales, además al comunicarse a través de mensajes escritos deteriora la capacidad de expresión verbal (Fandiño, 2015). Esto a su vez afecta a la convivencia familiar, cuya frecuencia se ha incrementado debido a la cuarentena obligatoria, alterando el funcionamiento de dicho sistema y generando problemas en la vida cotidiana de los usuarios y en las relaciones con los miembros de su familia (Aponte, 2017). Acerca de la comunicación familiar, se detectan ya sea, enfrentamientos verbales constantes o en algunos casos la evitación de la comunicación verbal de cualquier tipo (Roa, 2020), promoviendo de esta manera la característica de aislamiento del adolescente para con su familia.

El entorno educativo también se ha visto afectado, los adolescentes adictos al internet teniendo a su favor los adelantos en la tecnología, incrementan su conducta procrastinadora (Castro y Mahamud, 2017) propiamente dicha, así como también en su relación con aspectos académicos. Se debe mencionar que como otro aspecto negativo que influye en la adicción al internet es la probabilidad de fracaso escolar, las notas decrecen en puntuación junto con la dificultad para concentrarse en realizar las tareas (Levine et al., 2007, citado en Fandiño, 2019).

La adicción al internet resulta perjudicial para los adolescentes en su etapa académica formativa no solo relacionada a páginas de entretenimiento, sino que al obtener información rápida relacionan el aprendizaje con solo brindar respuestas cortas, literales y memorísticas, dejando de lado aspectos como la investigación y argumentación propia. Resulta entonces difícil para el adolescente poder regular su propio aprendizaje teniendo una gamma de estímulos atractivos al alcance de un solo clic.

La autorregulación del aprendizaje entendida como aquella agrupación de herramientas que el sujeto ha logrado aprender a lo largo de su existencia y que le facilita al mismo, manejar y dirigir la conducta relacionada al aprendizaje (Torre, 1992, citado en Hernández, 2012), debería ser fomentada con mucha mayor solidez ya que como establece Norabuena (2011) ésta constituye un nuevo avance y un importante acercamiento en lo que respecta al conocimiento del logro académico estudiantil.

Existen además ciertos beneficios de su aplicación en los adolescentes a nivel personal, desarrollándose aspectos como la autonomía, la reflexión y adaptación a nuevas circunstancias (Romo, 2014), además se evidencia mayor autoconfianza y persistencia del logro de metas en dichos alumnos (Muchuit et al., 2018).

Las familias cuyos adolescentes regulan su aprendizaje resultan beneficiadas, generando satisfacción al notar los logros de aprendizaje obtenidos por sus propios hijos y que

son reflejados en su rendimiento académico, además de la notoriedad de autonomía no solo en su aprendizaje sino en las distintas actividades realizadas por ellos. Sin embargo, esto no ha surgido de forma espontánea, tal como establecen Martínez-Pons en 1996, son los padres quiénes a través del ejemplo de conductas autorreguladas, el brindado de motivación y apoyo hacia la persistencia en cuanto al logro de sus objetivos, la capacidad de facilitar los recursos y materiales y el refuerzo de aquellas conductas que impliquen autorregulación en su aprendizaje es que logran fomentar este proceso de aprender en los adolescentes (citado en Carbonero et al., 2010).

Ya habiéndose mencionado lo importante que resulta la autorregulación del aprendizaje en el rendimiento académico, se puede decir que también favorece a la mejora del método de aprendizaje del alumno, relacionado con el tema y usando sus propios recursos, podría decirse también que va a propiciar una actuación académica independiente y efectiva, basándose en el desarrollo de sus habilidades metacognitivas, fomentando su motivación intrínseca y mejorando sus estrategias de aprendizaje (Vives et al., 2013).

Los adolescentes en nuestra capital se han visto afectados a esta nueva realidad, encontrándose inmersos en la educación virtual y a su vez lidiando con diversos estímulos para poder autorregular su aprendizaje, pero es en el distrito del Callao que pertenece a la Provincia Constitucional del Callao, donde se escogió realizar la presente investigación debido a que el acceso que tienen sus habitantes es elevado comparándose con el alcance local a nivel de otras provincias como Lima, Ucayali y Tumbes (Instituto Nacional de Estadística e Informática, 2019).

El distrito del Callao que al contar con una extensión de 45.65 Km<sup>2</sup>, se vuelve el distrito con mayor número de habitantes de la Provincia Constitucional del Callao (400 000 habitantes). En cuanto al aspecto educación es preciso detallar que en el distrito hasta el año 2018 existían

804 instituciones educativas de las cuales la población estatal presenta 291 colegios, y donde el nivel de secundaria hace uso de internet hasta en un 72,4% (Municipalidad Provincial del Callao, 2020). Este estudio se llevará a cabo en una institución educativa PNP dentro de la modalidad pública perteneciente a este distrito.

La población adolescente perteneciente a dicha institución se encuentra recibiendo clases virtuales pudiéndose así establecer que la totalidad de alumnos de secundaria enfocada en el quinto grado, cuentan con conexión a internet. Surge entonces interés de estudio debido a que es un distrito cuya población cuenta con acceso a internet y se encuentra rindiendo su año escolar de manera virtual.

El estudio será realizado en los próximos seis meses logrando obtener datos que muestren la realidad actual.

De acuerdo a las consideraciones anteriormente expuestas nos lleva a plantear la siguiente interrogante:

¿Existe relación entre la adicción al internet y la autorregulación del aprendizaje en estudiantes de quinto secundaria de una institución educativa pública?

Subyacen de esta interrogante general los siguientes cuestionamientos específicos:

¿Cuáles son los índices de confiabilidad de los ítems de los instrumentos utilizados en el presente estudio?

¿Cuáles son los índices de validez de los ítems de los instrumentos utilizados en el presente estudio?

¿Cómo se distribuye el nivel de la adicción al internet en estudiantes de quinto de secundaria de una institución educativa pública?

¿Cómo se distribuye el nivel de la autorregulación del aprendizaje en estudiantes de quinto de secundaria de una institución educativa pública?

¿Existirán diferencias en los índices de adicción al internet según el sexo de los estudiantes de quinto de secundaria de una institución educativa pública?

¿Existirán diferencias en los índices de autorregulación del aprendizaje según el sexo de los estudiantes de quinto de secundaria de una institución educativa pública?

¿Existirá relación entre las diversas dimensiones de autorregulación del aprendizaje y las dimensiones de adicción al internet?

## **1.2. Antecedentes**

Al realizar la búsqueda de información relacionadas a las variables de esta investigación, se encontró que la cantidad de artículos e investigaciones es realmente escasa, donde la muestra estudiada recaía en otras diferentes a esta propuesta. De esta manera, después de una búsqueda exhaustiva en diversos sistemas de búsqueda información tales como La Referencia, Redalyc, Scielo a nivel internacional y el Registro Nacional de Trabajos de investigación (Renati), ALICIA y diversos repositorios de universidades del país, se tomaron como recursos antecedentes, cuyas variables se encuentren estrechamente relacionados a las presentes en esta investigación.

### **1.2.1. Internacionales**

Como parte de la investigación relacionada a la autorregulación del aprendizaje y a la adicción al internet, se debe mencionar un aporte bastante relevante el cual implica la importancia de tomar decisiones, donde el hecho de poder discernir entre una situación y otra y tener la valentía de poder tomar una decisión que traiga beneficios propios sin lastimar a otros

tiene que ver con la inteligencia emocional, por eso Bastidas en el 2020 creyó conveniente investigar cómo se podrían relacionar los niveles de inteligencia emocional y adicción al internet en 146 estudiantes de bachillerato entre el año 2020 y el año previo a este, de una institución educativa de Imbabura ubicada en Ecuador, las edades que presentaban los sujetos, fluctuaron entre los 14 y 18 años. Se enunció que este estudio relacional tiene un enfoque cuantitativo de corte transversal y la muestra se seleccionó gracias al uso de un diseño no probabilístico, respondiendo los estudiantes a dos instrumentos: Test de Adicción al Internet de Young (adaptado por Matalinares et al. en 2014) y el Inventario del coeficiente emocional de Bar-On ICE NA creado por Bar-On (adaptado por Ugarriza) para medir las variables adicción al internet y la inteligencia emocional, respectivamente. Como resultado, se identificó una correlación estadísticamente significativa y aunque siendo baja ( $r = -0.24$ ), se demostró que a mayor nivel de Adicción al Internet menor nivel de Inteligencia Emocional.

Es posible mencionar que la autorregulación perteneciente a los estudiantes sobre sus propios aprendizajes generará beneficios importantes para su desempeño en contextos virtuales, sin embargo dentro de estos mismos contextos se encuentran variables que podrían perjudicar dicho desenvolvimiento, una de ellas podría ser el cyberbullying, concuerda con esto, Albán quien en el 2019 estudió la relación de la autorregulación con la práctica del cyberbullying en 189 estudiantes de Bachillerato de una institución educativa en Cantón Guaranda, Ecuador, cuyas edades oscilaban entre los 15 y 17 años. Se estableció que la investigación sea de tipo descriptivo correlacional con corte transversal y la muestra se seleccionó a través de un muestreo no probabilístico con carácter de inclusión. Los estudiantes respondieron a dos instrumentos: Cuestionario de Autorregulación (CAR) de Kanfer y Cuestionario de Cyberbullying creado por Calvete et al. Se concluyó, en base a los resultados, que existe una relación de tipo parcial entre la perpetración del cyberbullying con las dimensiones de toma de decisiones ( $r = -0.230$ ) y aprendizaje de errores ( $r = -0.290$ ), estableciendo entonces que, mayor

será la incidencia de perpetración en conductas de Cyberbullying, mientras menos se presente la toma de decisiones en los estudiantes.

Entendiendo lo anteriormente mencionando es preciso también recalcar que, Berridi y Martínez en el 2017 consideraron que podría existir una variable que se relacione con el buen desenvolvimiento académico de los estudiantes, así que realizaron un estudio cuyo objetivo consistía en el de identificar estrategias de aprendizaje autorregulado y posteriormente, lograr el análisis de su relación con el desempeño escolar de estudiantes que se encuentren en ambientes virtuales de aprendizaje. La muestra que participó en este estudio fueron 573 estudiantes (339 mujeres y 234 varones) con un rango de edad de 15 a 66 años, quienes bajo la modalidad remota participaban de un programa de nivel medio superior en coordinación con la Secretaría de Educación del Gobierno de la Ciudad de México. La investigación se enmarca dentro del tipo descriptivo-correlacional y la muestra se seleccionó a través de un procedimiento no probabilístico e intencional, respondiendo esta misma muestra a la escala de aprendizaje autorregulado en contextos remotos para aprender, instrumento que se elaboró por los mismos autores para esta investigación. La conclusión a la que se llegó fue que se halló significancia en la relación entre desempeño y autorregulación del aprendizaje escolar en las dimensiones: atribuciones motivacionales en contextos virtuales (.133, p.010) y estrategias de planeación y control (.297, p.010). Se debe resaltar que los índices de correlación entre las variables son positivos y significativos, aunque carecen de fuerza.

Se detalla también que Conde en el 2017, se propuso establecer la relación entre las variables rendimiento académico y adicción a internet en 200 estudiantes (106 mujeres y 94 varones) con una edad promedio correspondiente a los 14 años, que se encontraban distribuidos desde el sexto al undécimo grado de educación media vocacional en una institución perteneciente a Bucaramanga - Colombia. La investigación realizada fue de tipo cuantitativa, mencionándose que el diseño fue correlacional y el tipo de muestreo probabilístico por racimos.

Los estudiantes respondieron a dos instrumentos siendo el primero el Cuestionario de Experiencias Relacionadas con Internet (CERI) que fue elaborado por los mismos autores y el segundo fueron los simulacros de las pruebas SABER, para poder medir la adicción a internet y el rendimiento académico respectivamente. Como resultado del estudio se llegó a concluir que no existe relación entre la adicción al internet con el rendimiento académico de la presente muestra ( $r = -.135$ ,  $p = .058$ ), sin embargo, se evidenció que los estudiantes sienten que el tiempo que pasan usando internet si afecta su rendimiento académico.

De acuerdo a los resultados de previas investigaciones surgen más cuestionamientos acerca de que podría estar relacionado con la adicción al internet ¿tendrá que ver quizá con el tipo de personalidad presente en la población adolescente? De esta manera Muñoz y Ramírez en el 2016, se cuestionaron lo mismo dirigiendo su investigación a conocer cuál es el tipo de personalidad que se podría presentar con mayor frecuencia respecto a la adicción al internet. Su muestra estuvo conformada por 80 estudiantes, cuyas edades estaban en el rango de 16 y 17 años. La investigación se ubicó dentro del diseño transversal exploratorio y para medir las variables se hizo uso del Test de adicción a las redes sociales (TRAS) de Basteiro et al., así como del Inventario Eysenck de personalidad (EPI) de Hans Jurgen Eysenck. El muestreo usado fue no probabilístico por conveniencia ya que se eligieron a dos grupos del turno matinal de segundo grado de preparatoria de un centro de bachillerato ubicado en Tlaxcala - México. De acuerdo a lo propuesto, se señala como resultados que, del 74% de participantes que presentaban personalidad extrovertida, el 13% mostraba adicción al internet, así como a las redes sociales, por otro lado, se enunció que del 28% de adolescentes catalogados como introvertidos el 7% presentaba dicha adicción. Deduciéndose entonces que a pesar de que los alumnos extrovertidos mostraron un puntaje mayor, el tipo de personalidad no predispone el ser adicto al internet o a las redes sociales.

Finalmente, Colmenares quien, en el 2015, realizó un estudio orientado a buscar cómo podrían relacionarse la autorregulación y el uso de las redes sociales en 29 estudiantes (18 mujeres y 11 hombres) pertenecientes al tercero básico de un colegio localizado en la zona 1 de San Benito en Guatemala. La investigación se clasificó como tipo no experimental, presentándose un enfoque cuantitativo, con alcance descriptivo. Los sujetos respondieron el Cuestionario sobre autorregulación para el aprendizaje académico realizado por Torre en el 2007 y el Cuestionario de adicciones a las nuevas tecnologías adaptado por Oliva et al. en el 2015. Con relación a sus resultados, se realizaron procedimientos estadísticos como el Alfa de Cronbach confirmando la fiabilidad de los instrumentos con  $r = 0.874$ , donde se concluyó que los sujetos demostraron tener un nivel alto de autorregulación, principalmente en mujeres ( $r = 0.55$ ), evidenciándose mayor fiabilidad en las sub-áreas: Conciencia Metacognitiva Activa ( $r = 0.694$ ) y Control y Verificación ( $r = 0.769$ ). Así mismo, se determinó que menor será el nivel de autorregulación mientras más acceso se tenga a videojuegos ( $r = -0.3$ ), ordenadores ( $-0.47$ ), celulares ( $-0.39$ ) y frecuencia en el uso ( $-0.45$ ). Finalmente, se podría decir que, mientras el uso de las redes sociales aumenta, la autorregulación tiende a disminuir y viceversa.

### **1.2.2. Nacionales**

Habiendo expuesto, las investigaciones relacionadas a las variables de esta investigación en un contexto internacional, se pasará a detallar lo investigado en nuestro país, en relación con la adicción al internet y la autorregulación del aprendizaje.

Acercas de lo ya expuesto, se hará mención a Martínez, quien, en el 2020, realizó una investigación donde añade otra variable perjudicial para los adolescentes, la cual responde a las conductas disociales tales como el robo, vandalismo, conducta opositora desafiante, entre otras. De esta manera, este autor buscó establecer la relación entre las conductas disociales y la adicción al internet y redes sociales en 133 adolescentes cuyas edades oscilan entre 12 a 18

años, del distrito de Comas. La investigación fue de corte transversal, presentando un tipo de investigación correspondiente a la clasificación básica y contando con un diseño no experimental se describe que su nivel corresponde al descriptivo - correlacional. Se usaron dos instrumentos en esta investigación: Escala de Riesgo de Adicción – Adolescente a las Redes Sociales e Internet creada por Peris et al., y la Escala de Conducta disocial creado por Pacheco y Moral de la Rubia. Se usó un muestreo no probabilístico por conveniencia. Finalmente, los resultados indicaron significancia en la relación la cual fue descrita como directa, cuya intensidad se mostró dentro de la categoría moderada ( $Rho=.694$ ,  $p<.05$ ). Se concluye de esta forma que, ya sea que se incremente o reduzca la adicción al internet y las redes sociales, la presencia de las conductas disociales en los adolescentes tendrá un efecto y sentido equivalente.

Se menciona además el trabajo de las autoras Cabrera, et al., quienes, en el 2019, hicieron un estudio que buscaba relacionar la autorregulación del aprendizaje y el rendimiento académico en 149 alumnos de quinto de secundaria de Instituciones Educativas Públicas pertenecientes al distrito de Santiago de Surco cuyas edades comprendidas eran de los 15 a 18 años. Se estableció que el tipo de investigación fuera descriptiva correlacional, usándose como instrumento el Cuestionario de autorregulación de aprendizaje elaborado por Juan Torre Puente (mencionando que las mismas autoras fueron quienes adaptaron dicho cuestionario para que su aplicabilidad incluya a estudiantes de quinto de secundaria) y la calificación vigesimal de la situación final del primer trimestre como reflejo del rendimiento académico. Se obtuvo la muestra en base a un muestreo probabilístico representativo estratificado, siendo dividida por grupos y seleccionados los sujetos aleatoria y proporcionalmente al porcentaje de estudiantes por Institución Educativa. Se indica, según los resultados, que existe relación estadísticamente significativa ( $p=0.286$ ), la misma que resulta ser directa y de magnitud baja. Así que, se podría decir que, a mayor autorregulación del aprendizaje, mayor será el rendimiento académico.

Es preciso hacer hincapié en que a diferencia del contexto internacional en donde la adicción al internet no estaba relacionada con el rendimiento académico o el aprendizaje, en nuestro país si existe dicha relación. Surge entonces el interés de averiguar en qué nivel se encuentran los adolescentes de nuestra capital respecto a la adicción al internet, así Flores en el 2019, realizó un estudio con el objetivo de describir el nivel de la adicción al internet en 80 adolescentes de 13 a 18 años pertenecientes a Lima Metropolitana. Esta investigación descriptiva de corte transversal y con un diseño no experimental, se optó por elegir un muestreo censal, escogiéndose la totalidad de población debido a que las pruebas eran aplicadas a adolescentes que se encontraban en las cabinas de internet ubicadas dentro del Cercado de Lima. El instrumento que se usó para evaluar la muestra fue el Test de Adicción al internet de Young (adaptado por Matalinares et al.). Se obtuvo como resultados que el nivel de adicción al internet en adolescentes de 13 a 18 años de Lima Metropolitana, es “Muy Alto” (35%); tomando en cuenta también el nivel “Alto” (33%) y el nivel “Medio” (28%). Se concluye entonces que, los adolescentes de Lima metropolitana tienen altos niveles de adicción al internet.

El conocer la realidad, hace pensar en las consecuencias que podría tener el adolescente quien es adicto a internet, ¿se podría acaso relacionar con otras variables contraproducentes para estos individuos? Carrillo en el 2018, realizó un estudio con el objetivo de conocer la relación existente entre la adicción al internet y la agresividad tomando en consideración una muestra de 627 participantes del nivel secundario de una institución educativa pública de Los Olivos, cuyas edades iban desde los 11 hasta los 18 años. La investigación fue de tipo básica, no experimental y contando con un diseño correlacional, donde la muestra seleccionada probabilísticamente a través de la fórmula de población finita, respondió a dos instrumentos: Test de adicción al internet elaborado por Young (adaptado por Matalinares et al.) y Cuestionario de Agresión de Buss y Perry (adaptado por Matalinares y Yarigaño) con el fin de medir la adicción al internet y la agresividad, respectivamente. Se usó Rho de Spearman ya que

la distribución no era normal ( $p = 0.09$ ), resultando el coeficiente de correlación de 0.442, evidenciándose una correlación de tipo moderada entre las variables. Se concluye entonces que, a mayor presencia de agresividad, mayor será la adicción hacia el internet.

Finalmente, tomando en cuenta la importancia de la autorregulación del aprendizaje en el rendimiento académico, en el 2016, Machaca se interesó por hallar la relación entre la ciberadicción y el nivel aprendizaje en el área de comunicación de una institución educativa secundaria del departamento de Puno. La muestra correspondió a 119 estudiantes (57 varones y 62 mujeres) cursantes del tercer grado, siendo el tipo de muestreo probabilístico. El tipo de investigación se ciñe a la básica no experimental cuyo diseño es correspondiente al correlacional. Se usaron como instrumentos una prueba escrita (dirigida al aprendizaje) y una encuesta (sobre la ciberadicción) elaboradas por la propia autora. Los resultados evidencian que existe una relación negativa de tipo moderada en donde se evidencia un valor de  $r = - 0,767$ , estableciéndose de esta forma que, a mayor ciberadicción, el nivel de aprendizaje en comunicación (comprensión lectora) será muy deficiente.

### **1.3. Objetivos**

#### **1.3.1. Objetivo general**

Determinar la relación entre la adicción al internet y la autorregulación del aprendizaje en alumnos de quinto de secundaria de una institución educativa pública.

#### **1.3.2. Objetivos específicos**

- Identificar índices de confiabilidad de los ítems de los instrumentos utilizados en el presente estudio.
- Identificar índices de validez de los ítems de los instrumentos utilizados en el presente estudio.

- Describir el nivel de adicción al internet en alumnos de quinto de secundaria de una institución educativa pública.
- Describir el nivel de autorregulación del aprendizaje en alumnos de quinto de secundaria de una institución educativa pública.
- Determinar la existencia de diferencias entre los índices de adicción al internet según el sexo de los estudiantes de quinto de secundaria de una institución educativa pública.
- Determinar la existencia de diferencias entre los índices de autorregulación del aprendizaje según el sexo de los estudiantes de quinto de secundaria de una institución educativa pública.
- Determinar la relación que existe entre las diversas dimensiones de autorregulación del aprendizaje y las dimensiones de adicción al internet.

#### **1.4. Justificación**

Desde el punto de vista teórico, el presente trabajo busca brindar aportes de investigación debido a que en nuestra nación no se ha registrado aún alguna investigación que relacione las presentes variables volviendo a ésta una investigación pionera.

Además, implica también un aporte de resultados para población adolescente, misma que ha sido escasamente estudiada en relación a la autorregulación del aprendizaje, donde si bien se han reportado estudios de esta variable, suelen estar relacionados a la población universitaria haciendo que sean muy pocos aquellos donde la población de estudio recae en el grupo etario del adolescente.

Considerando a la adicción al internet, esta investigación se justifica en el aspecto de que se han realizado estudios previos a una era donde la educación totalmente virtualizada, donde era más notorio el perfil del adolescente con dicha adicción. Se debe precisar entonces

que ante un contexto completamente nuevo resulta de sumo interés estudiar la presente variable para establecer datos actuales que reflejen nuestra realidad.

A nivel de investigación, se enuncia que el interés de investigar la existencia de una relación entre la adicción al internet y la autorregulación del aprendizaje podría usarse como recurso en otras numerosas investigaciones, siendo aplicable para investigadores que busquen estudiar las mismas variables, pero en diferentes contextos.

De esta forma, se busca brindar aportes a la psicología educativa con motivo de orientar y también a impulsar nuevas investigaciones que usen variables relacionadas al aprendizaje (cuya concepción ha variado en base a la coyuntura remota) y al aspecto tecnológico, una cuestión de gran importancia debido a la realidad donde la digitalización y la educación remota han logrado ya sea imponerse frente a otras estrategias de educación o siendo considerada también como una posibilidad de acceso continuo a la educación cuando la presencialidad no sea factible.

Finalmente, justificando a nivel práctico, se debe destacar la importancia de estudiar la relación entre las presentes variables, debido a que al realizarse más investigaciones de este carácter nos ayudará a que se puedan establecer nuevas teorías, ya sean de relación o de pronto de causalidad, logrando brindar recursos para implementar futuros programas, así como estrategias de prevención o intervención para la adicción al internet y de promoción para la autorregulación del aprendizaje.

De acuerdo también a los resultados expuestos, se permitirá a los investigadores decidir si es que es adecuado el estudio de estas variables en sus respectivos contextos, logrando favorecer así a la toma de decisiones en investigaciones de este carácter.

## **1.5. Hipótesis**

### **1.5.1. Hipótesis general**

Existe relación entre la adicción al internet y la autorregulación del aprendizaje en estudiantes de quinto de secundaria de una institución educativa pública.

### **1.5.2. Hipótesis específicas**

- Los ítems de los instrumentos utilizados en el presente estudio cuentan con adecuados índices de validez.
- Los ítems de los instrumentos utilizados en el presente estudio cuentan con adecuados índices de confiabilidad.
- Existen diferencias en los índices de adicción al internet según el sexo de los estudiantes de quinto de secundaria de una institución educativa pública.
- Existen diferencias en los índices de autorregulación del aprendizaje según el sexo de los estudiantes de quinto de secundaria de una institución educativa pública.
- Existe relación entre las diversas dimensiones de autorregulación del aprendizaje y las dimensiones de adicción al internet.

## II. MARCO TEÓRICO

### 2.1. Bases teóricas de la Autorregulación del Aprendizaje

A medida que el tiempo avanza, las personas se han hecho muchas preguntas relacionadas al origen de las cosas que existen en nuestra realidad. Estas preguntas han motivado a que diversos investigadores busquen explicaciones a eventos que en un principio parecieran no tener causa lógica. Sucede de esta manera que como respuesta a dichas inquietudes surge el término paradigma, este es definido como aquellas realizaciones de conocimiento mundial que brindan soluciones a problemas que surgen dentro de una agrupación científica, saciando las inquietudes y dudas por cierta cantidad de tiempo (Khun, 1986, citado en González, 2003).

En cuanto a psicología, esta disciplina tampoco ha estado exenta de tener paradigmas, los cuales, sustentados y reforzados por las teorías basadas en el método científico, han ido explicando mejor los actúares de las personas y, es entonces cuando surgen los enfoques, donde hablándose científicamente, podríamos definirlos como una “forma especial y sistematizada del pensamiento y del cuestionamiento reflexivo” (Kerlinger y Lee, 2002), así que se habrá de resaltar la importancia de este término recibiendo el soporte de Llanos et al. en el 2004, quienes expresan que el enfoque dará declaraciones sobre las experiencias que el individuo ha vivido en relación con otras personas y que van a desencadenar afectando en su vida social.

Habiendo brindado argumentos que enlazan lo cognitivo, lo social y le brindan la relevancia debida al contexto, la presente investigación se basará en la perspectiva sociocognitiva.

### **2.1.1. Enfoque sociocognitivo y aprendizaje**

La interacción de las personas no solamente podría centrarse como un disfrute social o como en el reforzamiento de las habilidades sociales, la relevancia que existe entre ella y en el contexto que se da es lo que trata de resaltar el enfoque sociocognitivo. Este sistema explicativo propuesto por el psicólogo Albert Bandura, enfatiza que obtenemos mucha información a través del conocimiento o la observación de los demás, modelando de esta manera nuestro propio comportamiento (Huacho, 2019).

Reconociendo de esta manera, que los procesos cognitivos y conductas del individuo en interacción con el ambiente y otros individuos explicarían el porqué del actuar de las personas, Bandura puso nombre a dicho engranaje denominándolo “determinismo recíproco”, donde logró establecer puntos diferenciales entre otros enfoques, especialmente el conductista (quien establecía que era el entorno quien modelaba su comportamiento), el autor plantea que las relaciones sean bidireccionales, siendo los niños y adolescentes quienes también pueden generar cambios en sus contextos (Shaffer, 2009).

Realizando el análisis pertinente, se podrá decir que desde el punto de vista sociocognitivo, el conocimiento se construye a partir de un proceso que vincula lo cognitivo con la formación de la identidad personal y cultural y en especial se encuentra enlazado con las relaciones sociales instauradas en las vivencias educativas compartidas (Torres, 1994, citado en Madariaga y Molero, 2000).

Es preciso mencionar que adquirir conocimiento no engloba el término aprendizaje, este último es un concepto mucho más complejo donde basándose también en este enfoque se establece que es una interacción de lo conductual, ambiental e intrapersonal del individuo, quien a su vez evalúa lo adquirido a través de la metacognición y retroalimentación, y que gracias a los cambios generados en el contexto, este es capaz de transformar sus habilidades mentales en

conocimientos específicos y habilidades concretas, ajustando conductas y estrategias a utilizar (Chaves y Rodríguez, 2017).

Según lo establecido con anterioridad, es muy claro que a diferencia de definiciones pretéritas en donde no solo el individuo que aprendía cobraba protagonismo sino también quien impartía verticalmente determinado conocimiento; en la actualidad es el mismo individuo quien aprende o, en otras palabras, es el educando quien es capaz de monitorear su propio aprendizaje, realizando ajustes para poder adaptarse al contexto, evaluando lo aprendido y generando habilidades en sí mismo.

De esta manera, se podría presumir que el propio individuo que recibe información o conocimiento puede ser capaz de autorregular su aprendizaje, existiendo procesos y elementos que habremos de detallar.

### **2.1.2. Autorregulación en base al enfoque sociocognitivo**

El término autorregulación, como habíamos mencionado antes, fue insertado por Albert Bandura, mostrado en su teoría del aprendizaje social la cual en palabras muy resumidas establece nuevamente la importancia del entorno, resaltando su influencia en el desarrollo del individuo durante sus etapas madurativas, así como la reafirmación de que la conducta es aprendida (Schunk, 1997).

Resulta entonces comprensible el porqué de la mayoría de la bibliografía relacionada a la autorregulación tiene sus fundamentos en la óptica sociocognitiva, así que teniendo en cuenta lo anteriormente expuesto, la autorregulación será definida como una serie de pasos en donde el individuo busca adaptarse a su contexto, trazándose objetivos autodeterminados y rigiéndose por su motivación y control cognitivo (Chaves y Rodríguez, 2017).

Para entender mucho más acerca de la autorregulación, enunciaremos ciertos principios que servirán de introducción para el siguiente apartado (Torre, 2007, citado en Mejía, 2014):

- Desde el punto de vista de la autorregulación, el aprendizaje será un proceso donde surjan cambios realizados personalmente por el mismo estudiante, donde este podrá plantearse objetivos, elaborar sus propios conceptos y aplicar estrategias gracias a lo aprendido en la interacción realizada en su contexto actual como en su contexto pasado, de esto se trata el primer principio.
- El segundo principio está referido al resalte del individuo en cuanto a su capacidad para observar, controlar y regular aspectos relacionados con lo cognitivo, conductual o motivacional que impidan el logro de sus metas.
- El tercer principio establece que el individuo puede alterar su sistematización del logro de metas, logrando de esta manera constatar su progreso de lo propuesto, así como también sus conductas aplicadas durante el proceso de aprendizaje.
- Finalmente, el cuarto principio tendrá que ver con hacer hincapié en que, bajo este enfoque la personalidad del individuo o características demográficas no ejercen una influencia directa en el aprendizaje sino más bien la autorregulación que el estudiante tenga sobre su conducta, cognición y motivación.

### **2.1.3. Autorregulación del aprendizaje en base al enfoque sociocognitivo**

Consecuentemente de haber establecido las definiciones correspondientes a los términos de manera independiente, es notable que guarden mucha relación entre ellos haciendo más sólido el concepto “autorregulación del aprendizaje” siendo definido como “un fenómeno donde los individuos sistemáticamente activan y sostienen un proceso cognitivo, motivacional/afectivo y conductual para lograr conocimientos, habilidades y destrezas, de

manera eficaz en un determinado contexto” (Winne, 2015; Schunk y Zimmerman, 1994; Schunk, 2004; Azevedo, 2007; Zimmerman, 2008, citados en Cháves y Rodríguez, 2017).

En el 2000, Pintrich, propuso un modelo bastante interesante acerca de la autorregulación que es muy bien aplicada en el área de aprendizaje, presentando cuatro fases que explican el proceso de la misma (citado en Hernández, 2012).

La primera fase llamada preparación, planificación y activación muestra al estudiante capaz de ponerse metas, usando sus conocimientos previos otorgándole la importancia debida a la tarea, toma en cuenta además el tiempo que usará para el culmino de la actividad, así como la cantidad de esfuerzo que requiere. En la segunda fase, que responde al nombre de monitoreo, el educando realiza una autoobservación de lo realizado, pudiendo reconocer las causas del porque se encuentra en la situación actual, así como también de las posibles consecuencias si realizara variaciones. Como tercera fase, se tiene a la fase de control, aquí ya habiendo pensado en qué ajustes podría realizar para lograr su meta propuesta, actúa y efectúa cambios en caso fuese necesario y finalmente se procede a la evaluación, que vendría a ser la cuarta fase, donde el alumno examina la situación en retrospectiva pudiendo establecer los aspectos favorables como los que se pueden mejorar.

Dichas fases sirvieron como recurso para que Torre en el 2007, planteara cuatro factores que permiten a los alumnos autorregular su aprendizaje.

El primer factor llamado Conciencia metacognitiva activa, en donde se describe que el alumno pueda hacer uso de la planificación, control y dirección de sus propios procesos cognitivos con el objetivo de alcanzar lo propuesto. El segundo factor que responde a la denominación Control y verificación, establece que el estudiante ya hace uso de estrategias que le permitan lograr sus objetivos, llegando así al tercer factor nombrado Esfuerzo diario en la realización de las tareas, mismo que evidencia la capacidad del alumno para esforzarse y

motivarse en alcanzar lo que se propone a pesar de los posibles factores externos que dificulten el logro. Finalmente, el cuarto factor denominado procesamiento activo durante las clases, permite al alumno poder organizar y sistematizar sus datos o conocimientos que le permitan procesar de manera más adecuada la información que posibilite su uso eficiente en situaciones futuras (citado en Cabrera et al., 2019).

Los factores propuestos por Torre nos muestran con claridad el proceso por el cual un estudiante que realiza conductas autorregulatorias relacionadas con su aprendizaje debe practicar para poder aprovechar los contenidos, Romo (2014) hace hincapié que los estudiantes que presentan conductas autorregulatorias resultan exitosos en sus áreas profesionales presentando características en común tales como la capacidad de definir objetivos propios con cierta cercanía, usar estrategias adecuadas, manejar idóneamente el tiempo, autoevaluarse tanto en los métodos como en el propio desempeño, entre otras características que destacan la capacidad del alumno autónomo y protagonista de su propio aprendizaje, distinguiendo al alumno autorregulado como aquel sujeto que ya no solamente comprende que puede aprender sino que puede ser causante de que esto suceda (Torre, 2008, citado en Kairos, 2015).

La autorregulación del aprendizaje propone una nueva forma de aprender, donde el mismo estudiante se vuelve protagonista de su aprendizaje, generando autonomía y fortaleciendo habilidades que consolidarán su perfil profesional, de la misma manera el manejo de herramientas tecnológicas hará que pueda abrirse camino en una era digital donde mientras mayor conocimiento tecnológico se tenga mayor serán las oportunidades laborales que se presenten. Bajo este análisis podría decirse que para conocer más se debe practicar más y por lo tanto invertir más tiempo en el conocimiento y práctica de funciones, tendrá como consecuencia la estancia constante y prolongada de conexión a internet.

## 2.2. Bases teóricas de la Adicción al internet

Tomando en cuenta la nueva realidad donde la educación ha dado un gran giro volviéndose al menos en nuestro país, por el período de pandemia, casi totalmente remota, es fácil confundir el hecho de que se incrementó el número de horas conectado a internet con el de que el estudiante se está volviendo adicto al mismo, para esto Castañeda et al. (2018), con el fin de establecer claridad en el concepto, definen a la adicción al internet como el uso no controlado del internet por parte del individuo, afectando su vida personal así como de los miembros pertenecientes a su círculo social cercano.

Este término surge cuando la psicóloga Kimberly Young en 1996 realiza una publicación en donde describe cómo una ama de casa pasó de ignorar completamente el uso de internet, a pasar hasta 60 horas a la semana estando en línea a través del chat. Luego de adquirir su propio computador, la evaluada dejó de hacer sus actividades cotidianas, como el de realizar las actividades domésticas, también dejó de interactuar con los miembros de su familia y con otros, evitando salir a reuniones sociales que antes solía participar a causa del uso excesivo del internet (Matalinares et al., 2014). De esta manera la autora mostró sumo interés por el estudio relacionado a la adicción al internet, creando más adelante el Test de Adicción al Internet.

Habiéndose ya aclarado el origen de este término, lo desglosaremos para una mayor comprensión. Se define al internet como una herramienta de gran alcance que permite lograr la entrada a diversa información de índole mundial (Wilbaut y Tlatli, 2012), así mismo, el término adicción se definirá como la necesidad vehemente y la falta de autocontrol respecto al consumo de una sustancia que a largo plazo produciría efectos desfavorables a la salud (Cía, 2013). Tenidos los conceptos junto con sus definiciones nos queda claro que el internet no es una droga o sustancia que produzca efectos placenteros, podría de esta manera decirse que el término adecuado para hablar sobre el uso descontrolado de este medio debería tener otro nombre, sin embargo, La organización mundial de la salud OMS, en el 2004 manifestó que el término

adicción se refiere al placer y/o satisfacción que una persona experimenta al poder interactuar con un estímulo ya sea hacer alguna actividad o consumir una sustancia, dicha satisfacción se convierte en adicción cuando la necesidad a repetirla constantemente se vuelve dependencia. Apoyada en esta definición, es preciso aclarar que existe el término “adicción comportamental” que establece que no toda adicción está relacionada con sustancias químicas.

### **2.2.1. Adicciones comportamentales**

Son una serie de trastornos ubicados entre las adicciones y el trastorno obsesivo compulsivo, donde las personas muestran resistencia al momento que se les plantea dejar de realizar la conducta, así que no pueden detenerse respecto a la repetición de dicho actuar presentando altos niveles de ansiedad, los cuales se reducen si se le permite repetir nuevamente la conducta (Cascardo y Veiga, 2018).

Es preciso aclarar que si bien el Manual de diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales en su versión número cinco, aún no añade a la adicción al internet dentro de su haber pero, si se ha considerado a la adicción a los videojuegos como una adicción comportamental, además considerándose el incremento de personas que presentan esta adicción, la actualidad virtual y las consecuencias poco favorables que desencadenaría el pasarse por alto, se espera pueda añadirse dentro del presente manual, luego de evaluarse la incidencia de casos en la actualidad

### **2.2.2. Componentes de la adicción al internet**

La adicción al internet está muy vinculada al el uso patológico de la computadora, así que, según Matalinares et al. en el 2014, existe un determinante progreso cuando se manifiesta que la Asociación Americana de Psiquiatría considera pertinente su inclusión en la revisión

siguiente del DSM –V, según estos mismos autores, que una adicción comportamental compulsiva sea considerada como tal y tomando como base los criterios de dicho manual, deberá presentar componentes cuya explicación se relacionará con la adicción al internet:

- Uso excesivo: cuando el individuo se aparta de manera social y deja de hacer actividades de disfrute que solía realizar por el uso no controlado del internet, perdiendo la noción del tiempo.
- Tolerancia: Cuando el individuo presenta ansiedad por situaciones estresantes de su cotidianeidad, así como el de conectarse a internet, y frente a la imposibilidad de realizar dicho comportamiento, busca otros elementos que puedan satisfacerlo como la adquisición de un nuevo equipo, un nuevo programa, entre otras.
- Abstinencia o retirada: Cuando el individuo centra sus pensamientos en el uso de internet, interfiriendo en sus emociones y sentimientos. Al no poder conectarse, el individuo se sentirá irritado, enojado o depresivo, intentando volver a conectarse nuevamente para sentirse estable nuevamente.
- Consecuencias negativas: Cuando el individuo a consecuencia de estar conectado a internet desarrolla otras conductas tales como el faltar a la verdad, poca asistencia a acontecimientos sociales, desgano y poco interés de realizar actividades domésticas.

### **2.2.3. El adolescente adicto al internet**

Es necesario establecer que tal como lo dijo De la Serna en el 2017, las adicciones, en especial las comportamentales podrían aparecer en cualquier momento de nuestra existencia, sin embargo, donde suelen ser más notorias es en la etapa de la adolescencia.

Según la OMS en el 2019, la adolescencia va a ser aquel lapso de tiempo que atraviesa una persona entre los 10 y 19 años, producido después de la niñez y antes de la adultez, el cual,

al ser una etapa del desarrollo humano, la misma organización establece que es una etapa de grandes cambios haciendo énfasis en que constituye un periodo de tiempo con cierta exposición al peligro, siendo la sociedad sumamente influyente en los comportamientos del adolescente.

Se puede decir entonces que los adolescentes atraviesan una etapa en la que, su entorno social será importante ya sea en su toma de decisiones como en aspectos emocionales. Internet se ha vuelto actualmente el estímulo referente más importante en lo que respecta a lo social pudiendo conectar a un adolescente con otras personas alrededor del mundo, esto es apoyado por Smahel et al., quienes establecen que los adolescentes son más propensos a la adicción al internet para mantener y/o aumentar su círculo social (2012, citado en Rojas et al., 2018). Por ello será trascendental el poder enunciar los factores de riesgo en ciertos ámbitos.

Según estos mismos autores, los factores de riesgo se dividirán en 3 ámbitos:

- Individuales: El adolescente que presente exceso de timidez, poca valoración de sí mismo y opiniones negativas acerca de su imagen corporal podría estar mucho más predispuesto a volverse adicto al internet.
- Familiares: El vínculo emocional inseguro entre hijos adolescentes y padres, así como los constantes conflictos, podrían pronosticar una adicción al internet.
- Psicosociales: Se establece que mientras más apego tenga la sociedad con la tecnología y sea esta ya una característica de su cultura, más inclinado estará un adolescente a volverse adicto al internet.

Queda entonces por sentado que los adolescentes, fundamentalmente influenciados por su contexto y por la misma etapa maduracional en la que se encuentran, la cual incluye comportamientos impulsivos e interés por lo novedoso, vuelve a este un grupo con mayor vulnerabilidad a efectos negativos relacionados con el internet, donde investigaciones como las de Castellana et al. (2007), Echeburúa y De Corral (2010), Ruiz-Olivares et al. (2010), Viñas,

(2009), Widyanto y Griffiths (2006) coinciden en mencionar que el efecto que trae el uso inadecuado de internet genera un impacto en las conductas y aspectos psicológicos como constantes sentimientos de aislamiento y culpabilidad así como el poco control en sí mismo (citado en Fandiño, 2015).

### **2.3. Bases teóricas de la autorregulación del aprendizaje y adicción al internet**

El internet nos ha ofrecido innumerables herramientas de acceso a información, pero como dice García-Bullé, en el 2019, para que realmente se dé un aprendizaje en línea, el individuo necesitará ser autónomo, por lo que la autorregulación que el estudiante tenga de su propio aprendizaje será fundamental y considerado como un prerrequisito.

Conociendo entonces la importancia de la autorregulación en el aprendizaje en línea, se considera prudente mencionar a Peñalosa, quien refiere que hay que tener en cuenta ciertos criterios que sirvan de soporte para la autorregulación del aprendizaje en línea (2008, citado en Hernández, 2012).

- Preparar un ambiente eficaz para el aprendizaje.
- Diseño de instrucción para fomentar procesos cognitivos y metacognitivos.
- Utilización de la retroalimentación y metas instruccionales.
- Repetición de oportunidades de autoevaluación y monitoreo

Estos criterios nos ayudan a entender que, si bien pareciera una serie de pasos, es decir un proceso, habrá estrategias de autorregulación que podrán recibir cambios en ellas, dependerá entonces del contexto y del caso en particular.

Resulta de sumo interés, resaltar que si bien es un proceso que podríamos adoptar, debemos conocer nuestra realidad y adecuar estos procesos a nuestra particularidad, donde pueden existir dificultades de acceso a internet, complicaciones en el manejo del mismo, fácil

distracción y estímulos en abundancia que conecten una página con otra, encontrando otros tópicos en el camino.

Así pues, sabiendo que los datos y detalles de información que solemos querer están al alcance de un solo clic y que con muchos otros podremos abrir numerosas ventanas de información relacionadas o no al tema inicial, recurrimos nuevamente a resaltar la importancia de la autorregulación, ya que como dicen Pintrich y Zusho, el proceso de aprendizaje, así como su aprovechamiento académico, será más efectivo si los educandos pueden regular su aprendizaje, pese a los distractores. (2002, citado en Gravini et al., 2016). Así pues, son justamente aquellos estímulos relacionados probablemente con el entretenimiento y que resultan interesantes en los adolescentes, los que los atraen, ocasionando que prioricen esta actividad en vez del aprendizaje y hasta incluso pierdan la noción de cuánto tiempo se mantienen conectados en línea, haciendo uso de internet. Así mientras seguimos indagando encontramos investigaciones como las de Muñoz, Rivas y Agustín, que manifiestan los efectos negativos que podría generar el excesivo uso del internet a través de dispositivos tecnológicos, introduciendo en las mismas los términos de adicción y como el prohibir a los adolescentes este uso, podría generar en ellos conductas similares a los que atraviesan el síndrome de abstinencia (2005, citado en Sánchez-Carbonell et al., 2008).

Surge preocupación y sobre todo interés por estudiar la relación que pueda existir entre la autorregulación del aprendizaje y la adicción al internet, donde apoyándose de estos autores como de sus conclusiones se podrá ahondar más y por lo tanto crear respuestas y herramientas beneficiosas para los estudiantes.

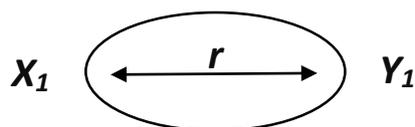
### III. MÉTODO

#### 3.1. Tipo de Investigación

La investigación es de tipo básica ya que su objetivo es incrementar la información y conocimientos en una zona de conocimiento específico (Gómez, 2013), así mismo, el enfoque de esta investigación recaerá en el cuantitativo ya que según Gómez (2013) este “confiará en la medición numérica, el conteo y en el uso de la estadística para el análisis de datos y comprobar hipótesis establecidas previamente”.

Finalmente, esta investigación de nivel relacional, presenta un diseño no experimental de tipo transversal y correlacional, el cual va a buscar describir relaciones tomando en cuenta conceptos o variables, mismas que se evaluarán en una oportunidad definida (Gómez, 2013).

El tipo de investigación considerado para este estudio resulta conveniente ya que se tratará de determinar la relación entre la autorregulación del aprendizaje y la adicción al internet. Se grafica el diseño a continuación basado en Hernández et al. (2014):



Donde:

$X_1$ : Variable 1 (Autorregulación del aprendizaje)

$Y_1$ : Variable 2 (Adicción al internet)

$r$ : Relación entre variables

#### 3.2. Ámbito temporal y espacial

La presente investigación tuvo su desarrollo desde noviembre del 2020 hasta del octubre del 2021, en una institución educativa PNP localizada en el distrito del Callao.

### **3.3. Variables**

#### **3.3.1. Autorregulación del aprendizaje**

##### **3.3.1.1. Definición conceptual**

Pintrich en el año 2000, lo define como un “proceso activo y construido mediante el cual el estudiante establecerá sus propios objetivos de aprendizaje, intentando supervisar o regular y controlar sus pensamientos, así como su motivación y comportamiento de acuerdo a sus objetivos iniciales” (citado en Hernández, 2012).

##### **3.3.1.2. Definición operacional**

Es referido al puntaje obtenido gracias a la aplicación de la adaptación del Cuestionario de autorregulación del aprendizaje de Torre (2006) realizada por Cabrera et al. en el 2019. El cuestionario presenta 20 ítems y agrupados en cuatro dimensiones, las cuales son: conciencia metacognitiva, control y verificación esfuerzo diario y procesamiento activo.

#### **3.3.2. Adicción al internet**

##### **3.3.2.1. Definición conceptual**

Young (1998) establece que la adicción al internet es “un trastorno caracterizado por una pauta de uso anómala, tiempos de conexión anormalmente alto, aislamiento del entorno y desatención a las obligaciones laborales, académicas y sociales” (citado en Fandiño, 2015).

##### **3.3.2.2. Definición operacional**

Es referido al puntaje obtenido a través de la aplicación de la adaptación del Test de Adicción al Internet de Young (1998) realizada por Matalinares et al. en el 2014, los cuales determinan que el test presenta 19 ítems y sus dimensiones son cuatro: uso excesivo, retirada o abstinencia, tolerancia y consecuencias negativas.

### 3.4. Población y muestra

La población estará conformada por 107 alumnos de quinto de secundaria de una institución educativa pública, de los cuales solo se evaluarán y se consideró como muestra a los alumnos que se mostraron predispuestos, respondieron conscientemente y estuvieron de acuerdo a través del asentimiento informado, cifra correspondiente a 96 estudiantes.

El muestreo será no probabilístico, de tipo intencionado. Alarcón (2013) se pronuncia acerca de este tipo de muestreo, como aquel donde “la muestra se integra con individuos que el investigador estima típicos o representativos de la población en que está interesado”.

El tipo de muestreo tal como dice su nombre resulta conveniente ya que la muestra se caracteriza por pertenecer a un único grado y a una única institución, resaltando además las circunstancias actuales de educación virtual.

En la Tabla 1 se muestra la frecuencia y porcentaje de la muestra respecto al género, evidenciándose que la mayoría pertenece al género femenino (51%), aunque dicha diferencia es mínima.

**Tabla 1**

*Frecuencia y Porcentaje de la muestra de acuerdo al sexo*

Sexo	Frecuencia	Porcentaje
Masculino	47	49%
Femenino	49	51%

En la Tabla 2 se muestra la frecuencia y porcentaje de la muestra de acuerdo a la sección educativa, evidenciándose que la sección “B” cuenta con mayor cantidad de alumnos (23 estudiantes) y la sección “D” cuenta con la menor cantidad de alumnos (12 estudiantes).

**Tabla 2**

*Frecuencia y Porcentaje de la muestra de acuerdo a la sección educativa*

Sexo	Frecuencia	Porcentaje
A	16	17%
B	23	22%
C	13	14%
D	12	13%
E	15	16%
F	17	18%

#### **3.4.1. Criterios de inclusión**

- Estudiantes de quinto de secundaria que se encuentren llevando clases virtuales.
- Estudiantes cuyas edades oscilen entre los 16 y 18 años
- Estudiantes que estén de acuerdo con el asentimiento informado

#### **3.4.2. Criterios de exclusión**

- Estudiantes de quinto de secundaria que no hayan llenado correctamente los formularios.
- Estudiantes inclusivos que presenten discapacidades cognitivas y/o dificultades comportamentales.

### **3.5. Instrumentos**

#### **3.5.1. Cuestionario sobre datos personales**

Este cuestionario fue realizado con el fin de poder obtener información en cuanto a lo sociodemográfico:

- Nombres completos: Para posteriores informes de la institución.
- Sexo de los estudiantes: Para la realización de análisis descriptivos.
- Fecha de nacimiento: Para constatar que el alumno posee más de 16 años pero que no exceda los 18.
- Grado de instrucción: Para constatar que el alumno se encuentra en quinto de secundaria.

#### **3.5.2. Cuestionario de Autorregulación del Aprendizaje**

La autorregulación del aprendizaje fue medida gracias al uso del Cuestionario de Autorregulación del Aprendizaje creado por Torre (2007). Este instrumento en su forma original cuenta con una validez de 0.882 y una confiabilidad de 0.86, presenta 20 ítems y su administración puede ser individual y colectiva.

Esta investigación usó la adaptación realizada por Cabrera et al. en el 2019. En esta adaptación se obtuvo una validez de 0.84 y una confiabilidad de 0.83 manteniendo los 20 ítems en la ya mencionada adaptación.

El cuestionario adaptado cuenta con cuatro factores: Conciencia metacognitiva activa (ítems: 3, 6, 7, 8, 13 y 20) control y verificación (ítems 1, 2, 4, 12, 14, 15 y 18), esfuerzo diario en la realización de tareas (5, 9, 10 y 11) y, procesamiento activo durante las clases (16, 17 y 19). Se debe añadir que las opciones de respuesta son de tipo Likert del 1 (Yo no soy así, nada que ver conmigo), 2 (Tiene poco que ver conmigo), 3 (Es verdad en mi caso la mitad de las veces), 4 (soy bastante así) y 5 (me refleja perfectamente).

Finalmente, la calificación se dará por baremos, teniendo posibles niveles de respuesta según el resultado, los cuales corresponden a: Bajo, Medio y Alto.

### **3.5.3. Test de adicción al internet**

La adicción al internet será medida gracias al uso del Test de adicción al internet creado por Young (1998). Este instrumento en su forma original cuenta con una validez de 0.62 y una confiabilidad de 0.92, presenta 20 ítems y su administración puede ser individual y colectiva.

Esta investigación usará la adaptación realizada por Matalinares et al. en el 2014. En esta adaptación se obtuvo una validez de 0.28 – 0.64 (dependerá de la región ya que esta adaptación se realizó a nivel nacional) y una confiabilidad de 0.87, en esta adaptación se eliminó un ítem, quedando 19 para su aplicación en nuestro país.

El test adaptado cuenta con cuatro componentes: Uso excesivo (Ítems: 2, 3, 4, 10), tolerancia (ítems: 8, 9, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19), retirada o abstinencia (ítems: 1 y 7) y, consecuencias negativas (ítems: 5 y 6). Se debe añadir que las opciones de respuesta son de tipo Likert del 0 (Nunca), 1 (Rara vez), 2 (Ocasionalmente), 3 (Con frecuencia), 4 (muy a menudo) y 5 (siempre).

Finalmente, la calificación se dará por baremos, teniendo posibles niveles de respuesta según el resultado, los cuales corresponden a: Muy alto, Alto, Medio, Bajo y Muy Bajo, puntajes que variaran de acuerdo al sexo.

De acuerdo a los análisis de validez y confiabilidad realizados en esta investigación acerca de los presentes instrumentos de evaluación, se detalla que se realizó el análisis de confiabilidad a través del coeficiente del Alfa de Cronbach. Así, para la variable adicción al internet se obtuvo el valor de .885 y para la variable autorregulación del aprendizaje se obtuvo

el valor de .918, demostrándose de esta manera, que, al poseer ambos altos valores, los mencionados instrumentos se consideran confiables.

Continuando con la validez de los instrumentos de evaluación se detalla que, la correlación ítem-test del total de elementos corregida de la variable adicción al internet superan el criterio propuesto por Kline (1995) donde  $r > 0.20$ , pudiendo afirmar que todos los ítems son relevantes para el presente estudio, convirtiendo al instrumento válido sin eliminar ningún ítem.

Así mismo, la correlación ítem-test del total de elementos corregida de la variable autorregulación del aprendizaje superan el criterio propuesto por Kline (1995) donde  $r > 0.20$ , pudiendo afirmar que todos los ítems son relevantes para el presente estudio, convirtiendo al instrumento válido sin eliminar ningún ítem.

### **3.6. Procedimientos**

Como primer paso, se contactó con la psicóloga de la institución para conversar acerca de que tan factible era realizar la investigación en dicho colegio. Seguidamente se pasó a brindar una carta de presentación, la solicitud formal dirigida al director y el link del formulario (que fue realizado a través de la plataforma Google Forms), para que puedan ver que no haya nada comprometedor en las preguntas. Se les envió estos documentos por correo electrónico al correo de la psicóloga encargada.

Más adelante, recibiendo la confirmación de los directivos, se pasó a enviarle las fichas técnicas de ambos instrumentos para que pueda hacerse mucho más formal la investigación.

Seguidamente se coordinó una fecha aproximada de aplicación que se llevaría a cabo en el mes de abril del 2021. Antes de la aplicación de los instrumentos en los participantes, se debe mencionar que, la explicación respectiva se realizó a través de la descripción realizada en el formulario virtual, contando con el apoyo del docente o tutor a cargo que permita un mayor entendimiento de la consigna referida.

### **3.7. Análisis de datos**

El procesamiento de los datos obtenidos se analizó usando el software SPSS versión 25, teniendo en cuenta los siguientes parámetros:

- Estadística descriptiva que pueda dar respuesta a ciertos objetivos específicos planteados en esta investigación.
- Se usó la prueba de Kolmogorov-Smirnof para determinar si los datos se ajustaban a la normalidad.
- La prueba “U” de Mann Withney fue usada en esta investigación para dar respuestas a ciertos objetivos e hipótesis específicas.
- Se usó el coeficiente de correlación de Spearman para determinar la validez y confiabilidad de los ítems pertenecientes a los instrumentos usados en esta investigación.
- Se hizo un análisis específico en el coeficiente de correlación de Spearman para corroborar la hipótesis general de la investigación.
- Los resultados fueron expuestos en tablas y figuras acompañadas de una breve descripción.

### **3.8. Consideraciones éticas**

Para seguir los procedimientos correctos, se realizaron algunas acciones que mantengan el carácter ético de la investigación:

- Se brindó una solicitud formal dirigido a la institución junto con la firma de la investigadora, donde se solicitaba realizar la investigación en la institución educativa.
- Se adjuntó una carta de presentación con algunos datos personales, junto con la experiencia obtenida.

- Se realizó un asentimiento informado para los estudiantes, declarándose que los datos que ellos brinden serán destinados únicamente con fines de la investigación, manteniéndose de esta manera la confidencialidad, además se mostraron los objetivos a alcanzar y los datos de la investigadora para cualquier consulta relacionada a la investigación.

#### IV. RESULTADOS

A continuación, se muestran los resultados obtenidos gracias al estadístico SPSS y al programa Excel versión 2016, habiendo tenido en cuenta los objetivos de la presente investigación.

En la Tabla 3 se muestran los resultados de la prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov, la cual fue elegida debido a que los sujetos pertenecientes a la presente investigación son más de 50. Con respecto a la significancia, se obtuvo .018 para la variable adicción al internet, así como .014 para la variable autorregulación del aprendizaje demostrándose de esta manera que al estar por debajo de .05, los datos en esta investigación no presentan una distribución normal.

**Tabla 3**

*Análisis de la prueba de Kolmogorov-Smirnov entre las variables adicción al internet y autorregulación del aprendizaje*

	Adicción al Internet	Autorregulación del Aprendizaje
<i>N</i>	96	96
Estadístico de Prueba	.100	.103
Sig. Asintótica (bilateral)	.018	.014

Habiendo tenido conocimiento de que la distribución de datos pertenecientes a esta investigación no es normal, se procedió a realizar la correlación de Spearman, mostrada en la Tabla 4, con el objetivo de relacionar las variables: adicción al internet y autorregulación del aprendizaje. Así, se obtuvo una significancia de .016 lo que indica que existe una relación en

ambas variables, pudiendo detallar gracias al coeficiente de correlación que dicha relación es negativa y de categoría baja ( $r = -.246$ ).

**Tabla 4**

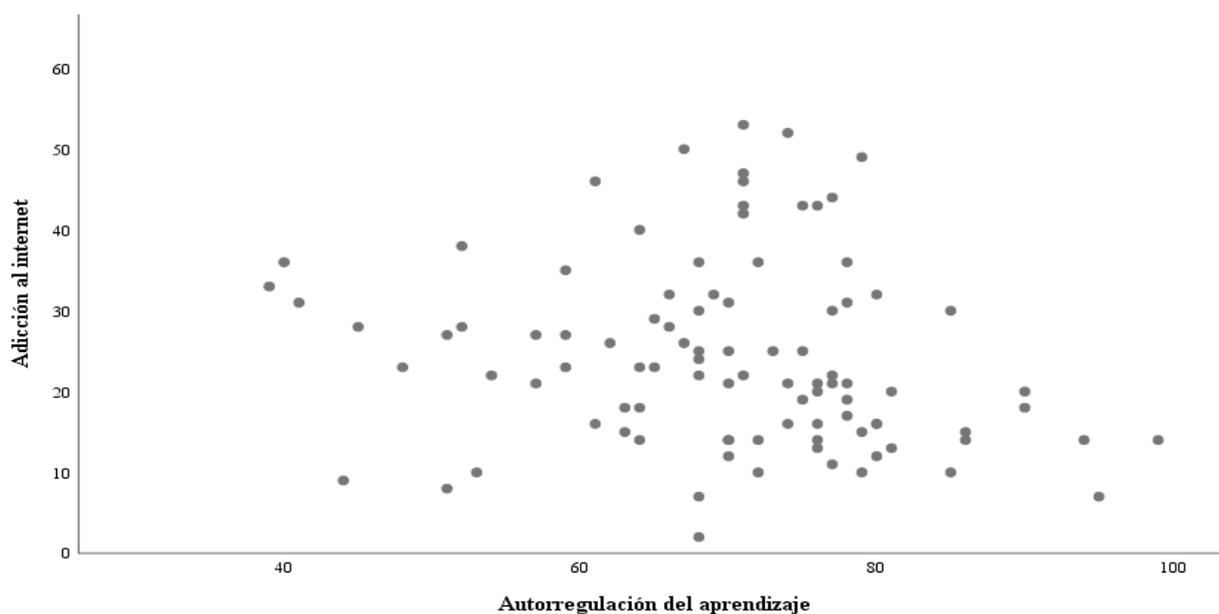
*Relación entre adicción al internet y autorregulación del aprendizaje*

		Autorregulación del aprendizaje
Adicción al internet	N	96
	Coefficiente de correlación	-.246
	Sig. Asintótica (bilateral)	.016

En la Figura 1 se muestra el diagrama de dispersión, donde se puede ver claramente que los puntos nos indican una relación negativa baja entre las variables, obtenida gracias a la Correlación de Spearman.

**Figura 1.**

*Diagrama de dispersión entre la adicción al internet y la autorregulación del aprendizaje*



Una vez analizada la correlación entre las variables adicción al internet y autorregulación del aprendizaje se procedió a realizar el respectivo análisis entre las dimensiones de las variables, se observa pues en la Tabla 5 el cruce de dimensiones entre las cuatro variables pertenecientes a adicción al internet (consecuencias negativas, retirada o abstinencia, tolerancia y uso excesivo) y autorregulación del aprendizaje (esfuerzo diario, procesamiento activo, control y verificación y conciencia metacognitiva), observando que existe relación entre dos de las dimensiones de adicción al internet: consecuencias negativas y retirada o abstinencia y; las cuatro dimensiones de autorregulación del aprendizaje: esfuerzo diario, procesamiento activo, control y verificación y conciencia metacognitiva. Es posible detallar que se observó una correlación negativa moderada entre las dimensiones consecuencias negativas y esfuerzo diario ( $r=-.501$ ), añadiendo también que se hallaron correlaciones bajas entre la dimensión de adicción al internet: consecuencias negativas y las otras tres dimensiones de autorregulación del aprendizaje: procesamiento activo ( $r=-.335$ ), control y verificación ( $r=-.37$ ) y conciencia metacognitiva ( $r=-.383$ ) y también la dimensión de adicción al internet y las cuatro dimensiones de autorregulación del aprendizaje: esfuerzo diario ( $r=-.357$ ), procesamiento activo ( $r=-.231$ ), control de verificación ( $r=-.236$ ) y conciencia metacognitiva ( $r=-.299$ ).

**Tabla 5**

*Relación entre las dimensiones de adicción al internet y las dimensiones de autorregulación del aprendizaje*

		Procesamiento Activo	Esfuerzo diario	Control y Verificación	Conciencia Metacognitiva
Consecuencias negativas	Coefficiente de correlación	-0.335	-0.501	-0.37	-0.383
	Sig. (bilateral)	0	0	0	0
Retirada o Abstinencia	Coefficiente de correlación	-0.231	-0.357	-0.236	-0.299
	Sig. (bilateral)	0.02	0	0.02	0
Tolerancia	Coefficiente de correlación	-0.06	-0.153	-0.1	-0.119
	Sig. (bilateral)	0.56	0.138	0.327	0.247
Uso excesivo	Coefficiente de correlación	0.048	-0.081	-0.021	-0.049
	Sig. (bilateral)	0.644	0.435	0.841	0.636

Con respecto a la variable adicción al internet, se observa en la Tabla 6, que la muestra de estudiantes de quinto de secundaria perteneciente a esta investigación obtuvo un 2,1% (dos estudiantes), en el nivel “Muy Alto”, un 12,5% (doce estudiantes) en el nivel “Alto”, un 62,5% (sesenta estudiantes) en el nivel “Medio”, un 21,9% (veintiún estudiantes) en el nivel “Bajo” y un 1,0% (un estudiante) en el nivel “Muy Bajo”. Se describe así, que el nivel con mayor predominancia en la muestra de esta investigación, corresponde al nivel “Medio” en lo que refiere a la adicción al internet.

**Tabla 6**

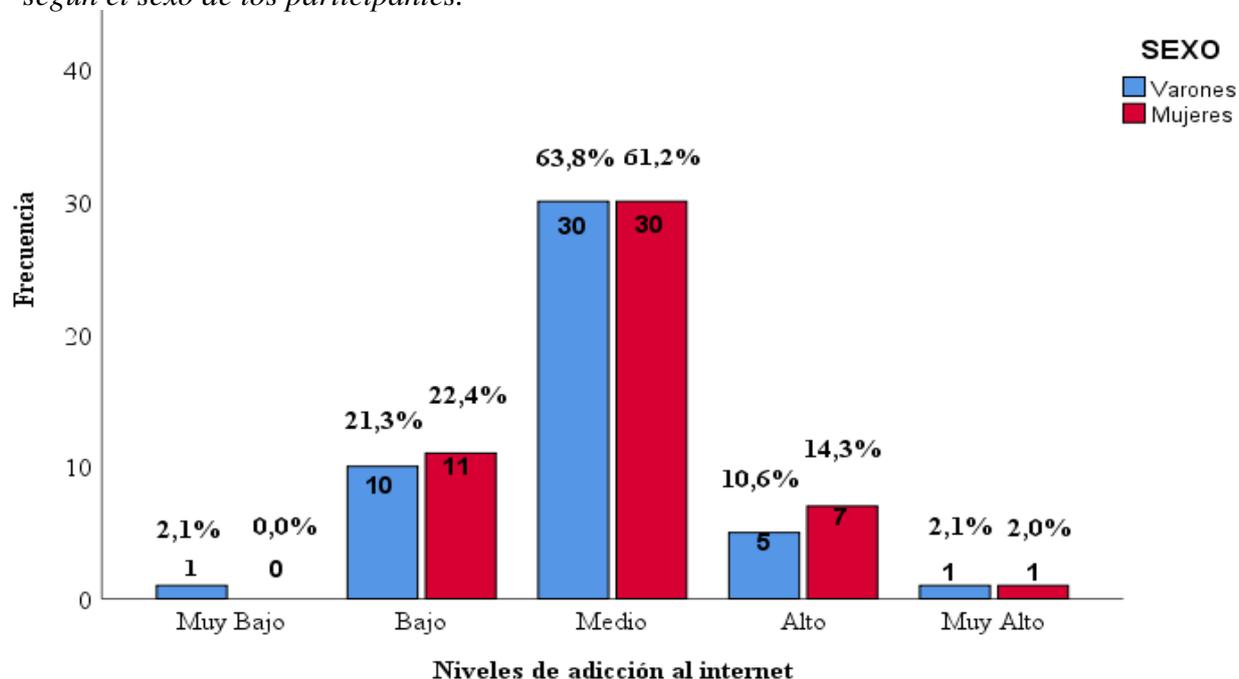
*Frecuencias y porcentajes de acuerdo a los niveles de adicción al internet de los participantes.*

Nivel	Adicción al internet	
	F	%
Muy Alto	2	2,1 %
Alto	12	12,5%
Medio	60	62,5%
Bajo	21	21,9%
Muy Bajo	1	1,0%

Tomando en cuenta los resultados generales se decidió realizar un análisis más profundo, intentando averiguar cuál es el nivel con mayor predominancia según el sexo de los participantes. De esta manera en la Figura 2 se muestran los porcentajes y frecuencias, en donde tanto hombres como mujeres presentan mayores puntajes en el nivel “Medio”, 63,8% correspondiente a varones (30 estudiantes) y 61,2% correspondiente a mujeres (30 estudiantes). Se observa, además que ninguna de las mujeres presenta un nivel “Muy Bajo” de adicción al internet y que solo dos estudiantes varones se encuentran en los niveles extremos, presentando uno un nivel “Muy bajo” con un 2,1% y el otro también con un 2,1% pero en el nivel “Muy Alto”.

**Figura 2.**

*Gráfico de barras de frecuencias y porcentajes de acuerdo a los niveles de adicción al internet según el sexo de los participantes.*



En la Tabla 7 se muestra la prueba de normalidad Kolmogorov – Smirnov de acuerdo al sexo de los participantes con el objetivo de averiguar el tipo de prueba estadística a usar para establecer las diferencias significativas. Luego de realizar la prueba K-S, se determinó que se usaría la prueba estadística no paramétrica U de Mann Whitney debido a que uno de los grupos (mujeres) no presentó datos normales ( $p < .05$ )

**Tabla 7**

*Análisis de la prueba de Kolmogorov-Smirnov según el sexo de los participantes relacionado a la variable adicción al internet*

	Sexo	Estadísticos	Gl	Sig.
Adicción al Internet	Varones	.114	47	.164
	Mujeres	.143	49	.014

En la Tabla 8 se puede observar que no existen diferencias significativas entre los estudiantes varones y mujeres pertenecientes a la investigación debido a que la significancia es mayor a .05. ( $\alpha = .904$ ). Además, el valor de la U de Mann Whitney corresponde a 1135,000.

**Tabla 8**

*Prueba U de Mann – Whitney aplicada de acuerdo al sexo de los participantes en relación a la variable adicción al internet*

	Sexo	Rangos Promedios	U de Mann-Whitney	Sig. asintótica (bilateral)
Adicción al Internet	Varones	48,85	1135,000	.904
	Mujeres	48,16		

De acuerdo a la variable autorregulación del aprendizaje, se observa en la Tabla 9, que la muestra de estudiantes de quinto de secundaria perteneciente a esta investigación obtuvo un 29,2% (28 estudiantes), en el nivel “Alto”, un 50,0% (48 estudiantes) en el nivel “Medio” y un 20,8% (20 estudiantes) en el nivel “Bajo”. Se describe así, que el nivel con mayor predominancia en la muestra de esta investigación, corresponde al nivel “Medio” en lo que refiere a la autorregulación del aprendizaje.

**Tabla 9**

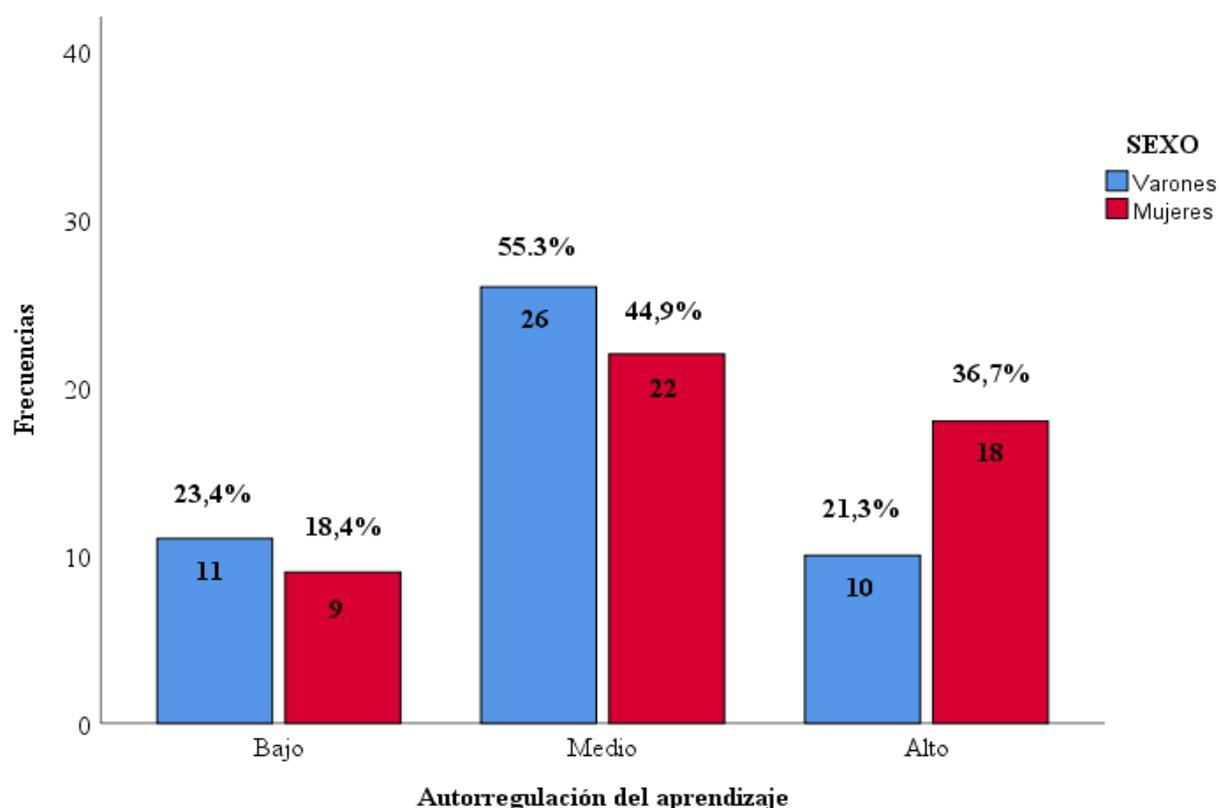
*Frecuencias y porcentajes de acuerdo a los niveles de autorregulación del aprendizaje de los participantes.*

Nivel	Autorregulación del aprendizaje	
	F	%
Alto	28	29,2 %
Medio	48	50,0%
Bajo	20	20,8%

Tomando en consideración los resultados mostrados se decidió realizar un análisis más profundo, intentando averiguar cuál es el nivel con mayor predominancia según el sexo de los participantes. De esta manera en la Figura 3 se muestran los porcentajes y frecuencias, en donde tanto hombres como mujeres presentan mayores puntajes en el nivel “Medio”, 55,3% correspondiente a varones (26 estudiantes) y 44,9% correspondiente a mujeres (22 estudiantes). Se observa, además que en el nivel “Bajo” los varones superan a las mujeres obteniendo un 23,4% frente al 18,4% de las mujeres. Sin embargo, en el nivel “Alto” son las mujeres quienes superan a los varones, obteniendo las primeras un 36,7% (18 estudiantes) y los segundo un 21,3% (10 estudiantes).

### Figura 3.

*Gráfico de barras de frecuencias y porcentajes de acuerdo a los niveles de autorregulación del aprendizaje según el sexo de los participantes.*



En la Tabla 10 se muestra la prueba de normalidad Kolmogorov – Smirnov de acuerdo al sexo de los participantes con el objetivo de averiguar el tipo de prueba estadística a usar para establecer las diferencias significativas. Luego de realizar la prueba K-S, se determinó que se usaría la prueba estadística no paramétrica U de Mann Whitney debido a que uno de los grupos (mujeres) no presentó datos normales ( $p < .05$ )

**Tabla 10**

*Análisis de la prueba de Kolmogorov-Smirnov según el sexo de los participantes relacionado a la variable autorregulación del aprendizaje*

	Sexo	Estadísticos	Gl	Sig.
Autorregulación del aprendizaje	Varones	.096	47	.200
	Mujeres	.142	49	.014

En la Tabla 11 se puede observar que no existen diferencias significativas entre los estudiantes varones y mujeres pertenecientes a la investigación debido a que la significancia es mayor a .05. ( $\alpha = .107$ ). Además, el valor de la U de Mann Whitney corresponde a 2059,500.

**Tabla 11**

*Prueba U de Mann – Whitney aplicada de acuerdo al sexo de los participantes en relación a la variable autorregulación del aprendizaje*

	Sexo	Rangos Promedios	U de Mann-Whitney	Sig. asintótica (bilateral)
Autorregulación del Aprendizaje	Varones	43,82	2059,500	.107
	Mujeres	52,99		

De acuerdo a los análisis de validez y confiabilidad realizados en esta investigación acerca de los presentes instrumentos de evaluación, se muestra la Tabla 12, donde se observa el análisis de confiabilidad a través del coeficiente del Alfa de Cronbach. Así, para la variable adicción al internet se obtuvo el valor de .885 y para la variable autorregulación del aprendizaje se obtuvo el valor de .918, demostrándose de esta manera, que, al poseer ambos altos valores, los mencionados instrumentos se consideran confiables.

**Tabla 12**

*Análisis de confiabilidad de los instrumentos de evaluación adicción al internet y autorregulación del aprendizaje*

Instrumentos	Alfa de Cronbach	Nº de elementos
Adicción al internet	.885	.19
Autorregulación del aprendizaje	.918	20

Continuando con la validez de los instrumentos de evaluación se muestra la Tabla 13, donde se observa que la correlación ítem-test del total de elementos corregida de la variable adicción al internet superan el criterio propuesto por Kline (1995) donde  $r > 0.20$ , pudiendo afirmar que todos los ítems son relevantes para el presente estudio, convirtiendo al instrumento válido sin eliminar ningún ítem.

**Tabla 13***Correlación de ítem-test del total de elementos corregida de la variable adicción al internet*

Items	Correlación total de elementos corregida
1	,651
2	,259
3	,263
4	,569
5	,461
6	,486
7	,569
8	,573
9	,528
10	,718
11	,436
12	,616
13	,558
14	,389
15	,522
16	,571
17	,536
18	,577
19	,510

Así mismo se muestra la Tabla 15, donde se observa que la correlación ítem-test del total de elementos corregida de la variable autorregulación del aprendizaje superan el criterio propuesto por Kline (1995) donde  $r > 0.20$ , pudiendo afirmar que todos los ítems son relevantes para el presente estudio, convirtiendo al instrumento válido sin eliminar ningún ítem.

**Tabla 14**

*Correlación de ítem-test del total de elementos corregida de la variable autorregulación del aprendizaje*

Ítems	Correlación total de elementos corregida
1	,622
2	,456
3	,617
4	,477
5	,623
6	,565
7	,454
8	,596
9	,506
10	,564
11	,725
12	,621
13	,528
14	,644
15	,550
16	,723
17	,607
18	,593
19	,615
20	,489

## V. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

Esta investigación tuvo como principal misión determinar la relación entre la adicción al internet y la autorregulación del aprendizaje en alumnos de quinto de secundaria de una institución educativa pública, obteniéndose como resultado la existencia de una relación negativa entre las variables, aunque con una magnitud categorizada como “baja”, rechazando de esta manera la hipótesis nula. De esta forma si bien existe relación entre ambas variables no tendría un fuerte impacto inverso en una variable si es que la otra es afectada.

Este resultado ha sido difícil de contrastar con otras investigaciones ya sea nacionales o internacionales, por el hecho de que la posible relación entre ambas variables, aún no ha sido muy estudiada. Esto es apoyado por López et al. en el 2020, donde nos establece en su estudio que, si bien no es demasiada la cifra de investigación respecto a la autorregulación del aprendizaje en una población adolescente, es en el continente europeo donde se concentra el mayor número de investigaciones relacionadas a esta variable y a dicha población, liderando España como país de mayor recurrencia de este estudio. Otro aspecto importante que nos comentan estos autores es que hay muy pocos estudios en Latinoamérica y que estos se centran en su mayoría en población universitaria.

Tomando en consideración lo anteriormente establecido, se creyó oportuno mencionar investigaciones que compartan ciertas características relevantes, tal es así que se menciona la investigación descriptivo correlacional realizada en el 2020 por Sánchez, la cual buscaba determinar la posible relación entre las variables resiliencia, adicción al internet y rendimiento escolar en 519 estudiantes de 14 a 18 años ubicados en Pucallpa, Perú. Los resultados arrojaron que, si bien no existió relación entre resiliencia y adicción al internet, así como tampoco la primera con el rendimiento escolar, se determinó que si existió relación negativa moderada entre la adicción al internet y rendimiento escolar ( $r = -.053 / p = .003$ ), donde los tamaños del

efecto fueron significativos. Se debe analizar entonces que la adicción al internet podría resultar perjudicial para los menores en la etapa adolescente, considerando además que, pese a que el estudio citado pertenece a otra región diferente al de la presente investigación, ambos comparten similitud en sus realidades por pertenecer a una misma nación, académicamente hablando. Ahora, considerándose que podría ser perjudicial para el estudiante en lo que su rendimiento académico respecta, sería un recurso más para pensar que el menor pudo haber tenido dificultades para regular su propio aprendizaje, ya que al hacer uso del internet sin ningún tipo de horario hace que el menor no encuentre tiempo para poder notar que aspectos ha logrado aprender, realizar planes para la mejora de aquellas áreas a reforzar e incluso para el análisis y retroalimentación de su propio proceso de aprendizaje.

Académicamente hemos mencionado que podría resultar perjudicial para el estudiante, sin embargo considerando que esta adicción puede perjudicar a una persona desde lo académico hasta lo intrapersonal, se menciona a Yanchaguano (2019) quien realizó una investigación cuyo objetivo era determinar la relación entre autoestima y adicción al internet en adolescentes pertenecientes al bachillerato, cuyas edades fluctuaban entre 11 a 18 años, aquí se menciona que los hallazgos apuntaron a una relación negativa baja entre ambas variables ( $p = .000 / r = -.281$ ), mencionando además que como aspectos en común, el 63,6% del total del omnímodo muestral se encontraba dentro del margen “normal”, donde al igual que nuestra investigación se encontraron niveles “medios”. Es preciso mencionar que, pese a que las investigaciones se realizaron en diferentes contextos, estas similitudes en hallazgos, podrían deberse a la aproximación etaria entre los participantes de cada investigación.

Analizando, así pues, los resultados a mayor profundidad, es oportuno mencionar los hallazgos en lo que respecta a las relaciones entre dimensiones de las variables estudiadas, siendo la primera la adicción al internet con sus dimensiones: consecuencias negativas, retirada o abstinencia, tolerancia y uso excesivo y la segunda correspondiente a la autorregulación del

aprendizaje, siendo sus dimensiones: esfuerzo diario, procesamiento activo, control y verificación y conciencia metacognitiva. Se determinó de esta forma, una correlación negativa moderada entre las dimensiones consecuencias negativas y esfuerzo diario ( $r=-.501$ ), añadiendo también que se hallaron correlaciones bajas entre la dimensión de adicción al internet ya mencionada y las otras tres dimensiones de autorregulación del aprendizaje: procesamiento activo ( $r=-.335$ ), control y verificación ( $r=-.37$ ) y conciencia metacognitiva ( $r=-.383$ ). Se hallaron también relaciones entre la dimensión abstinencia o retirada de adicción al internet y las cuatro dimensiones de autorregulación del aprendizaje: esfuerzo diario ( $r=-.357$ ), procesamiento activo ( $r=-.231$ ), control de verificación ( $r=-.236$ ) y conciencia metacognitiva ( $r=-.299$ ).

Tomando en cuenta los resultados más finos respecto a las dimensiones, se recuerda que se entiende a la dimensión consecuencias negativas como aquella relacionada a conductas que el menor puede presentar en relación al mentir, distanciarse socialmente, mostrar desinterés tanto en actividades placenteras como domésticas, así pues también es justo mencionar a la dimensión esfuerzo diario, ya que ambas dimensiones presentaron una correlación negativa moderada ( $r=-.501$ ), esta se enfoca en la capacidad del estudiante para motivarse intrínsecamente en lograr sus objetivos a pesar de las posibles dificultades que se presenten. Así pues, se decidió contrastar con otras investigaciones tales como las de Medina y Sánchez (2021) quienes decidieron de forma correlacional realizar un estudio con el fin de establecer una relación entre los riesgos sociales de internet y capacidad de resiliencia en 142 estudiantes de secundaria de una institución educativa de Hualmay, Lima. Se logró hallar que si existe dicha relación siendo esta de categoría buena ( $r = .632 / p = .000$ ), se menciona también que la variable resiliencia se relaciona significativamente con todas las dimensiones de los riesgos sociales de internet: adicción a las redes sociales ( $p = .000 / r = .406$ ), grooming ( $p = .000 / p = .835$ ) y cyberbullying ( $p = .000 / r = .524$ ). Esta investigación resalta que aquel indebido uso del internet

en especificidad de las redes sociales si podría afectar en la capacidad de resiliencia del alumno, siendo similar el resultado obtenido en nuestra investigación donde las consecuencias de un mal uso del mismo llevan a conductas inadecuadas para su aprendizaje y a su vez para sus objetivos y metas personales.

Se tomará en consideración la investigación realizada por Ortega en el 2020, la cual buscaba estudiar la relación entre el uso excesivo del Smartphone y la procrastinación académica. La muestra estuvo conformada por 200 estudiantes con edades entre 17 y 25 años, de una universidad privada de Lima Metropolitana. Se halló una correlación directa y baja entre el uso excesivo del Smartphone y la postergación de actividades ( $r = .238$ ). Asimismo, es importante resaltar que existe una correlación negativa y baja entre el uso excesivo del Smartphone con la autorregulación académica ( $r = -.171$ ). Es posible entonces analizar que el constante uso de cierto dispositivo tecnológico, haciendo a su vez uso de internet no solo demuestra que se relaciona con el poco esfuerzo diario académico, sino que a su vez en la propia autorregulación del estudiante para con su aprendizaje. Se cree pertinente mencionar que, si bien la muestra supera en edad a la de nuestro estudio, se lleva al análisis inferencial a que estos resultados se observaron aun siendo estudiantes universitarios a quienes se les consideraría como aquellos con posible mayor conciencia de su aprendizaje, madurez académica y mayor experiencia en lo que respecta a lo académico. Se podría esperar entonces, que los adolescentes tuvieran mayores dificultades en la autorregulación académica, así como en la propia regulación del tiempo usado en dispositivos tecnológicos, considerando su edad y los aspectos en posible desarrollo.

A pesar de la relevancia que implica estudiar la adicción al internet en estos tiempos, se resalta la opinión de Panadero (2017, citado en Covarrubias et al., 2019), quien menciona que al ser influyente en los procesos que implica el aprender y enseñar se convierte pues en uno de

los sectores de mayor interés de estudio en lo que respecta a la psicología educativa, siendo así la autorregulación del aprendizaje de sumo interés para los actuales investigadores.

Considerando la opinión de Panadero como algo que analizar en nuestra investigación se menciona que, en base a nuestros resultados, tanto hombres como mujeres presentaban mayores puntajes en el nivel “Medio” en lo que autorregulación del aprendizaje se refiere, 55,3% correspondiente a varones (26 estudiantes) y 44,9% correspondiente a mujeres (22 estudiantes). Es decir, el nivel que predominó en la muestra de esta investigación fue el de “Nivel Medio”. Los resultados difieren con lo hallado por Fernández et al. (2010) donde sus participantes mayoritariamente se encontraron en el nivel “Alto”, esto podría deberse a que se realizó en otro contexto (España) cuya investigación ha sido más profunda por tanto podrían haberse aplicado más talleres y programas que fomenten la autorregulación del aprendizaje, además de que estaríamos hablando de estudiantes universitarios, mismos cuya madurez está más consolidada a diferencia de estudiantes de secundaria.

Referente a la posible existencia de diferencias entre los participantes según género, se acepta la hipótesis nula ya que no se mostraron diferencias significativas, por consiguiente, ninguno de los géneros predomina en relación con autorregular su aprendizaje se refiere, esto es diferente a lo que nos muestran Arias et al., en el 2018, como resultados de su investigación la misma que buscaba establecer la relación entre autorregulación del aprendizaje y estilos de enseñanza en alumnos universitarios. Dicha investigación mostró que las mujeres obtuvieron puntajes mayores en la variable autorregulación del aprendizaje, específicamente puntajes muy altos en el área de Autonomía, determinando a diferencia de la presente investigación que son las mujeres quienes planifican sus actividades académicas con mayor eficiencia en lo que se refiere al uso de estrategias metacognitivas. Esto se podría deber a que la muestra varía en consideración a edades y grados suponiendo así que, habría mayor concientización del aprendizaje en aquellos estudiantes ya universitarios que aquellos que estén próximos al ingreso

de una casa universitaria, Respecto al género masculino y femenino se establece que ambos estudios difieren pese a encontrarse en un mismo contexto (realizadas en Perú), sin embargo asumimos que dichas diferencias son propias de la muestra más que propios del género mismo ya que según Pallarés en el 2011, existen diferencias de acuerdo al género basándonos en el aspecto cerebral, específicamente en el área estructural, resaltándose el cuerpo calloso y en la simetría de los hemisferios (presentando las mujeres mayor simetría) sin embargo no hay algún estudio que demuestre mayor coeficiente intelectual o mayor predisposición cerebral a lo que aprendizaje se refiera.

Tomando en referencia la variable adicción al internet se conoce que, ambos géneros exponen mayores puntajes en el nivel “Medio”, 63,8% correspondiente a varones (30 estudiantes) y 61,2% correspondiente a mujeres (30 estudiantes), probablemente a que todos los participantes asisten a la misma institución educativa. Estos resultados difieren en contraste con los resultados de la investigación realizada por Flores (2019) cuya investigación descriptiva realizada en Lima Metropolitana con adolescentes de 13 a 18 años, arrojó que la mayor parte de sus participantes se encontraban dentro del nivel “Muy Alto” (35%), considerando que el siguiente nivel obtenido fue también el de nivel “Alto” (33%). Esto podría deberse a que la muestra del último estudio fue escogida a las afueras de las cabinas de internet por lo tanto podría asumirse que los participantes (asistentes recurrentes de las cabinas) podrían brindar niveles altos, debido al constante uso de estos dispositivos.

Otra investigación relacionada a los presentes resultados es la perteneciente a Hilt (2013, citado en Conde, 2017) quien pese a estar su población ubicada en México, esta muestra pertenece al nivel secundario, concluyendo que los estudiantes que tienen dificultades al momento de controlar el uso al internet o presentar adicción a él con fines de ocio, puede su aprendizaje presentar consecuencias negativas reflejadas en su rendimiento académico, así mismo concluye que aquellos que presentan un uso adecuado con fines académicos suelen verse

beneficiados por las bondades del internet. Evidentemente este resultado refleja la importancia de los frutos de esta investigación ya que incluso en un ambiente diferente y con variables relacionadas a las pertenecientes a este estudio, se reconoce lo perjudicial que podría resultar la adicción al internet en relación al aprendizaje. Lo último dicho es apoyado por Espinar y López quienes en el 2009 manifestaron que existen riesgos importantes en las plataformas tales como contenidos poco favorables para su edad, riesgos de estafas u otros aspectos que tengan que ver con datos personales tanto económicos como de índole privada y la gran cantidad de espacios donde se mantiene conversación con personas que no frecuentan en nuestro entorno, cayendo en diversos peligros para el menor como para con su familia (citado en Vicente et al., 2020).

Con respecto a si existían o no diferencias significativas entre los participantes según género en lo que concierne a la variable adicción al internet, se acepta la hipótesis nula en nuestra investigación, debido a que no hubo diferencias significativas en ambos grupos. Para poder comparar estos resultados, se tomará nuevamente de recurso la investigación de Yanchaguano en el 2019, nos dice que no se encontraron diferencias significativas referente a esta variable, obteniéndose cifras similares entre ambos sexos. Esta coincidencia en resultado podría deberse a que ambas investigaciones comparten el hecho de que sus muestras pertenecen únicamente a una institución, por lo tanto, podría decirse que presentan características similares respecto al uso del internet, dependiendo del contexto al que pertenecen. Carrillo (2018) cuya muestra también pertenecía a una única institución y cuyo objetivo era hallar la relación entre adicción al internet y agresividad en estudiantes del nivel secundario. Es interesante mencionar esta investigación ya que la muestra coincide en varios aspectos con la de esta investigación (edades, contexto, escolaridad) y donde incluso coinciden en resultados, ya que no hay diferencias significativas entre los participantes según sexo y también esta muestra tanto hombres como mujeres presentaron como nivel mayoritario el de “medio”.

Se puede decir entonces que pese a que no existe gran cantidad de estudios que hayan tomado en cuenta las mismas características de esta investigación, es propio decir que existen datos relevantes que nos invitan a poder seguir haciéndonos cuestionamientos relacionados a estas variables, debido a su importancia de estudio tomando en consideración la actual coyuntura.

Así como se motiva la continuidad de la investigación de estas variables, se cree también importante el hecho de tomar en cuenta las limitaciones presentadas en la siguiente investigación, para que puedan ser tomadas en cuenta en las próximas investigaciones, así pues una de las limitaciones identificadas fue la no presencialidad de las clases, hicieron imposible llegar a la totalidad de los alumnos, debido a que al no conocer a la investigadora, no se había establecido un nivel de confianza aceptable que permita el llenado de instrumentos como respuesta a esta interacción, los alumnos que no respondieron los formularios, expresaron su negatividad porque no había motivos importantes para realizarlos. Como otra limitación se menciona que como la investigación se llevó a cabo en los últimos meses del año y la muestra correspondía a los alumnos de quinto de secundaria, muchas instituciones se mostraron un poco desanimadas porque en caso aceptaran acceder a ser partícipes de la investigación, solían declinar porque los resultados no se hallarían de manera inmediata. Finalmente, como última limitación se menciona la escasez de antecedentes con respecto a la relación entre las presentes variables, a pesar de ser variables con suma relevancia, los investigadores continúan inclinándose por replicar investigaciones en otros contextos que, si bien siguen resultando aportes importantes, es importante también mencionar que los contextos cambian y que nuevas preguntas aparecen para ser respondidas. Entonces, al ser esta una investigación que resulta novedosa, se espera que pueda aportar en los nuevos campos de investigación, así como el comprender que al existir relación entre las variables y que a pesar de ser baja no es producto del azar, los maestros y padres de familia consideren la importancia de inculcar la capacidad en

el menor de poder autorregular su aprendizaje, y de poder manejar responsablemente el uso que se le da al internet y a sus plataformas; así los agentes educativos podrán obtener mayor provecho de cada variable, así como la capacidad de otros investigadores de realizarse nuevas preguntas que subyacen de esta. Finalmente, estos resultados pretenden ayudar a responder las interrogantes que surgen a medida que la sociedad avanza, donde la educación se moderniza de la mano con la tecnología y el alumno aprende y regula su propio aprendizaje de la mano del internet.

## VI. CONCLUSIONES

- Existe una correlación ( $p = .016$ ) negativa baja ( $r = -.246$ ) entre las variables autorregulación del aprendizaje y adicción al internet en estudiantes de quinto de secundaria de una institución educativa pública.
- Existe relación entre las diversas dimensiones de autorregulación del aprendizaje y las dimensiones de adicción al internet, en específico se evidenció una correlación negativa moderada ( $r = -.501$ ) entre las dimensiones esfuerzo diario (dimensión de autorregulación del aprendizaje) y consecuencias negativas (dimensión de adicción al internet). Se evidenciaron correlaciones bajas entre la dimensión de adicción al internet llamada: consecuencias negativas y las otras tres dimensiones de autorregulación del aprendizaje: procesamiento activo ( $r = -.335$ ), conciencia metacognitiva ( $r = -.383$ ) y control y verificación ( $r = -.37$ ). Se determinaron también relaciones entre la dimensión abstinencia o retirada de adicción al internet y las cuatro dimensiones de autorregulación del aprendizaje: esfuerzo diario ( $r = -.357$ ), conciencia metacognitiva ( $r = -.299$ ), control y verificación ( $r = -.236$ ) y procesamiento activo ( $r = -.231$ ).
- No existen diferencias en los índices de adicción al internet según el sexo de los estudiantes de quinto de secundaria de una institución educativa pública ( $p = .904$ )
- No existen diferencias en los índices de autorregulación del aprendizaje según el sexo de los estudiantes de quinto de secundaria de una institución educativa pública ( $p = .107$ )
- Los ítems de los instrumentos utilizados, tanto en la variable adicción al internet ( $\alpha = .885$ ) y autorregulación del aprendizaje ( $\alpha = .918$ ) en el presente estudio cuentan con adecuados índices de confiabilidad.
- Los ítems de los instrumentos utilizados, tanto en la variable adicción al internet y autorregulación del aprendizaje en el presente estudio cuentan con adecuados índices de validez, ya que cada uno de sus ítems se encuentran por encima del valor permitido ( $r > .20$ ).

## VII. RECOMENDACIONES:

- Realizar una mayor investigación respecto a otras posibles variables que perjudiquen el aprendizaje o la autorregulación del mismo, tomando en cuenta la relación baja encontrada en la presente investigación, sería recomendable hallar variables que pudiesen afectar con mayor significancia ya sea en la variable mencionada o en la otra investigada en el presente estudio.
- Replicar la investigación en el futuro con el fin de contrastar los presentes resultados obtenidos en época de pandemia con resultados post - pandemia provocado por la COVID -19.
- Realizar investigaciones aproximadas a la variable adicción al internet, como por ejemplo uso desmedido del celular o de las redes sociales entre otras, que pudiesen estar relacionadas al aprendizaje del menor, recomendando esto con el objetivo de demostrar lo perjudicial que podría resultar el uso desmedido en la adquisición significativa de conocimientos.
- Realizar programas psicoeducativos cuyo objetivo sea el de fomentar el conocimiento por parte de los estudiantes acerca de la autorregulación del aprendizaje.
- Realizar charlas y talleres para padres con el objetivo de fomentar la importancia del uso adecuado del internet.
- Realizar talleres que concienticen al alumnado sobre el uso adecuado del internet, así como el manejo de horas y la calidad del uso.
- Realizar programas de capacitación hacia los docentes, donde la autorregulación del aprendizaje sea aplicada como parte de su metodología.
- Realizar más instrumentos de medición en ambas variables donde la población sea adolescente para un mayor aporte futuro.
-

## VIII. REFERENCIAS

- Alarcón, R. (2013). *Métodos y Diseños de Investigación del Comportamiento*, 246. Universitaria.
- Albán, D. (2019). *La autorregulación y su relación con el cyberbullying en adolescentes de bachillerato* [Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. Repositorio PUSE. <https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/2921/1/77087.pdf>
- Aponte, D. (2017). *Adicción a internet y su relación con factores familiares en adolescentes de 15 a 19 años en la ciudad de Loja* [Tesis de especialización, Universidad Nacional de Loja]. Repositorio digital de la Universidad Nacional de Loja. <https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/18327/1/Tesis%20Deyvar%20Aponte%20Biblioteca.pdf>
- Arias, W., Galdos, D. y Ceballos, K. (2018). Estilos de enseñanza y autorregulación del aprendizaje en estudiantes de educación de la Universidad Católica San Pablo. *Revista de estilos de aprendizaje*, 11(21), 85 – 109. <https://doi.org/10.55777/rea.v11i21.1090>
- Bastidas, L. (2020). *Adicción al Internet e Inteligencia Emocional en Adolescentes: Unidad Educativa Juan Pablo II* [Tesis de licenciatura, Universidad Central del Ecuador]. Repositorio Digital de la Universidad Central del Ecuador. <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/20850/1/T-UCE-0007-CPS-248.pdf>
- Berridi, R. y Martínez, J. (2017). Estrategias de autorregulación en contextos virtuales de aprendizaje. *Scielo*, 39(156), 89 – 102. [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0185-26982017000200089](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-26982017000200089)
- Cabrera, I., Hurtado, A. y Marcelo, Y. (2019). *Autorregulación del aprendizaje y rendimiento académico en estudiantes de quinto año de secundaria de Instituciones Educativas Públicas de Surco* [Tesis de maestría, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio digital de la PUCP. [https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/15827/Cabrera%20Orosco\\_Hurtado%20Carrasco\\_Marcelo%20Botetano1.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/15827/Cabrera%20Orosco_Hurtado%20Carrasco_Marcelo%20Botetano1.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

- Caraballo, C. (2019). *Autorregulación del Aprendizaje en alumnos que transitan la Educación Secundaria* [Tesis de licenciatura, Universidad Abierta Interamericana]. Repositorio digital de la UAI. <http://repositorio.uai.edu.ar:8080/bitstream/123456789/983/1/00480227%20-%20%20Caraballo%2c%20Camila%20Rocio>
- Carbonero, M., Román, J., Martín, L., Reoyo, N., y Labajo, F. (2010). Aprendizaje autorregulado e implicación familiar en alumnos de la ESO. *INFAD Revista de Psicología*, 3(1), 343 – 352. <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349832326036.pdf>
- Carillo, K. (2018). *Adicción al Internet y Agresividad en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa pública de Los Olivos, 2018* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad Cesar Vallejo. [http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/25474/Carrillo\\_BKL.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/25474/Carrillo_BKL.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Cascardo, E. y Veiga, M. C. (2018). *TECNO ADICTOS Los peligros de la vida online. s.p.* Penguin Random House Grupo Editorial Argentina. [https://books.google.com.pe/books?id=PxdbDwAAQBAJ&hl=es&source=gbs\\_navlinks\\_s](https://books.google.com.pe/books?id=PxdbDwAAQBAJ&hl=es&source=gbs_navlinks_s)
- Castañeda, A., Castañeda, K. y Castañeda G. M. (2018). “Efecto de la red social Facebook” en estudiantes universitarios. *El caso de una universidad privada en Los Altos de Jalisco, Mexico* [Tesis de licenciatura, Universidad de Guadalajara]. Repositorio UDG Virtual. [https://books.google.com.pe/books?id=8iVTDwAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.pe/books?id=8iVTDwAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false)
- Castro, S. y Mahamud, K. (2017). Procrastinación académica y adicción a internet en estudiantes universitarios de lima metropolitana. *UNIFÉ*, 25(2), 189 – 197. [https://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2017\\_2/PROCRASTINACION%3%93N.pdf](https://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2017_2/PROCRASTINACION%3%93N.pdf)
- Chaves, E. y Rodriguez, L. (2017). Aprendizaje autorregulado en la teoría sociocognitiva: Marco conceptual y posibles líneas de investigación. *Revista Ensayos Pedagógicos*, 12(2), 47 – 71. [https://www.researchgate.net/publication/321968144\\_Aprendizaje\\_autorregulado\\_en\\_la\\_teor%C3%93a\\_sociocognitiva\\_Marco\\_conceptual\\_y\\_posibles\\_l%C3%93neas\\_de\\_investigaci%C3%93n](https://www.researchgate.net/publication/321968144_Aprendizaje_autorregulado_en_la_teor%C3%93a_sociocognitiva_Marco_conceptual_y_posibles_l%C3%93neas_de_investigaci%C3%93n)

- Cía, A. (2013). Las adicciones no relacionadas a sustancias (DSM-5, APA, 2013): un primer paso hacia la inclusión de las Adicciones Conductuales en las clasificaciones categoriales vigentes. *Revista de Neuro – Psiquiatría*, 76(4), 210 – 217. <https://www.redalyc.org/pdf/3720/372036946004.pdf>
- Colmenares, M. (2015). *Relación entre la autorregulación y el uso de las redes sociales en los educandos de tercero básico del colegio sagrada familia* [Tesis de licenciatura, Universidad Rafael Landívar]. Repositorio de la Universidad Rafael Landívar <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2015/05/24/Colmenares-Maria.pdf>
- Concejo Distrital de San Martín de Porres. (2012, 22 de marzo). Acuerdo 14. *Por el cual se dictan los acuerdos que aprueban el Plan de Desarrollo Concertado del Distrito de San Martín de Porres al 2021*. <https://busquedas.elperuano.pe/normaslegales/aprueban-plan-de-desarrollo-concertado-del-distrito-de-san-m-acuerdo-n-014-2012-mdsmp-776366-1/>
- Conde, O. (2017). *La adicción a internet y el rendimiento académico en los estudiantes del nivel secundario* [Tesis de maestría, Universidad de Montemorelos]. Repositorio de la Universidad de Montemorelos DSpace. <http://dspace.biblioteca.um.edu.mx/xmlui/bitstream/handle/20.500.11972/233/Tesis%20%20de%20Orlando%20Conde%20Lemoine.pdf?sequence=1>
- Covarrubias, C., Acosta, H. y Mendoza, M. (2019). Relación de Autorregulación del Aprendizaje y Autoeficacia General con las Metas Académicas de Estudiantes Universitarios. *Revista Formación Universitaria*, 12(6), 103 – 114. [https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0718-50062019000600103](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-50062019000600103)
- De la Serna, J. M. (2017). *Ciberadicción: Cuando la adicción se consume a través de internet, s.p.* Tektime [https://books.google.com.pe/books?id=DDJEDwAAQBAJ&dq=Adiccion+al+internet+es&source=gbs\\_navlinks\\_s](https://books.google.com.pe/books?id=DDJEDwAAQBAJ&dq=Adiccion+al+internet+es&source=gbs_navlinks_s)
- Fandiño, J. (2015). Adicción a Internet: Fundamentos teóricos y conceptuales. *Revista Psicología Científica*, 17(2). <http://www.psicologiacientifica.com/adiccion-internet-fundamentos-teoricos-conceptuales>
- Fandiño, J. (2019). *Los estudiantes y el uso problemático de internet*. ResearchGate. [https://www.researchgate.net/publication/332447325\\_Los\\_Estudiantes\\_y\\_el\\_Uso\\_Probl](https://www.researchgate.net/publication/332447325_Los_Estudiantes_y_el_Uso_Probl)

ematico\_de\_Internet?channel=doi&linkId=5cb60941299bf120976aa46a&showFulltext=true

- Fernández, E., Cerezo, R., Nuñez, J., Bernardo, A., Rodríguez, C., González, P., González, A. y Bernardo, I. (2010). Autorregulación del aprendizaje en estudiantes universitarios. *INFAD Revista de Psicología*, 3(1), 219 – 225. <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349832326023.pdf>
- Flores, N. (2019). *Adicción al Internet en adolescentes de 13 a 18 años de Lima Metropolitana* [Tesis de licenciatura, Universidad Inca Garcilaso de la Vega]. Repositorio Institucional de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega. [http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/4513/TRABSUFICIENCIA\\_FLORES\\_NICOLE.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/4513/TRABSUFICIENCIA_FLORES_NICOLE.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- García-Bullé, S. (2019, 10 de julio). *La adicción a la información y su impacto en el aprendizaje*. Observatorio del Instituto para el Futuro de la Educación. <https://observatorio.tec.mx/edu-news/adiccion-a-la-informacion>
- Gestión. (2020, 24 de marzo). Minedu anuncia supervisión a programas de educación virtual de los colegios privados. *Gestión*. <https://gestion.pe/peru/minedu-anuncia-que-supervisara-programas-de-educacion-virtual-que-inicien-los-colegios-privados-noticia/?ref=gesr>
- Gómez, M. (2013). *Introducción a la metodología de la investigación científica*, 17 – 110. Editorial Brujas
- González, A. (2003). Los paradigmas de investigación en las ciencias sociales. *ISLAS*, 45(138), 125 – 135. <https://biblioteca.uenicmlk.edu.ni/public/pdf/08.%20Los%20paradigmas%20de%20investigaci%C3%B3n%20en%20las%20ciencias%20sociales%20Autor%20Alfredo%20Gonz%C3%A1lez%20Morales%20%281%29.pdf>
- Gravini-Donado, M., Ortiz-Padilla, M. E. y Campo-Ternerera, L. (2016). Autorregulación para el aprendizaje en estudiantes universitarios. *Revista Educación y Humanismo*, 18(31), 326-342. <http://dx.doi.org/10.17081/eduhum.18.31>
- Hernández, C. (2012). *Autorregulación del aprendizaje en una materia en línea. Estudio de caso* [Tesis de maestría, Universidad Pedagógica Nacional]. Repositorio Institucional de

- la Universidad Pedagógica Nacional  
<http://bgtq.ajusco.upn.mx:8080/jspui/bitstream/123456789/415/1/28945.pdf>
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación*. 126 -128. McGraw – Hill Education.  
[https://www.academia.edu/38885436/Hern%C3%A1ndez\\_Fern%C3%A1ndez\\_y\\_Baptista\\_2014\\_Metodolog%C3%ADa\\_de\\_la\\_Investigaci%C3%B3n](https://www.academia.edu/38885436/Hern%C3%A1ndez_Fern%C3%A1ndez_y_Baptista_2014_Metodolog%C3%ADa_de_la_Investigaci%C3%B3n)
- Herrera, M., Pacheco, M., Palomar, J. y Zavala, D. (2010). La Adicción a Facebook relacionada con la baja autoestima, la depresión y la falta de habilidades sociales. *Psicología Iberoamericana*, 18(1), 6 – 18. <https://www.redalyc.org/pdf/1339/133915936002.pdf>
- Huacho, F. (2019). *Intervenciones educativas con estrategias didácticas bajo el enfoque socio cognitivo para mejorar el aprendizaje en el área de Comunicación en los estudiantes del cuarto grado de la institución educativa primaria N°65230 del caserío Nueva Mériba de Curimaná – Ucayali, 2018* [Tesis de maestría, Universidad Católica Los Ángeles Chimbote]. Repositorio ULADECH  
[https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/12001/INTERVENCIONES\\_EDUCATIVAS\\_HUACHO\\_SUSANIVAR\\_FILOMENO\\_GITLER.pdf?sequence=4&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/12001/INTERVENCIONES_EDUCATIVAS_HUACHO_SUSANIVAR_FILOMENO_GITLER.pdf?sequence=4&isAllowed=y)
- Instituto Nacional de Estadística e Informática (2019). *Compendio estadístico de la provincia constitucional del Callao*. (edición anual).  
[https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones\\_digitales/Est/Lib1696/libro.pdf](https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1696/libro.pdf)
- Kairos, P. (2015, 03 de abril). La autorregulación, éxito del autoaprendizaje. *Competencias de Tutoría*. <http://competencias2tutoria.blogspot.com/2015/04/la-autoregulacion-exito-del.html>
- Kerlinger, F. y Lee, H. (2002). *Investigación del comportamiento*, 14. McGraw – Hill Interamericana de Chile.
- Kline, P. (1995). *A handbook of test construction*. Routledge.  
<https://www.taylorfrancis.com/books/mono/10.4324/9781315695990/handbook-test-construction-psychology-revivals-paul-kline>
- Llanos, L., Goytia, M. y Ramos, A. (2004). *Enfoques metodológicos críticos e investigación en ciencias sociales*, 82. Plaza y Valdés.

<https://books.google.com.pe/books?id=XGEX5bA2o0AC&pg=PA82&dq=Enfoques&hl=es-419&sa=X&ved=2ahUKEwiS88Wk-JTtAhX-GrkGHbgJDisQ6AEwAHoECAMQA#v=onepage&q=Enfoques&f=false>

- López, Y., Sáez, F., Arias, N. y Díaz, A. (2020). Revisión sistemática sobre instrumentos de autorregulación del aprendizaje en estudiantes de educación secundaria. *Scielo*, 31(4), 85 – 98. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/infotec/v31n4/0718-0764-infotec-31-04-85.pdf>
- Madariaga, J. y Molero, B. (2000). La construcción sociocognitiva del conocimiento. *Revista de Psicodidáctica*, 1(9), 48 – 58. <https://www.redalyc.org/pdf/175/17500904.pdf>
- Machaca, A. (2017). *Grado de relación que existe entre la ciberadicción y el nivel de aprendizaje en el área de Comunicación en los estudiantes de la institución educativa secundaria “Industrial 32 de Puno” durante el año escolar 2016* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional del Altiplano]. Repositorio Institucional de la Universidad del Altiplano <https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/3276262>
- Martinez, J. (2020). *Adicción a las redes sociales – internet y conductas disociales en adolescentes del distrito de Comas, 2020* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo] Repositorio de la Universidad César Vallejo [http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/47735/Martinez\\_CJC-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/47735/Martinez_CJC-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Matalinares, M., Raymundo, O. y Baca, D. (2014). Propiedades Psicométricas del Test de Adicción al Internet. *Revista Peruana de Psicología y Trabajo Social*, 4(2), 45 – 66. <http://revistas.uigv.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/71/79>
- Medina, J. y Sánchez, M. (2021). *Riesgos sociales de Internet y capacidad de Resiliencia en estudiantes de la Institución Educativa Julio C. Tello de Hualmay* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión]. Repositorio UNJFSC <https://repositorio.unjfsc.edu.pe/handle/20.500.14067/6287>
- Mejía, J. (2014). *La autorregulación del alumno – tutor en el plan élite del departamento de arquitectura, año 2013 y primer ciclo 2014* [Tesis de especialización, Universidad Rafael Landívar]. Biblioteca Landivariana <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2014/05/83/Mejia-Juan.pdf>

- Milla, I. y Rojas, J. (2018). *Relación entre ciberadicción y el rendimiento académico de los estudiantes del segundo año de educación secundaria en el colegio Trilce, sede Los Olivos* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle]. Repositorio UNE  
<https://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14039/1920/TESIS%20%20%20Relacion%20entre%20ciberadiccio%20y%20el%20rendimiento%20academico%20de%20los%20estudiantes%20del%20segundo%20a%C3%B1o%20de%20educacion%20s%20ecundaria%20en%20el%20colegio%20Trilce%20C%20sede%20Los%20Olivos.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Muchuit, A., Zapata, R., Comba A., Mari, M., Torres, N., Pellizardi, J., y Segovia, A. (2018). Neurodidáctica y autorregulación del aprendizaje, un camino de la teoría a la práctica. *Dialnet*, 78(1), 205 – 219.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6711421#:~:text=La%20autorregulaci%C3%B3n%20del%20aprendizaje%20apunta,la%20vida%20en%20las%20diferentes>
- Municipalidad Provincial del Callao (2020). *Plan de acción provincial de seguridad ciudadana de la Municipalidad Provincial del Callao*. <https://www.municallao.gob.pe/portal-anterior/pdf/2020/ALCALDIA/plan-accion-sc.pdf>
- Muñoz, N. y Ramírez, S. (2016). Adicción a las redes sociales y personalidad, en adolescentes. *PsicoEducativa: reflexiones y propuestas*, 2(4), 46 – 52.  
<https://psicoeducativa.edusol.info/index.php/rpsicoedu/article/view/32/110>
- Norabuena, R. (2011). *Relación entre el aprendizaje autorregulado y rendimiento académico en estudiantes de enfermería y obstetricia de la Universidad Nacional "Santiago Antúnez de Mayolo"* [Tesis de maestría, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio Institucional San Marcos  
[https://sisbib.unmsm.edu.pe/bibVirtualData/Tesis%20para%20marcaci%C3%B3n%20\(para%20Inform%C3%A1tica\)/2011/norabuena\\_pr/norabuena\\_pr.pdf](https://sisbib.unmsm.edu.pe/bibVirtualData/Tesis%20para%20marcaci%C3%B3n%20(para%20Inform%C3%A1tica)/2011/norabuena_pr/norabuena_pr.pdf)
- Organización Mundial de la salud (2004). *La dependencia de sustancias es tratable, sostiene un informe de expertos en neurociencias*. Organización Mundial de la Salud.  
<https://apps.who.int/iris/handle/10665/42865>
- Organización Mundial de la salud (2019). *Salud del Adolescente*. Organización Mundial de la Salud. [https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health#tab=tab\\_1](https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1)

- Ortega, M. (2020). *Relación entre el uso excesivo de los Smartphones y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada* [Tesis de licenciatura, Universidad San Ignacio de Loyola]. Repositorio Universidad San Ignacio de Loyola <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/730a75c2-5ab3-4350-ae0c-554c48671aa4/content>
- OSIPTEL. (22 de febrero de 2021). *OSIPTEL: Conexiones a Internet fijo incrementaron en 14.4 % en el año 2020*. [https://www.osiptel.gob.pe/portal-del-usuario/noticias/osiptel-conexiones-a-internet-fijo-incrementaron-en-14-4-en-el-ano-2020/#:~:text=Al%20cierre%20del%20a%C3%B1o%202020,Privada%20en%20Telecomunicaciones%20\(OSIPTEL\)](https://www.osiptel.gob.pe/portal-del-usuario/noticias/osiptel-conexiones-a-internet-fijo-incrementaron-en-14-4-en-el-ano-2020/#:~:text=Al%20cierre%20del%20a%C3%B1o%202020,Privada%20en%20Telecomunicaciones%20(OSIPTEL)).
- Pallarés, D. (2011). La neurociencia aplicada al estudio de género: ¿una nueva perspectiva? [Presentación de paper]. XVI Jornades de Foment de la Investigació, Castellón de la Plana, España. [https://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/77146/fr\\_2011\\_2.pdf?sequence=1](https://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/77146/fr_2011_2.pdf?sequence=1)
- Rehbein, C. (2020, 20 de enero). Físicas y psicológicas: Estas son las consecuencias de la adicción a la tecnología. *Publímetro* <https://www.publímetro.cl/cl/noticias/2020/01/20/adiccion-tecnologia-enfermedades.html>
- Roa, C. (2020, mayo). *Cómo afectan las conductas adictivas en el entorno familiar y cómo prevenirlas*. [boletín n<sup>o</sup> 68] CEAPA. [http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Manual\\_alumno\\_completo.pdf](http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Manual_alumno_completo.pdf)
- Rojas, C., Ramos, J., Pardo, E. y Henríquez, F. (2018, 19 de abril). Adicción a internet en adolescentes: una breve revisión. *Drugs Addict Behavior*, 3(2), 267 – 281. <http://www.codajic.org/sites/default/files/sites/www.codajic.org/files/ADICCI%C3%93N%20A%20INTERNET%20EN%20ADOLESCENTES%20UNA%20BREVE%20REVISI%C3%93N.pdf>
- Romo, C. (2014). *La autorregulación y los estilos de aprendizaje en los alumnos de nivel universitario* [Tesis de maestría, Universidad Virtual Escuela de Graduados en Educación]. Repositorio TEC [https://repositorio.tec.mx/bitstream/handle/11285/626552/Claudia\\_Romo\\_Sabugal\\_.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.tec.mx/bitstream/handle/11285/626552/Claudia_Romo_Sabugal_.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

- Sánchez, E. (2020). *Resiliencia, adicción al internet y rendimiento escolar en adolescentes de Pucallpa* [Tesis de doctorado, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio UNMSM <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/17655>
- Sánchez-Carbonell, X., Beranuy, M., Castellana, M., Chamarro, A. y Oberst, U. (2008). La adicción a Internet y al móvil: ¿moda o trastorno?. *Adicciones*, 20(2),149-159. <https://www.redalyc.org/pdf/2891/289122057007.pdf>
- Shaffer, D. (2009). *Desarrollo Social y de la Personalidad*, 53. Thomson. [https://www.academia.edu/28124421/DESARROLLO\\_SOCIAL\\_Y\\_PERSONALIDAD](https://www.academia.edu/28124421/DESARROLLO_SOCIAL_Y_PERSONALIDAD)
- Schunk, D. (1997). *Teorías del aprendizaje*, 105. Pearson Educación. <http://biblio3.url.edu.gt/Libros/2012/Teo-Apr4/4.pdf>
- Torres, R. (27 de setiembre de 2020). 2020: ¿Está el mundo preparado para la educación virtual?. *OTRAEDUCACIÓN*. <https://otra-educacion.blogspot.com/2020/04/2020-esta-el-mundo-preparado-para-globalizar-la-educacion-virtual.html>
- Vicente, J., Saura, P., López, C., Martínez, A. y Alcantara, M. (2020). Adicción al móvil e internet en adolescentes y su relación con problemas psicopatológicos y variables protectoras. *Escritos de Psicología*, 12(2), 103-112. <https://scielo.isciii.es/pdf/ep/v12n2/1989-3809-ep-12-02-00103.pdf>
- Vives, T., Durán, C., Varela, M. y Fortoul, T. (2013). La autorregulación en el aprendizaje, la luz de un faro en el mar. *Investigación en Educación Médica*. 3(9), 34 – 39. <https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S2007505714727231?token=6F829726C893EB2E2CCD0E96A57FF3F31325FD6F40FAF083204B0BF44194C77950AA8E95FB4AEC6FCAC9AB5F692551CA>
- Wilbaut, M. y Tlatli, F. (2012). *Justo a tiempo. Las mejores estrategias para aprovechar las 24 horas del día*. s.p. AGUILAR. [https://books.google.com.pe/books?id=qPsu5rK4UbAC&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.pe/books?id=qPsu5rK4UbAC&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false)
- Yanchaguano, C. (2019). *Adicción al internet y autoestima en adolescentes: Unidad Educativa Fiscomisional “La Inmaculada”* [Tesis de licenciatura, Universidad Central del Ecuador]. Repositorio de la Universidad Central del Ecuador <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/19139/1/T-UCE-0007-CPS-149.pdf>