



**FACULTAD DE PSICOLOGIA**

ESTRÉS ACADÉMICO Y ADICCIÓN A FACEBOOK EN ESTUDIANTES DE  
INSTITUCIONES EDUCATIVAS DE EDUCACIÓN SUPERIOR

**Línea de investigación:**

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

Tesis para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología con  
mención en psicología clínica

**Autor:**

Romaní Chávez, Gian Carlo

**Asesor:**

Vallejos Flores, Miguel Ángel

ORCID: 0000-0002-6380-3412

**Jurado:**

Livia Segovia, José Héctor

De La Cruz Valdiviano, Carlos Bacilio

Avila Miñan, Mildred

**Lima - Perú**

**2022**

**Referencia:**

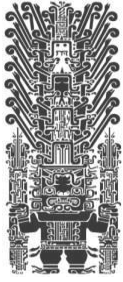
Romaní, Ch. (2022). *Estrés académico y adicción a Facebook en estudiantes de instituciones educativas de educación superior* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio Institucional UNFV. <http://repositorio.unfv.edu.pe/handle/UNFV/5711>



**Reconocimiento - No comercial - Sin obra derivada (CC BY-NC-ND)**

El autor sólo permite que se pueda descargar esta obra y compartirla con otras personas, siempre que se reconozca su autoría, pero no se puede generar obras derivadas ni se puede utilizar comercialmente.

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>



**Universidad Nacional  
Federico Villarreal**

---

**Vicerrectorado de  
INVESTIGACIÓN**

**Facultad de Psicología**

**ESTRÉS ACADÉMICO Y ADICCIÓN A FACEBOOK EN  
ESTUDIANTES DE INSTITUCIONES EDUCATIVAS DE EDUCACIÓN  
SUPERIOR**

Línea de investigación:

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

Tesis para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología con mención  
en psicología clínica

**AUTOR**

Romaní Chávez, Gian Carlo

**ASESOR**

Vallejos Flores, Miguel Ángel

(ORCID: 0000-0002-6380-3412)

**JURADO**

Livia Segovia, José Héctor

De la Cruz Valdiviano, Carlos Bacilio

Ávila Miñán, Mildred

**Lima – Perú**

**2022**

## **Dedicatoria**

A mi madre pues fue mi principal fortaleza en mi construcción de mi vida profesional y a mis maestros de esta facultad que guiaron con sabiduría mi formación profesional.

## **Agradecimientos**

A Miguel Vallejos, por su valioso apoyo y orientación en el proceso de elaboración de este trabajo de investigación.

A PRONABEC por su valioso apoyo a la educación del país otorgando apoyo a los jóvenes talentos con escasos recursos económicos, pero con mucho compromiso con su país.

A todos los estudiantes del programa, por su fe en el desarrollo de nuestro país.

A todos mis maestros y compañeros de la FAPS- UNFV, por enseñarme a enfrentar cada desafío con apertura, sentido crítico y valor.

## Índice

	<b>Pág.</b>
Caratula	i
Dedicatoria	ii
Agradecimientos	iii
Índice	iv
Lista de tablas	vi
Lista de figuras	viii
Resumen	ix
Abstract	x
I. Introducción	11
1.1 Descripción del problema	13
1.2 Antecedentes	16
1.2.1 Antecedentes internacionales	16
1.2.2 Antecedentes nacionales	19
1.3 Objetivos	21
1.3.1 Objetivo general	21
1.3.2 Objetivos específicos	21
1.4 Justificación	22
1.5 Hipótesis	23
1.5.1 Hipótesis general	23
1.5.2 Hipótesis específicas	23
II. Marco teórico	25
2.1 Estrés	25
2.1.1 Modelos teóricos sobre el estrés	25
2.1.2 Definición de estrés académico	26
2.1.3 Teorías de estrés académico	27
2.1.4 Áreas de estrés académico	27
2.1.5 Síntomas del estrés académico	28
2.1.6 Factores asociados al estrés académico	29
2.1.7 Consecuencias del estrés académico	29
2.2 Adicción al Facebook	30
2.2.1 Tecnologías de información y comunicación	30

2.2.2	Internet	31
2.2.3	Evolución del internet	32
2.2.4	Adicción a internet	33
2.2.5	Posturas a favor de la adicción a internet	34
2.2.6	Posturas en contra de la adicción a internet	36
2.2.7	Redes Sociales	37
2.2.8	Facebook	38
2.2.9	Características del Facebook	38
2.2.1	Adicción al Facebook	39
III.	Método	41
3.1	Tipo de investigación	41
3.2	Ámbito temporal y espacial	41
3.3	Variables e indicadores	44
3.4	Población y muestra	47
3.5	Instrumentos	51
3.6	Procedimientos	54
3.7	Análisis de datos	54
IV.	Resultados	55
4.1	Análisis descriptivo del Estrés académico en estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020.	55
4.2	Análisis descriptivo de la adicción al Facebook en estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020	56
4.3	Análisis de correlación entre estrés académico y adicción al Facebook	63
V.	Discusión	68
VI.	Conclusiones	71
VII.	Recomendaciones	72
VIII.	Referencias	73
IX.	Anexos	82

## Lista de tablas

Tablas N°	Pág.
1. Distribución de la muestra según sexo en estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020.	48
2. Distribución de la muestra según edad en estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020.	49
3. Distribución de la muestra según universidad en estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020	50
4. Frecuencia de los niveles de Estrés académico en estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020	55
5. Frecuencia de los niveles de Adicción al Facebook en estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020	56
6. Frecuencia de los niveles de Adicción al Facebook, dimensión Salicencia en estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020.	57
7. Frecuencia de los niveles de Adicción al Facebook, dimensión Abstinencia en estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020	58
8. Frecuencia de los niveles de Adicción al Facebook, dimensión Recaída en estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020.	59
9. Frecuencia de los niveles de Adicción al Facebook, dimensión Modificación del ánimo en estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020	60
10. Frecuencia de los niveles de Adicción al Facebook, dimensión Tolerancia en estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020.	61
11. Frecuencia de los niveles de Adicción al Facebook, dimensión Conflicto en estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020	62



12. Análisis de normalidad según distribución de la muestra de estrés académico y adicción al Facebook en estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020 63
13. Correlación entre estrés académico y adicción al Facebook en estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020. 64
14. Correlación entre estrés académico y adicción al Facebook, dimensión Saliencia en estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020. 64
15. Correlación entre estrés académico y adicción al Facebook, dimensión abstinencia en estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020 65
16. Correlación entre estrés académico y adicción al Facebook, dimensión recaída en estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020. 65
17. Correlación entre estrés académico y adicción al Facebook, dimensión modificación de ánimo en estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020. 66
18. Correlación entre estrés académico y adicción al Facebook, dimensión tolerancia en estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020. 66
19. Correlación entre estrés académico y adicción al Facebook, dimensión conflicto en estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020. 67

## Lista de Figuras

Figuras N°	Pág.
1. Distribución de la muestra según sexo en estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020.	49
2. Distribución de la muestra según edad en estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020.	50
3. Distribución de la muestra según universidad en estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020	51
4. Frecuencia de los niveles de Estrés académico en estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020	56
5. Frecuencia de los niveles de Adicción al Facebook en estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020	57
6. Frecuencia de los niveles de Adicción al Facebook, dimensión Saliencia en estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020.	58
7. Frecuencia de los niveles de Adicción al Facebook, dimensión Abstinencia en estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020	59
8. Frecuencia de los niveles de Adicción al Facebook, dimensión Recaída en estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020.	60
9. Frecuencia de los niveles de Adicción al Facebook, dimensión Modificación del ánimo en estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020	61
10. Frecuencia de los niveles de Adicción al Facebook, dimensión Tolerancia en estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020.	62
11. Frecuencia de los niveles de Adicción al Facebook, dimensión Conflicto en estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020	63

## Resumen

El presente estudio se realizó con el objetivo de determinar la relación entre el estrés académico y la adicción al Facebook según las dimensiones de saliencia, abstinencia, recaída, modificación de ánimo, tolerancia y conflicto. El tipo de investigación descriptivo correlacional que consiste en establecer la relación de las variables estableciendo un grado de correlación entre ellas. Se utilizó como instrumento el Inventario de Estrés Académico (SISCO) y la Escala de Adicción a Facebook de Bergen, aplicado en una muestra de 203 becarios de diversas instituciones educativas de Lima Metropolitana. Se encontró que existe relación directa moderada ( $r = ,438$ ). Asimismo, presentaron correlaciones moderadas en las dimensiones saliencia, abstinencia, modificación del estado de ánimo y conflicto y correlaciones bajas en recaída y tolerancia. En conclusión, se encontró que existe relación entre estrés académico y adicción al Facebook en estudiantes becarios de instituciones educativas de educación superior de Lima Metropolitana, 2020.

**Palabras clave:** *Estrés académico, Adicción al Facebook, estudiantes universitarios.*

## Abstract

The present study was carried out with the objective of determining the relationship between academic stress and Facebook addiction according to the dimensions of salience, withdrawal, relapse, mood modification, tolerance and conflict. The type of correlational descriptive research that consists of establishing the relationship of the variables establishing a degree of correlation between them. The Academic Stress Inventory (SISCO) and the Bergen Facebook Addiction Scale were used as instruments, applied to a sample of 203 scholarship holders from various educational institutions in Metropolitan Lima. It was found that there is a moderate direct relationship ( $r = .438$ ). Likewise, they presented moderate correlations in the dimensions of salience, withdrawal, mood modification and conflict, and low correlations in relapse and tolerance. In conclusion, it was found that there is a relationship between academic stress and addiction to Facebook in scholarship students from educational institutions of higher education in Metropolitan Lima, 2020.

**Keywords:** *Academic stress, Facebook addiction, college students*

## I. INTRODUCCIÓN

En la actualidad los cambios tecnológicos presuponen un valioso avance en relación a permitir optimizar el desempeño de sus diversas actividades en términos de eficiencia, desarrollando diversas tareas haciendo un uso menor de tiempo y esfuerzo. El desarrollo del internet dentro de las tecnologías de información y comunicación les ha permitido a los profesionales y estudiantes la posibilidad de acceder a información de manera virtual y el desarrollo de diversas plataformas de información y entretenimiento.

En la actualidad dentro de la denominada educación no presencial, donde no existe la necesidad de estar dentro de las universidades, el proceso de aprendizaje depende fundamentalmente del estudiante en un ambiente doméstico, sin embargo, esta condición diferenciada ha incrementado los niveles de estrés académico definidos como una reacción de activación fisiológica, emocional, cognitiva y conductual ante estímulos y eventos académicos en su vida universitaria.

El estrés académico es entendido en relación a las demandas impuestas por el sistema educativo y se manifiesta de manera preferente dentro los estudiantes de los primeros años de formación superior, manifestándose de manera significativa a nivel físico y cognitivo influyendo de manera negativa en el desempeño académico de los estudiantes. Por otro lado, se ha evidenciado en los últimos años con el incremento del uso de los smartphones con el uso intensivo del internet y las redes sociales como mecanismo de evasión, impulsando las denominadas adicciones comportamentales tienen las mismas características que las adicciones a sustancias con el desarrollo del síndrome de abstinencia.

Por otra parte, el desarrollo de diversas plataformas de entretenimiento como el Facebook a través del consumo del internet puede relacionarse a problemas similares a los presentados por adicciones de tipo químico, sugiriendo una serie de problemas asociados al

uso excesivo del internet y elaborando diversos instrumentos para la evaluación de dicha problemática.

En nuestro medio la población universitaria, una de las más proclives según diversos antecedentes científicos a desarrollar problemas por el uso de internet, es que se decide realizar esta investigación con miras a describir el fenómeno en nuestro medio, para posteriormente elaborar programas de prevención especializados en esta problemática.

La presente investigación titulada Estrés académico y adicción al Facebook en estudiantes de una institución educativa superior, plantea la presente problemática con el objetivo de determinar si existe relación entre el Estrés académico y la adicción al Facebook en instituciones educativas de educación superior en Lima Metropolitana para prevenir dicha problemática que puede tener como consecuencia la deserción universitaria con el consecuente costo social y económico para el país que se ve privado de futuros profesionales.

La presente tesis, de investigación consta de un estudio descriptivo con diseño descriptivo correlacional de corte transversal que consta de los siguientes capítulos:

El capítulo I contiene la descripción y formulación del problema; los antecedentes internacionales y nacionales; el objetivo general y los específicos; la justificación e importancia; y la hipótesis general y específica.

El capítulo II comprende el marco teórico, en el que se desarrolla la teoría explicativa de las variables estrés académico y adicción al Facebook.

El capítulo III abarca el método de investigación, precisando el tipo de investigación, el ámbito temporal y espacial, las variables, la población y muestra, los instrumentos utilizados y el procedimiento y análisis de datos.

El capítulo IV se muestra los resultados de la investigación realizada, de acuerdo de los objetivos presentados.

El capítulo V engloba la discusión, en la cual se analizaron los resultados de los diferentes estudios contrastando los resultados con los antecedentes internacionales y nacionales y el marco teórico y conceptual de acuerdo a la bibliografía de consulta.

En el capítulo VI se muestra las conclusiones de la investigación que se han determinado luego del análisis y contrastación de la hipótesis.

El capítulo VII presenta las recomendaciones, por lo que se elaboraron algunas proposiciones a fin de implementar un conjunto de sugerencias vinculadas a las variables estudiadas en esta investigación.

Finalmente, en el capítulo VIII se presentan las referencias bibliográficas que se han consultado para ejecutar adecuadamente el presente estudio.

### **1.1 Descripción y Formulación del Problema**

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2010) define el estrés como «el conjunto de reacciones fisiológicas que prepara el organismo para la acción». En términos globales se trata de un sistema de alerta biológico necesario para la supervivencia. De acuerdo a ello, la gravedad del estrés depende de la magnitud de las demandas y del sentido de control del individuo en la toma de decisiones para lidiar con el estrés.

El estrés académico es entendido como aquel que es producido en función a las demandas impuestas por el sistema educativo afectando a todos los actores involucrados dentro del proceso educativo (Caldera et al., 2007) manifestado frente a las exigencias académicas en forma de presentaciones, trabajos y exámenes parciales y finales. Osorio refiere que dichas situaciones “movilizan al organismo a la realización de las metas y objetivos planteados, sin embargo, cuando se debe hacer frente a varias exigencias al mismo tiempo la capacidad de respuesta suele debilitarse disminuyendo el rendimiento” (2017, p. 2).

De esta manera, un elevado nivel de estrés académico altera la capacidad de respuesta del individuo a nivel físico, cognitivo y fisiológico repercutiendo de manera negativa en el rendimiento de los estudiantes (Román et al., 2008). Otras investigaciones señalan que los estudiantes de los primeros años de estudios enfrentan diversos procesos de adaptación y afrontamiento (Barraza, 2006).

En la actualidad dentro de la educación no presencial, donde no existe la obligación de estar dentro de la universidad, el proceso de aprendizaje está siendo afectado con mayor énfasis por el uso de las nuevas tecnologías como el uso masivo del internet, que ha experimentado un crecimiento exponencial en la última década, que si bien presenta muchas ventajas para la educación, ha modificado en muchos aspectos produciendo un cambio en las costumbres y modificando la forma de interacción humana, incrementando el número de horas dedicadas a las redes sociales (Choliz y Marco, 2012).

En relación al uso de las redes sociales, existe un estimado de 2.2 mil millones de usuarios activos por mes a nivel del Facebook, estando el 30% de sus usuarios en el rango de edad de 25 a 34 años. Por su parte, se revela el crecimiento de Instagram, considerada la red social de los millennials tiene un aproximado de 1000 millones de usuarios activos el año pasado (Latamclick, 2020).

A nivel nacional, un estudio realizado por la firma ComScore señala que Perú lidera el listado con más relevancia en la categoría de social media con 93.2% seguido de Brasil, con 89.1%; México, con 87.8%; y Argentina, con 83.2%. Por su parte, el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2018) señala que el 82% de la población peruana de 6 y más años de edad usa internet mediante un teléfono celular, dicha cifra representa un incremento significativo en 8,8 puntos porcentuales respecto al año anterior. Por otra parte, el 64.1% de habitantes de Lima Metropolitana son usuarios de internet, siendo el 66% de los usuarios jóvenes cuyas edades se encuentran entre las edades de 17 a 24 años, lo que indica que los



adolescentes y jóvenes son la población con mayor frecuencia de uso. (Echeburúa y Corral, 1994).

La adicción a las redes sociales con base en los estudios del Centro de Información y Educación para la Prevención y Abuso de Drogas (CEDRO, 2016) señalan que una alta prevalencia en el uso de redes sociales. Asimismo, Tuesta (2021) dentro del contexto de emergencia sanitaria concluyó que el 91,7% de los estudiantes universitarios utiliza diariamente el Internet, para fines distintos, pero con una mayor regularidad Facebook, siendo los que presentan un mayor nivel de problemas en el control del uso de redes sociales (Vallejos et al., 2014). En relación a ello, se puede afirmar que los jóvenes y adolescentes son los más expuestos a la búsqueda de sensaciones placenteras en el mundo virtual y la evitación del estrés académico.

Asimismo, las redes sociales pueden hacer vivir a los jóvenes una realidad virtual, contribuyendo a la creación de una falsa identidad, donde los problemas académicos y déficits personales, son subsanados por las redes de comunicación (Becoña, 2006), dejando de lado el aburrimiento, soledad, ira o nerviosismo, dejando el malestar emocional, lo que produce motivación y mayores horas en el uso de redes. En conclusión, se puede afirmar que los jóvenes universitarios presentan una mayor vulnerabilidad a desarrollar adicciones a las redes sociales (Echeburúa, 1999).

Por otra parte, en relación a la deserción universitaria, según el Sistema de Recolección de Información para Educación Superior (SIRIES, 2020) del Ministerio de Educación es de 16.2% se incrementándose en tres puntos porcentuales, no obstante el Perú sigue siendo uno de los países con mayor crecimiento de la educación universitaria

El Programa Nacional de Becas y Crédito Educativo del Perú (PRONABEC) se crea en el año 2012 bajo la finalidad de “contribuir a la equidad en la educación superior garantizando

el acceso a esta etapa priorizando a estudiantes de alto rendimiento y recursos económicos limitados”. Paralelamente, a partir del segundo semestre de 2018, el PRONABEC ha implementado instrumentos de recojo de información para la identificación de riesgo y alerta temprana con la finalidad de hacer un diagnóstico adecuado del becario y becaria para enfrentar el gran reto de la permanencia y culminación.

Por ello, nace la necesidad de investigar ambas variables para identificar la relación entre el estrés académico y la adicción al Facebook en una muestra de estudiantes de instituciones educativas de educación superior en Lima Metropolitana. Considerando los aspectos descritos en la situación problemática, el problema principal de la investigación se planteó de la siguiente manera:

¿Cuál es la relación entre el estrés académico y la adicción al Facebook en estudiantes de instituciones educativas de educación superior de Lima Metropolitana, 2020?

## **1.2 Antecedentes**

La presente investigación está enfocada a determinar la correlación de puntuaciones entre el Estrés académico y la adicción al Facebook en estudiantes universitarios de instituciones de educación superior. Para justificar dicha información se presenta como marco teórico las investigaciones nacionales e internacionales. Dentro de las investigaciones relacionadas a las variables de estudio encontramos las siguientes:

### ***1.2.1. Antecedentes Internacionales***

Velasco (2018) realizó una investigación denominada Evaluación e intervención del estrés en estudiantes que inician su carrera universitaria, cuyo objetivo fue el diseño de programa de intervención preventiva del estrés académico en estudiantes de primer semestre con el fin de fortalecer hábitos saludables y estrategias de afrontamiento. La muestra

seleccionada consistió en un grupo de 36 estudiantes y 12 administrativos pertenecientes a diferentes universidades de Bogotá. Se determinaron las estrategias y manifestaciones del estrés académico utilizadas por los estudiantes. Se concluyó que la creación de un programa preventivo permite el manejo y control del estrés tanto académico como a nivel personal.

Méndez, Pérez y Castillo (2016) realizó una investigación denominada Impacto psicosocial del uso adictivo de las redes sociales en estudiantes jóvenes de tercer año de la carrera Trabajo Social de FAREM-Estelí, del año 2015, cuyo objetivo fue: valorar el impacto psicosocial del uso adictivo de las redes sociales en estudiantes de tercer año de trabajo social de FAREM-Estelí. La metodología utilizada fue un estudio cualitativo a través de la aplicación de técnicas de entrevista y encuesta dirigidas a 33 estudiantes de tercer año de la carrera de Trabajo Social y 3 docentes. Se logró identificar situaciones relacionada con el uso adictivo y la definición de medidas de seguridad como la configuración de la privacidad desde los diferentes espacios universitarios.

Córdova e Yrigoyen (2015) realizaron una investigación denominada Estrés y su asociación en el rendimiento académico en los estudiantes de la Facultad de Medicina desde primero a octavo nivel de la PUCE, sede Quito en el período correspondiente de enero a mayo 2015, cuyo objetivo fue determinar la relación que existe entre el estrés y el rendimiento académico en estudiantes con la finalidad de incrementar medidas de bienestar estudiantil. El estudio observacional y descriptivo seleccionó a 248 estudiantes de entre 17 a 26 años del primero a octavo semestre mediante un muestreo probabilístico. Se aplicó los cuestionarios Inventario SISCO del estrés académico y la Escala de Estrés Percibido PSS14. Se determinó que los estresores más comunes fueron: sobrecarga de tareas, tipo de trabajo requerido y evaluaciones; los síntomas más comunes fueron: fatiga crónica, inquietud y problemas de alimentación. Del mismo modo, las medidas de afrontamiento más comunes fueron: habilidad

asertiva, ejecución de tareas y confidencias; los mismos que se encuentran relacionados con los grados de estrés.

Gavilanes (2015) ejecutó una investigación denominada Adicción a las redes sociales y su relación con la adaptación conductual en los adolescentes, cuyo objetivo fue determinar el nivel de adicción a las redes sociales y su relación con la adaptación conductual en adolescentes. El procedimiento metodológico parte del diagnóstico inicial a través de la aplicación del Test de Adicción a Internet (Young, 1998), Cuestionario Diagnóstico de Adicción a Redes Sociales dirigido a adolescentes (Martínez, 2011), y el Inventario de Adaptación de la Conducta (Cordero, 1981). El fundamento teórico se desarrolló bajo el paradigma Cognitivo-Conductual. La modalidad utilizada es bibliográfica y de campo, el enfoque cuantitativo y cualitativo, el alcance descriptivo, explicativo y correlacional de corte transversal. La muestra estuvo constituida por 218 adolescentes que oscilan entre 12 a 15 años de edad. Los resultados demuestran que la adicción a las redes sociales está determinada por el factor edad, encontrando que ha mayor edad mayor predisposición hacia la patología.

Haeussler (2014) realizó una investigación denominada Nivel de adicción a las redes sociales que presentan los adolescentes miembros del movimiento juvenil pandillas de la amistad y su relación con las manifestaciones de ansiedad, cuyo objetivo fue tuvo como objetivo establecer el nivel de adicción a las redes sociales que presentan los adolescentes que forman parte del Movimiento juvenil Pandillas de la amistad, así como determinar los niveles de ansiedad. Para cumplir dicho objetivo se establecieron factores en las áreas fisiológicas, cognitiva y actitudinal. La muestra estuvo constituida por 50 sujetos (32 mujeres y 18 hombres) de entre de 13 a 18 años. Se utilizó el Cuestionario de adicciones a las nuevas tecnologías de Oliva, Hidalgo y Moreno y la Escala de ansiedad y depresión de Jiménez et al. (2012). La investigación tuvo un enfoque cuantitativo con alcance descriptivo de tipo no experimental de diseño descriptivo correlacional. Los resultados encontraron niveles de adicción moderada en

cuanto al uso de internet, tecnologías y redes sociales, no presentando niveles graves de ansiedad, no estableciéndose relación entre las variables.

### ***1.2.2. Antecedentes Nacionales***

Huanca (2018) ejecutó una investigación denominada Adicción al internet y ansiedad en adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Politécnico Juliaca – 2017, cuyo objetivo fue determinar la relación que existe entre la adicción al internet y ansiedad en los adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Politécnico. El presente estudio de diseño no experimental de corte transversal, enfoque cuantitativo y diseño correlacional. La población estuvo conformada por 1200 estudiantes de educación secundaria “Politécnico los Andes” y la muestra de estudio constituida por 355 estudiantes. Se utilizó el Inventario de ansiedad de Beck y Test de adicción al internet (Kimberley y Young). Se aplicó el coeficiente de correlación de Pearson, concluyendo que existe una correlación moderada negativa (-0,714). Se concluye que existe relación significativa entre la adicción al internet y la ansiedad en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria “Politécnico los Andes” de Juliaca.

Araujo y Pinguz (2017) ejecutaron una investigación denominada Estrés académico y adicción a redes sociales en universitarios de la Molina, cuyo objetivo fue determinar la relación entre estrés académico y adicción a redes sociales. La muestra estuvo conformada por 166 estudiantes de diferentes carreras. Los instrumentos de recolección de datos estuvieron conformados por una ficha sociodemográfica para la recolección de los datos generales y dos cuestionarios: El inventario SISCO de estrés académico y el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS). Los resultados obtenidos indican que existe una relación significativa entre dos factores del SISCO (reacciones físicas y psicológicas) con las tres dimensiones de ARS (obsesión por las redes sociales, falta de control y uso excesivo de redes sociales). Por otra parte existe correlación positiva entre reacciones comportamentales y obsesión por las redes

sociales y uso excesivo de las mismas; en las demás relaciones puestas a prueba entre los factores de ambas pruebas no se encuentra correlación.

Cerdán (2017) realizó una investigación denominada Adicción a las redes sociales en estudiantes del primer ciclo de Psicología de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, cuyo objetivo fue determinar el nivel de adicción a las redes sociales en estudiantes de una institución educativa de Lima Metropolitana. La investigación presenta es de tipo aplicada de diseño descriptivo no experimental. La población correspondió a 158 estudiantes y la muestra seleccionada de 112. Se aplicó el Cuestionario de Adicción a las redes sociales (ARS), de Salas y Ecurra (2014). Los resultados determinaron riesgo de adicción a las redes sociales con 61% riesgo leve con 27% riesgo moderado, 1% con riesgo y 11% sin riesgo alguno. Además se reportaron riesgo en las tres dimensiones conformadas por: Obsesión por las redes sociales, falta de control personal y uso excesivo, por lo que se procedió a elaborar un programa de intervención.

Chambi et al. (2017) ejecutó una investigación denominada Adicción a internet, dependencia al móvil, impulsividad y habilidades sociales en pre-universitarios de la Institución Educativa Privada Claudio Galeno, Juliaca 2017, cuyo objetivo fue determinar la relación entre la relación entre adicción a internet, dependencia al móvil, impulsividad y habilidades sociales en pre-universitarios. Se utilizó un diseño de tipo descriptivo-correlacional. La muestra estuvo conformada por 123 estudiantes preuniversitarios de la Institución educativa Claudio Galeno de la ciudad de Juliaca. Los resultados indican se ha encontrado correlaciones entre dependencia al móvil y adicción a internet ( $r = .528$ ,  $p < 0.05$ ); adicción a internet e impulsividad ( $r = -.262$ ,  $p < 0.05$ ), así como dependencia al móvil y habilidades sociales ( $r = -.205$ ,  $p < 0.05$ ). Se concluyó que existen correlaciones estadísticamente significativas entre dependencia a móvil y adicción a internet e impulsividad

en pre-universitarios de la institución educativa Claudio Galeno, aceptándose parcialmente la hipótesis general.

Reyna (2017) realizó una investigación denominada Niveles de adicción a redes sociales en estudiantes de secundaria de un colegio de Lima Oeste, cuyo objetivo fue determinar los niveles de adicción a las redes sociales en alumnos de cuarto y quinto año de secundaria en una institución privada del distrito de Magdalena del Mar. La población corresponde a 500 alumnos y la muestra a 108 alumnos de ambos sexos entre los 14 y 17 años de edad. Se utilizó el Cuestionario de Uso de redes sociales y sobre adicción a redes sociales (ARS) de Salas y Ecurra. La investigación tuvo un enfoque descriptivo y de diseño no experimental transeccional. Los resultados demostraron que existe un alto nivel de adicción a redes sociales en relación a la falta de control en las horas de conexión a redes sociales, por lo tanto, un uso excesivo de ellas.

### **1.3. Objetivos**

#### ***1.3.1. Objetivo General***

Determinar la relación entre el Estrés académico y la adicción a Facebook en estudiantes de instituciones de educación superior de Lima Metropolitana, 2020.

#### ***1.3.2. Objetivos Específicos***

- a. Establecer la relación entre Estrés académico y adicción al Facebook, dimensión saliencia, en estudiantes de instituciones de educación superior de Lima Metropolitana, 2020.
- b. Establecer la relación entre Estrés académico y adicción al Facebook, dimensión abstinencia, en estudiantes de instituciones de educación superior de Lima Metropolitana, 2020.

- c. Establecer la relación entre Estrés académico y adicción al Facebook, dimensión recaída, en estudiantes de instituciones de educación superior de Lima Metropolitana, 2020.
- d. Establecer la relación entre Estrés académico y adicción al Facebook, dimensión modificación del estado de ánimo, en estudiantes de instituciones de educación superior de Lima Metropolitana, 2020.
- e. Establecer la relación entre Estrés académico y adicción al Facebook, dimensión tolerancia, en estudiantes de instituciones de educación superior de Lima Metropolitana, 2020.
- f. Establecer la relación existente entre Estrés académico y adicción al Facebook, dimensión conflicto, en estudiantes de una institución educativa superior de Lima Metropolitana, 2020.

#### **1.4. Justificación e Importancia.**

En el plano teórico la ejecución de la presente investigación permitió determinar la relación entre las variables, generando información teórica relevante para la comunidad científica. Asimismo, brinda información relevante para nuevas líneas de investigación a través de sustento teórico obtenido en relación a los resultados obtenidos.

En el plano institucional la presente investigación permitió identificar los niveles de estrés académico en la institución educativa de nivel superior, lo que puede servir de condición preliminar para el mejoramiento de las intervenciones y procedimientos destinados al fortalecimiento de las capacidades de los estudiantes. El motivo por el cual se realiza la presente investigación es porque, en la actualidad los niveles de estrés en los estudiantes tienden a incrementarse en relación al uso social de internet.

En el plano social la investigación es importante porque las adicciones psicológicas son conductas repetitivas que causan placer en una primera instancia, sin embargo, cuando se



convierten en hábito causan ansiedad difícil de controlar; es por ello que los estudiantes muchas veces desarrollan el comportamiento adictivo cuyo propósito es reducir el nivel de ansiedad de las exigencias académicas en estudiantes universitarios, aportando un factor de relevancia, debido a que está enfocada en dicha población específica.

Finalmente, en el plano personal, los resultados de esta investigación servirán para orientar futuras investigaciones para explicar cómo el estrés académico puede ser afectado por la adicción al internet y a partir de ello, realizar programas de intervención fortaleciendo una serie de estrategias que estimulen el desarrollo integral de los estudiantes.

## **1.5. Hipótesis**

### ***1.5.1. Hipótesis General***

Existe relación significativa entre Estrés académico y adicción a Facebook en estudiantes de instituciones de educación superior de Lima Metropolitana, 2020.

### ***1.5.2. Hipótesis Específicas***

- a. Existe relación significativa entre Estrés académico y adicción al Facebook, dimensión saliencia en estudiantes de instituciones de educación superior de Lima Metropolitana, 2020.
- b. Existe relación significativa entre Estrés académico y adicción al Facebook, dimensión abstinencia en estudiantes de instituciones de educación superior de Lima Metropolitana, 2020.
- c. Existe relación significativa entre Estrés académico y adicción al Facebook, dimensión recaída en estudiantes de instituciones de educación superior de Lima Metropolitana, 2020.
- d. Existe relación significativa entre Estrés académico y adicción al Facebook, dimensión modificación de ánimo en estudiantes de instituciones de educación superior de Lima Metropolitana, 2020.

- e. Existe relación entre Estrés académico y adicción al Facebook, dimensión tolerancia en estudiantes de instituciones de educación superior de Lima Metropolitana, 2020.
- f. Existe relación significativa entre Estrés académico y adicción al Facebook, dimensión conflicto en estudiantes de instituciones de educación superior de Lima Metropolitana, 2020.

## II. MARCO TEÓRICO

### 2.1. Estrés

El concepto de estrés se remonta a la década de 1930, cuando Selye, observó que todos los enfermos a quienes estudiaba, indistintamente de la enfermedad, presentaban síntomas comunes y generales: cansancio, pérdida del apetito, baja de peso, astenia, etc. Al conjunto de dichas alteraciones orgánicas, Selye las denominó estrés biológico, cuya causa no era solo la resultante de cambios fisiológicos, sino el resultado de un prolongado estado de tensión.

Guerrero (2002) consideran que el estrés se trata de una respuesta biológica ante situaciones percibidas y evaluadas como amenazantes y ante las que el organismo no posee recursos para hacerles frente adecuadamente.

#### *2.1.1. Modelos Teóricos Sobre el Estrés*

**Teoría Fisiológica Estrés como Respuesta.** El enfoque fisiológico se basa en los estudios de Selye que define al estrés como una respuesta imprecisa del organismo ante una demanda o amenaza del ambiente. Selye, citado por Cereijos (2012) manifiesta que existen dos tipos de estrés de forma negativa (distres) y otro de forma positiva (eutres), que permite al individuo cumplir con sus metas planteadas y el estrés negativo causa en la persona un gran agotamiento.

**Teoría de los Sucesos Vitales.** La teoría de los sucesos vitales fue desarrollada por Holme y Rahe, citado por Oblitas, (2004) quienes basaron sus estudios principalmente en pacientes hospitalizados y la fisiología del estrés. Dicha teoría indica que el estrés ante diversas situaciones exige a la persona grandes cambios en su vida cotidiana. En esta teoría pone mayor importancia a las características de los estímulos que provocan estrés sin considerar que cada

persona se estresa de modo distinto, esto dependerá de cómo el individuo percibe la situación, cuales son las estrategias y su comportamiento ante el estrés.

**Teorías Basadas en la Interacción.** Reynoso (2005) sostiene que la evaluación cognitiva se basa en como el ser humano determina por qué y hasta qué punto le resulta estresante la relación entre el individuo y el entorno ya que estos son estímulos internos que son generados por un ambiente real y las evaluaciones cognitivas en donde la evaluación cognitiva es el desarrollo que permite observar las consecuencias de un hecho provocado por la persona según características como valores, compromisos, creencias, estilos de pensamiento y percepción y el entorno en donde todas estas características deben predecirse y analizarse. Se distinguen tres tipos de evaluaciones:

- Primaria: Se basa en la situación ya sea esta externa o interna.
- Secundaria: Como la persona reacciona frente a una situación.
- Reevaluación: Un proceso de feedback que ocurre mediante el desarrollo de la interacción de una persona y las demandas que autorizan la realización de algunos cambios de conducta en diferentes circunstancias.

### ***2.1.2 Definición de Estrés Académico***

Barraza (2006) define al estrés académico como un proceso sistémico, que se presenta de forma adaptativa y psicológica cuando el alumno se encuentra sometido a diversas tareas y responsabilidades que son considerados estresores.

Peiro (2005) sostiene que el estrés académico es una forma de adaptación del estudiante, en función a sus habilidades, adaptación que genera impacto en su desempeño académico. García y Muñoz (2004) sostienen que el estrés académico se basa en los procesos

cognitivos y afectivos que hace que el alumno se impacte a través de los estresores académicos que se le presentan.

Muñoz (2003) refiere que el estrés académico se basa en las demandas, conflictos, actividades y sucesos de la vida académica que provocan estrés en los alumnos y que afectan negativamente la salud, el bienestar y el propio rendimiento académico de estos. Asimismo, el autor también nos habla de cuatro diferentes aspectos para explicar el estrés: los estresores académicos, el estrés académico experimentado por el estudiante y los efectos y consecuencias del estrés académico.

### ***2.1.3. Teorías del Estrés Académico***

Barraza (2006) propuso el Modelo Sistémico Cognoscitivista del Estrés Académico basado en dos supuestos:

- a. Supuesto sistémico: Se refiere a que el individuo se relaciona con el entorno en un continuo circuito de entrada y salida para lograr un equilibrio adecuado.
- b. Supuesto cognoscitivista: Se refiere a que la relación de la persona con el medio se ve mediatizado a través de un proceso de valoración de las demandas del ambiente y los recursos que se requieren para enfrentar esta demanda y la forma de enfrentarse a estas.

### ***2.1.4. Áreas del Estrés Académico***

Barraza (2005) refiere que hay una serie de estresores académicos como son:

- a. El trabajo en equipo que algunas personas son menos capaces de realizar que otras.
- b. Las tareas constantes a diario y la gran cantidad de tareas que se le deja al estudiante tanto dentro y fuera de la institución.

- c. La gran carga de responsabilidades que el estudiante tiene que acostumbrarse a recibir.
- d. Un lugar inadecuado de estudios que perjudica a su desempeño académico.
- e. Poco tiempo para desarrollar todas las actividades que hay por realizar.
- f. Problemas con los profesores o encargados de los cursos que el estudiante lleva.
- g. Los exámenes que dan de manera constante.
- h. Las dificultades para entender algunos tipos de trabajo que le deja el profesor al estudiante.

### ***2.1.5. Síntomas del Estrés Académico***

Rossi, citado en Barraza (2005) refiere tres tipos de reacciones al estrés académico:

**Síntomas Físicos.** Tensión en la cabeza, agotamiento, presión arterial elevada, problemas gástricos, falta de capacidad para llegar a cumplir un objetivo, dolor de espalda, dificultad para conciliar el sueño, gripes, disminución o pérdida de peso, gestos que expresan la molestia del individuo entre otros.

**Síntomas Psicológicos.** Nerviosismo, desanimo, sensación de pensar que no los toman en cuenta, cólera excesiva, dificultad para tomar decisiones, poca confianza en uno mismo, inquietud, poca motivación, dificultad para controlar una situación, pensamientos negativos hacia la vida, preocupación por los sucesos que le causan estrés, dificultada para poder concentrarse entre otros.

**Síntomas Comportamentales.** Ganas de fumar constantemente, olvidarse las cosas constantemente, conflictos a diarios ante las situaciones que se le presente, dificultad para realizar las tareas que se le asigna, aumento o disminución de alimentos, poco interés sobre su persona y asimismo hacia los demás.

### ***2.1.6. Factores asociados al Estrés Académico***

**Estrés y Carrera Universitaria.** Monzón (2007) sostiene que el nivel de estrés académico va en aumento dependiendo del ciclo académico, es decir, a mayores años de carrera, mayor es el nivel de estrés. Por su parte Marty et al. (2005) sostienen que el nivel de estrés dependerá del año y la carrera que estudia el alumno universitario, es así que podemos ver que en la carrera de medicina existe mayor prevalencia de estrés, en cambio en la carrera de psicología existe estrés académico moderado.

**Estrés y Género.** García y Muñoz (2004) sostienen que la variable sexo no es tan significativa en el estrés académico, sin embargo, algunos estudios nos refieren que hay mayor prevalencia de estrés académico en las mujeres que en los hombres esto se debe a la mayor cantidad de malestar psicológico y ansiedad que pueden percibir las mujeres. Por su parte, Lastenia (2006) afirma que los estudios sobre género y estrés son básicamente contradictorios y poco concluyentes.

**Estrés y Variables Educativas.** Caldera et al. (2007) afirmaron que los alumnos con bajo nivel de estrés obtienen un nivel de rendimiento académico medio. Núñez (2008) afirma que para que haya un buen rendimiento académico tiene que haber un bajo nivel de estrés, asimismo refiere que la edad no influye en el nivel de estrés académico. Finalmente, Román et al. (2008) relaciona el estrés académico con el tiempo dedicado a los estudios y el alto nivel de exigencia.

### ***2.1.7. Consecuencias del Estrés Académico***

Mendiola (2010) refiere que existen consecuencias fisiológicas y psicológicas:

**Fisiológicas.** Altos niveles de presión arterial, problemas respiratorios y alteraciones en el sueño.

**Psicológicas.** Ansiedad, depresión, preocupación, aumento de irritabilidad, se va deteriorando la memoria ya sea corto o largo plazo, pérdida del interés por las cosas que antes sentía motivación.

Finalmente, Naranjo (2009) afirma entre las consecuencias del estrés académico a largo plazo la tristeza, el malestar, disminución de la autoestima, falta de habilidades sociales entre otras.

## **2.2. Adicción a Facebook**

### ***2.2.1. Tecnologías de Información y Comunicación TIC***

Para abordar la variable adicción al Facebook y redes sociales es necesario entender en primer lugar las denominadas Tecnologías de información y comunicación (TICs). Las tecnologías de la información y comunicación son un conjunto de recursos dedicados al uso, almacenamiento transmisión y recuperación de la información digital y analógica Dichas tecnologías permiten la comunicación entre personas y el acceso a información disponible en la Internet, haciendo uso de ordenadores y/o dispositivos con acceso a la misma.

Para Belloch (2013) las TICs “son el conjunto de tecnologías que permiten el acceso, producción, tratamiento y comunicación de información presentada en diferentes códigos como texto, imagen, sonido y otros” (p.1). Por su parte, Baelo y Canton (2009) consideran que las mismas están “compuestas de cualquier herramienta basada en los ordenadores que son utilizados para trabajar y procesar las necesidades de información”. (p.2).



En conclusión, se puede afirmar que las nuevas tecnologías de la información y comunicación son las que giran en torno a tres medios básicos: la informática, la microelectrónica y las telecomunicaciones; lo que permite en la actualidad acceder a una comunicación en tiempo real. Dichas tecnologías han llegado hace pocos años y se han vuelto parte de nuestra vida simplificando quehaceres cotidianos como trabajar, aprender, divertirse hasta enamorarse refieren (Echeburúa y Requesens, 2012, p. 21). Particularmente, han modificado nuestra forma de estar en el mundo, desde el modo habitual de trabajar o de resolver distintos tipos de gestiones, la forma de relacionarnos y el tiempo de ocio.

Asociado a esta terminología Echeburúa y Requesens (2012) refieren sobre la era de nativos digitales, cuentan con ellas en sus vidas desde muy pequeños, y de algún modo, llegan a constituirse en su formación de identidad. Sin embargo, muchos padres tienen aún un perfil tecnológico bajo, lo que revela la existencia de una brecha digital, generando así un obstáculo en el objetivo de lograr un uso seguro y responsable (p.22).

### **2.2.2 Internet**

Según Luengo (2004) Internet puede definirse como una red de redes de ordenadores que comparten datos y recursos. Existe una conexión de redes a nivel mundial que permite a los ordenadores (y a las personas) comunicarse entre sí en cualquier parte del mundo. Esto nos permite tener acceso a información y a personas que de otra forma no sería posible conocer. Internet es una herramienta a la que se le atribuyen innumerables ventajas para la educación, el comercio el entretenimiento y en última instancia para el desarrollo del individuo. La disminución en los costos de conexión, las mejoras tecnológicas constantes en los dispositivos de cómputo, las redes de transmisión de datos y la llegada masiva de las computadoras personales a los hogares está produciendo un crecimiento exponencial de los usuarios de Internet. Motivo por el que ha dejado de ser exclusivamente una herramienta con fines

académicos y de defensa para convertirse en un instrumento imprescindible para el ocio y los negocios.

### ***2.2.3. Evolución del Internet***

Según Belloch (2012) la Internet ha evolucionado desde su creación de forma rápida en diferentes aspectos que han tenido que ver con su popularidad y el abaratamiento de los costos de conexión, entre estos aspectos encontramos:

- Rapidez de acceso y número de usuarios conectados.
- Ámbitos de aplicación. El uso de las redes de comunicación ha ido aumentando exponencialmente desde su creación, actualmente múltiples de las actividades cotidianas que realizamos se pueden realizar de forma más rápida y eficaz a través de las redes (reservas de hotel, avión, tren, pago de tributos, solicitud de cita previa, transferencias bancarias, compra electrónica, etc.).
- Tipo de interacción del usuario. La evolución que ha seguido la web en relación al rol que los usuarios tienen en el acceso a la misma ha ido también evolucionando.

Apelando a lo anteriormente planteado podemos hablar de tres etapas en la evolución:

**Web 1.0.** Se basa en la Sociedad de la Información, en medios de entretenimiento y consumo pasivo (medios tradicionales, radio, TV, email). Las páginas Web son estáticas y con poca interacción con el usuario (Web 1.0, páginas para leer).

**Web 2.0.** Se basa en la Sociedad del Conocimiento, la autogeneración de contenido, en medios de entretenimiento y consumo activo. En esta etapa las páginas Web se caracterizan por ser dinámicas e interactivas (Web 2.0, páginas para leer y escribir) en donde el usuario comparte información y recursos con otros usuarios.

**Web 3.0.** Actualmente las innovaciones que se están produciendo se basan en Sociedades Virtuales, realidad virtual, web semántica, búsqueda inteligente.

En cuanto a las actividades realizadas con mayor frecuencia por los usuarios de la Internet en ese año encontramos que continúa siendo la búsqueda o navegación la actividad más realizada durante las conexiones a la Internet, seguida por el uso de: Redes Sociales, Correo Electrónico, Multimedia, Mensajería Chat, y páginas de descarga.

#### ***2.2.4. Adicción a Internet***

Young citado por Luengo (2004), define la adicción a la Internet como un deterioro en el control de su uso que se manifiesta como un conjunto de síntomas cognitivos, conductuales y fisiológicos. Es decir, la persona 'dependiente a la Internet' realiza un uso excesivo de la Internet lo que le genera una distorsión de sus objetivos personales, familiares o profesionales.

Para Echeburúa (1999), la adicción a la Internet puede considerarse una adicción específicamente psicológica (como la adicción al sexo, las compras, el trabajo, los videojuegos, la televisión, etc.), con características comunes a otro tipo de adicciones: pérdida de control, aparición de síndrome de abstinencia, fuerte dependencia psicológica, interferencia en la vida cotidiana y pérdida de interés por otras actividades.

Por su parte, Griffiths citado en Luengo (2004) define operativamente las adicciones tecnológicas como adicciones no químicas que involucran la interacción humano-maquina. Pueden ser pasivas (televisión) o activas (juegos de ordenador, Internet, etc). Para dicho autor el uso de la red implica muchos tipos diferentes de actividad, siendo algunas actividades más adictivas que otras. Asimismo, especula sobre las características estructurales de software que podrían promover las tendencias adictivas como, por ejemplo, la dependencia al sexo, la

ludopatía, las parafilias, las compras compulsivas, etc. Sin embargo, el uso de la propia red puede resultar una adicción en sí misma.

### ***2.2.5. Posturas a Favor del Concepto de Adicción al Internet***

En palabras de Balaguer (2008) podemos caracterizar como adicto a Internet al sujeto cuya vida gira en torno a su conexión a la Red, que pasa a ser el centro de la vida de la persona, olvidando por tanto toda la serie de relaciones que conforman la convivencia social o la vida misma (familia, trabajo, relaciones significativas, estudio, responsabilidades, etc.) y el cual cumple con una serie de ítems con base en cuestionarios que pueden ser incluso autoaplicados.

Davis citado por Cruzado (2001) propone un modelo cognitivo-conductual de uso patológico de Internet (Pathological Internet Use, PIU). El PIU es definido como un patrón de conductas que incluye cuestiones de sobre-uso y abuso de aplicaciones específicas de Internet, como por ejemplo, pensamientos obsesivos sobre Internet, aislamiento social fuera de la red e incapacidad para interrumpir su uso.

Para Griffiths citado por Luengo (2004) cualquier comportamiento que cumpla estos seis criterios será definido operacionalmente como adicción:

**Saliencia.** Una actividad particular se convierte en la más importante en la vida del individuo y domina sus pensamientos, sentimientos y conducta.

**Modificación del Humor.** Experiencias subjetivas que la gente experimenta como consecuencia de implicarse en la actividad.

**Tolerancia.** Proceso por el cual se requiere incrementar la cantidad de una actividad particular para lograr los mismos efectos.

**Síndrome de Abstinencia.** Estados emocionales desagradables y/o efectos físicos que ocurren cuando una actividad particular es interrumpida o repentinamente reducida.

**Conflicto.** Se refiere a los conflictos que se desarrollan entre el adicto y aquellos que le rodean (conflicto interpersonal), conflictos con otras actividades (trabajo, vida social, intereses, aficiones), o dentro de los propios individuos que están involucrados con la actividad particular.

**Recaída.** Es la tendencia a volver a los patrones tempranos de la actividad en la forma más extrema de la adicción tras muchos años de abstinencia o control.

En conclusión, la adicción no es la actividad concreta que genera la dependencia, sino la relación que se establece con ella. Es una relación negativa, incluso destructiva que el sujeto se muestra incapaz de controlar. Indica el autor, aun en este momento no se puede hablar de adicción, pues el abuso es un estado en el cual la persona conserva el control sobre su uso. La línea que divide el abuso de la adicción es muy fina y muchas veces inadvertida, pero lo cierto es que si la persona predispuesta se expone a la conducta de riesgo puede pasar esa línea y convertirse en adicto.

A su vez Goldberg, citado en Luengo (2004) prefiere sustituir el término de adicción a la Internet por el de Uso patológico de Ordenadores. Dicho autor propone los siguientes criterios diagnósticos:

- Cambios drásticos de hábitos a fin de tener más tiempo de conectarse.
- Disminución generalizada de la actividad física.
- Descuido de la salud propia a consecuencia de la actividad en la Internet.
- Evitación de actividades importantes por mayor tiempo de conexión.
- Deprivación o cambio en los patrones de sueño por más tiempo en la red.
- Disminución de la sociabilidad real
- Negligencia respecto a la familia y amigos.
- Rechazo a dedicar tiempo extra en actividades fuera de la Red.

- Deseo de más tiempo para estar frente al ordenador.
- Negligencia respecto al trabajo y las obligaciones personales

### ***2.2.6 Posturas en Contra del Concepto de Adicción a Internet***

El concepto de adicto a Internet es un concepto controvertido, algunos profesionales piensan que es una denominación válida Young, citado en Luengo (2004), mientras otros afirman que no se puede hablar de adicción a Internet. No ha habido acuerdo con respecto a ello, pero tanto en el imaginario social como en la prensa en general, se da por sentado su existencia.

El ciberespacio y particularmente las redes sociales proveen a los sujetos de un nuevo espacio psicosocial (Balaguer, 2003) en el cual pueden tener cierta catarsis de la vida posmoderna, así como desplegar aspectos personales y sociales de formas tales que la historia no guarda antecedentes. Esto permite a millones de jóvenes establecer comunicación entre sí, lo que genera que se lleguen a cifras de usuarios tan altas como las alcanzadas por sitios como Myspace, Facebook, Flickr o Instagram.

Actualmente se sugiere que estar en Internet es estar en uso de las redes sociales permite publicar contenidos sobre uno mismo que de alguna manera permiten afirmar la propia existencia por medio de imágenes. Asimismo algunos autores sugieren que no existe un perfil determinado de adicto a la Internet sino más bien una serie de factores asociados que podrían hacer a una persona más vulnerable o propensa a desarrollar problemas con el uso de la Internet, siendo así, un sujeto con una personalidad vulnerable, con una cohesión familiar débil y con unas relaciones sociales pobres corre un gran riesgo de hacerse adicto si cuenta con un hábito de recompensas inmediatas, tiene el objeto de la adicción a mano, se siente presionado por el grupo y está sometido a circunstancias de estrés (Echeburúa, 2010)

Para Péndola, citado en Balaguer (2003) internet no es dañino, sino que la adicción es el resultado de un proceso que se inicia cuando una persona entra en contacto con un objeto en particular (en este caso Internet) con el que experimenta una vivencia diferente que le resulta muy positiva y funcional, que al parecerle maravillosa cobra un significado que facilita la repetición y alimenta la necesidad de volver a usarla.

### **2.2.7. Redes Sociales**

Reina et al. (2012) definen a “las redes sociales como espacios dentro de internet donde las personas publican y comparten todo tipo de información, personal y profesional, con amigos, terceras personas y desconocidos” (p.127). Se puede afirmar que son plataformas que ofrecen servicios y facilitan la comunicación e interconexión de sus usuarios dentro de ellas.

Por su parte, Echeburúa y Requesens (2012) afirma que “una red social es una estructura conformada por personas que están interconectadas por diversos tipos de vínculos: afectivos, familiares, laborales, sexuales y de amistad, incluyendo el internet) (p.22). Por otro lado, Morduchowicz et al. (2010) refieren que “las redes sociales son “comunidades virtuales”, que agrupan a personas que se relacionan entre sí y comparten información e intereses comunes” (p.3). Finalmente, para ser parte de una red social, permite al usuario construir un grupo de contactos, “lista de amigos” que pueden ser amigos personales, amigos de amigos o contactos que se conocieron por Internet” (Mora, 2012, p. 4). En definitiva, las redes se crean entre personas que tienen intereses afines, que tienen intereses similares, dejando de lado las relaciones con personas de otras edades o con intereses distintos son escasas y poco significativas.

Burgueño (2009) refiere que “las redes sociales favorecen la interacción de miles de personas en tiempo real. En otras palabras son máquinas sociales diseñadas para crear situaciones, relaciones y conflictos, encabezando la lista de redes sociales: Facebook con casi

1,6 mil millones de usuarios activos, seguido por QZone, la red social más importante de China, con 653 millones de usuarios, google + con 300 millones de activos, Instagram con 400 millones de usuarios activos y Twitter con 320 millones de usuarios. (Vincos Blog ,2016).

### **2.2.8. Facebook**

Facebook es la red social (sitio web), creado el 4 de febrero del 2004 por Mark Zuckerberg y colaboradores. En sus inicios fue un sitio para que los estudiantes de la universidad de Harvard, pudieran comunicar y compartir información a través de internet; dado su popularidad se extendió a todo el mundo.

Borrás (2013) refiere que el Facebook es un lugar en el que relacionarse a través de un perfil de usuario con otros usuarios y grupos en una línea de tiempo que incluye los denominados estados de noticias donde se comparten confidencias y noticias. Asimismo, Facebook permite generar relaciones profesionales al establecer contacto directo con empresas o perfiles de usuario. Finalmente, por sus características, ofrece la oportunidad de conocer más gente y compartir con otros usuarios publicaciones, música, videos, aplicaciones, juegos y fotografías (p.1).

### **2.2.9 Características del Facebook.**

Para comprender la implicancia del Facebook en los adolescentes es necesario saber sus características.

La red social se basa en el mantenimiento de una relación virtual con personas con quienes se ha perdido contacto directo, que se desearía seguir conservando, cercanía, ya sean amigos, familiares, compañeros de trabajo, conocidos o desconocidos es por eso que una vez que se establezca una conexión con ellos en Facebook podrían estar en permanente contacto en (Chimbo y Rodas, 2013, p 16).



Entonces podemos caracterizar que la red social Facebook es de tipo horizontal, sin temática definida y está disponible a cualquier persona que tenga una cuenta de correo electrónico y conocimientos informáticos básicos. Asimismo, permite la creación de grupos y la pertenencia a distintos grupos según perfil de intereses del usuario.

Finalmente, la red social Facebook como medio de atracción de personas de todas las edades, en especial de los jóvenes, por lo que se puede inferir que dicha red social ha invadido diversos espacios tradicionales de comunicación y socialización invadiendo y apoderándose de varios espacios, debido a que no es necesario movilizarse para saber lo que pasa y también sobre los procesos de aprendizaje generando una relación de dependencia.

#### ***2.2.10. Adicción a Facebook***

Según Estallo (2010) la adicción a las redes sociales; y en este caso a la red Social Facebook, se establece cuando el sujeto deja de realizar actividades rutinarias, prestando más atención a su teléfono o computador y por lo tanto generando una interferencia negativa en la vida cotidiana del sujeto que al comienzo puede ser tomado como juego (placentera) o como un mecanismo de comunicación, pero al transcurso del tiempo termina siendo adictiva.

El adicto genera una fuerte adicción psicológica hacia ellas y perdiendo inclinación por otras actividades que anteriormente habían sido gratificantes” (Condori y Mamani, 2016). Por otra parte, de acuerdo a Echeburúa (2001) el deseo por estar involucrado en dicha red social, no constituye solo una adicción, sino también una nueva forma de vida; que alejaría el fantasma de la exclusión a través del anonimato, haciendo que el usuario exprese sus emociones e interactúe constantemente. Sin embargo, en la actualidad ha influido notablemente en la población joven, observándose ciertos niveles de obsesión hacia las nuevas tecnologías, entre ellas la red social “Facebook” (Villavicencio 2015).

De igual manera según Echeburúa y Requesens (2012) refieren los siguientes indicadores de adicción se encuentran los siguientes:

- a. La primera acción después de encender su computadora es entrar a Facebook.
- b. El individuo se introduce a la red al menos tres veces al día y pasa varias horas interactuando.
- c. Las personas sienten la necesidad de elaborar información falsa de algunos contactos.
- d. El usuario pierde la noción de las horas cuando se encuentran en esta red, fenómeno que lleva a pensar que no tiene asuntos por resolver.
- e. Como efecto negativo del uso del Facebook, el individuo duerme menos tiempo, es ineficiente con sus obligaciones, modifica sus costumbres alimentarias, comunicación familiar y aseo personal.

Finalmente, Andreassen (2012) dentro del Bergen Facebook Addiction Scale (BFAS), considerado para el presente estudio contempla las siguientes dimensiones de adicción al Facebook con base a los aportes de Griffiths (2014): Saliencia, Síndrome de abstinencia, Recaída, Modificación de ánimo, Tolerancia y Conflicto.

### III. MÉTODO

#### 3.1 Tipo de Investigación

El tipo de investigación correspondió al tipo descriptivo, mediante la cual el investigador detalla las características y propiedades de un fenómeno en proceso de estudio o análisis; de tal modo, se trata de determinar las características esenciales del objeto investigado sin alterar su curso de presentación (Arnau, 1997). El diseño de la investigación será descriptivo correlacional que consiste en la relación de las variables estableciendo un grado de correlación entre ellas (Hernández et al., 2016).

#### 3.2 Ámbito Temporal y Espacial

La investigación tuvo una delimitación temporal de 09 meses, siendo realizada entre los meses de enero a agosto del 2020.

La investigación estuvo determinada por el espacio de intervención, el cual se encontró delimitado en la población universitaria de 04 instituciones educativas de educación superior matriculados en durante el año 2020.

#### 3.3 Variables

##### *Estrés Académico*

**Definición Conceptual.** Proceso sistémico, que se presenta de forma adaptativa y psicológica cuando el alumno se encuentra sometido a diversas tareas y responsabilidades que son considerados estresores. (Barraza, 2006)

**Definición Operacional.** Puntajes obtenidos en el Inventario de estrés académico (SISCO)

### *Adicción al Facebook*

**Definición Conceptual.** Deterioro en el control de uso de las redes sociales que se manifiesta como un conjunto de síntomas cognitivos, conductuales y fisiológicos, que generan una distorsión de sus objetivos personales, familiares o profesionales (Young citado en Luengo, 2004)

**Definición Operacional.** Puntajes obtenidos en el Bergen Facebook Addiction Scale (BFAS)

**Operacionalización de la Variable**

<b>Variable</b>	<b>Definición operacional</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Ítems</b>	<b>Tipo de variable</b>	<b>Nivel de medición</b>
Estrés académico	Puntajes obtenidos en el Inventario de Estrés académico.	Situaciones	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La competencia con los compañeros del grupo</li> <li>-Sobrecarga de tareas y trabajos escolares</li> <li>-La personalidad y el carácter del profesor</li> <li>-Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)</li> <li>-El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)</li> <li>-No entender los temas que se abordan en la clase</li> <li>-Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)</li> <li>-Tiempo limitado para hacer el trabajo</li> </ul>	3,4,5,6,7,8,9,10	Cuantitativa	Intervalo
		Reacciones físicas	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)</li> <li>- Fatiga crónica (cansancio permanente)</li> <li>- Dolores de cabeza o migrañas</li> <li>- Dolores de cuello, hombros, espalda</li> <li>- Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea</li> <li>- Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.</li> <li>- Somnolencia o mayor necesidad de dormir</li> </ul>	11,12,13,14,15,16,17		

		Reacciones psicológicas	- Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo) Sentimientos de depresión y tristeza (decaído) Ansiedad, angustia o desesperación. Problemas de concentración Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad	18,19,20,21,22		
		Reacciones comportamiento	-Conflictos o tendencia a polemizar o discutir -Aislamiento de los demás -Desgano para realizar las labores académicas -Aumento o reducción del consumo de alimentos	23,24,25,26		
Adicción al Facebook		Saliencia	Se conectó a sus redes sociales a través del teléfono en los primeros 15 minutos luego de levantarse o en los 15 minutos previos a acostarse? Sintió que usar Facebook cada vez más te resultaría placentero? Usó Facebook para reducir los sentimientos de culpa, ansiedad, impotencia y depresión	1,7,13	Cuantitativa	Intervalo
		Síndrome de abstinencia	Pasó buen tiempo pensando en Facebook o planeó su uso? Revisó su celular cuando tomaba desayuno, almuerzo o cena? Pensó mucho que está pasando en Facebook en este momento?	2,8,16		
		Recaída	Te pusiste inquieto o te causo problemas si se te prohibió el uso de Facebook?	3,9,15		

			<p>Pensó como poder tener más tiempo libre para estar en Facebook?</p> <p>Cuando está pasando un buen momento, siente la necesidad imperiosa de compartirlo en redes sociales?</p>			
		Modificación del animo	<p>Experimento que otros le hayan dicho que debe reducir el uso de Facebook pero no los escucho.</p> <p>Te pusiste irritable si te prohibieron el uso de Facebook?</p> <p>Dió poca prioridad a los pasatiempos (hobbies), actividades de ocio, y el ejercicio debido a Facebook?</p>	4,10,14		
		Tolerancia	<p>Usó Facebook con el fin de olvidar problemas personales</p> <p>Trató de reducir el uso de Facebook sin éxito</p> <p>Usó Facebook para reducir los sentimientos de culpa, ansiedad, impotencia y depresión</p>	5,11,17		
		Conflicto	<p>Pasó más tiempo en Facebook de lo que inicialmente pensaba?</p> <p>Usó Facebook con el fin de reducir la inquietud?</p> <p>Decidió usar Facebook con menor frecuencia, pero no logró hacerlo</p>	6,12,18		

### 3.4. Población y Muestra

La población estuvo conformada por 379 estudiantes universitarios de 04 instituciones educativas de educación superior alumnos becarios del Programa Nacional de Becas y Crédito Educativo PRONABEC matriculados en el 2020. Para obtener la muestra, se aplicó un muestreo aleatorio simple a toda la población (379 becarios de PRONABEC), estableciéndose como criterio de exigencia maestra el 95% como nivel de confianza y un  $Z=1.96$  en términos probabilísticos El tamaño maestra para un universo finito correspondería a:

$$n_0 = \frac{N \cdot Z^2 pq}{(N - 1) \cdot e^2 + Z^2 pq}$$

$$n_0 = \frac{(379)(1.96)^2 (0.5)(0.5)}{(379 - 1) \cdot (0.04)^2 + (1.96)^2 (0.5)(0.5)}$$

$$n_0 = \frac{(379)(3.84) (0.25)}{(89) \cdot (0.0016) + (3.84)(0.25)} =$$

$$n_0 = \frac{(363.84)}{(1.10)} = 330.76$$

Donde:

$Z = 1.96$  (Factor probabilístico, nivel de confianza)

$p = 0.5$  (Varianza de la proporción 1)

$q = 1 - p = 0.5$  (Varianza de la proporción 2)

$e = 0.04$  (error permitido máximo)

El cual ajustado al universo de  $N = 379$

$$n = \frac{n_0}{1 + \frac{n_0}{N}}$$

$$= \frac{330.76}{1 + \frac{330.76}{379}}$$

$$n = \frac{379}{1 + 0.87} = \frac{379}{1.87} = 202.67$$



De acuerdo a la formula la muestra estuvo conformada por 203 becarios de diversas universidades de Lima Metropolitana.

### **Criterios de Inclusión**

- Estudiantes becarios del PRONABEC
- Estudiantes matriculados durante el año 2020
- Estudiantes que acepten participar en la investigación.

### **Criterios de Exclusión**

- Estudiantes que no pertenezcan al programa PRONABEC
- Estudiantes sin matrícula regular matriculados durante el año 2020
- Estudiantes que no acepten participar en la investigación.

En la tabla 1, se observa la distribución de las frecuencias y porcentajes en función del sexo en 203 estudiantes de instituciones educativas de educación superior, observándose que 47.78 % son de sexo masculino y el 52.22 de sexo femenino.

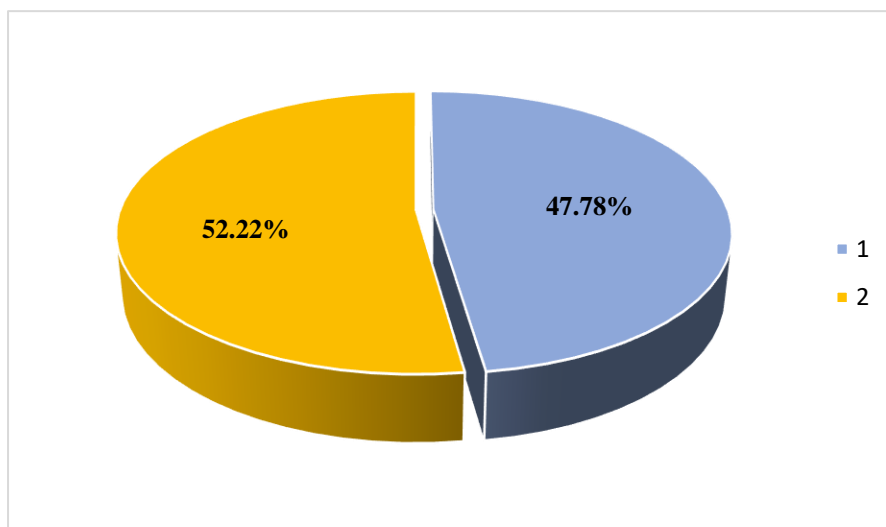
**Tabla 1**

*Distribución de la Muestra Según Sexo en Estudiantes de Instituciones Educativas de Educación Superior, 2020.*

<b>Sexo</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Masculino	97	47.78%
Femenino	106	52.22%
<b>Total</b>	<b>203</b>	<b>100%</b>

**Figura 1**

*Distribución de la Muestra Según Sexo en Estudiantes de Instituciones Educativas de Educación Superior, 2020*



En la tabla 2, se observa la distribución de las frecuencias y porcentajes en función de la edad en 203 estudiantes de instituciones educativas de educación superior, observándose que el 73.89 % se encuentran en el rango de edad comprendido entre los 17 y 19 años, 25.12 % se encuentran en el rango de edad comprendido entre los 20 y 23 años son de sexo masculino y el 0.99 corresponde al rango de edad comprendido entre los 24 y 26 años

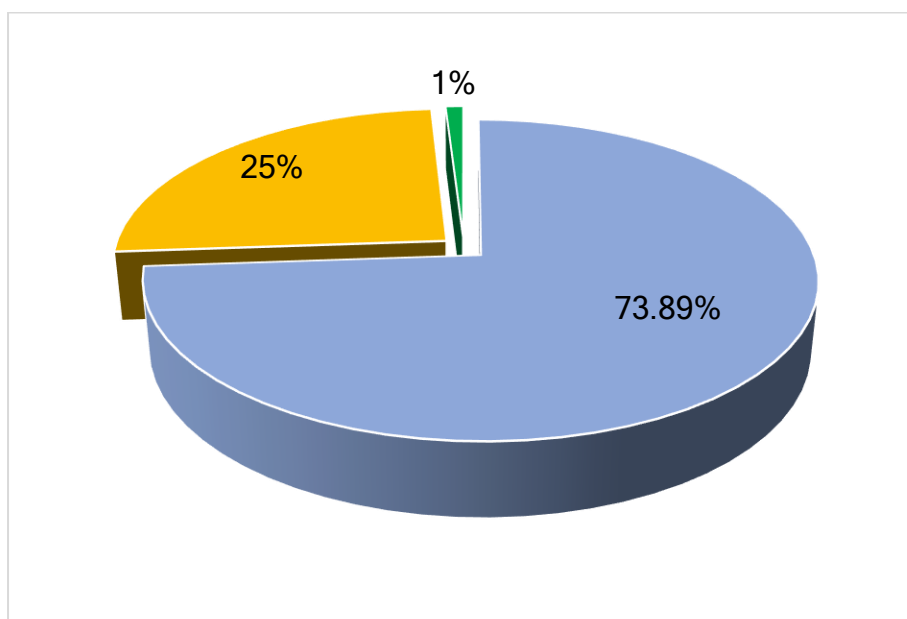
**Tabla 2**

*Distribución de la Muestra Según Edad en Estudiantes de Instituciones Educativas de Educación Superior, 2020.*

<b>Edad</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
17 a 19	150	73.89%
20 a 23	51	25.12%
24 a 26	2	0.99%
<b>Total</b>	<b>203</b>	<b>100%</b>

**Figura 2**

*Distribución de la Muestra Según Edad en Estudiantes de Instituciones Educativas de Educación Superior, 2020*



En la tabla 3, se observa la distribución de las frecuencias y porcentajes en función de su universidad en 203 estudiantes de instituciones educativas de educación superior, observándose que el 12.81 % se encuentran estudiando en ESAN, el 55.17 % en UCSUR, el 23.15% en USIL y 8.87% en la UTEC.

**Tabla 3**

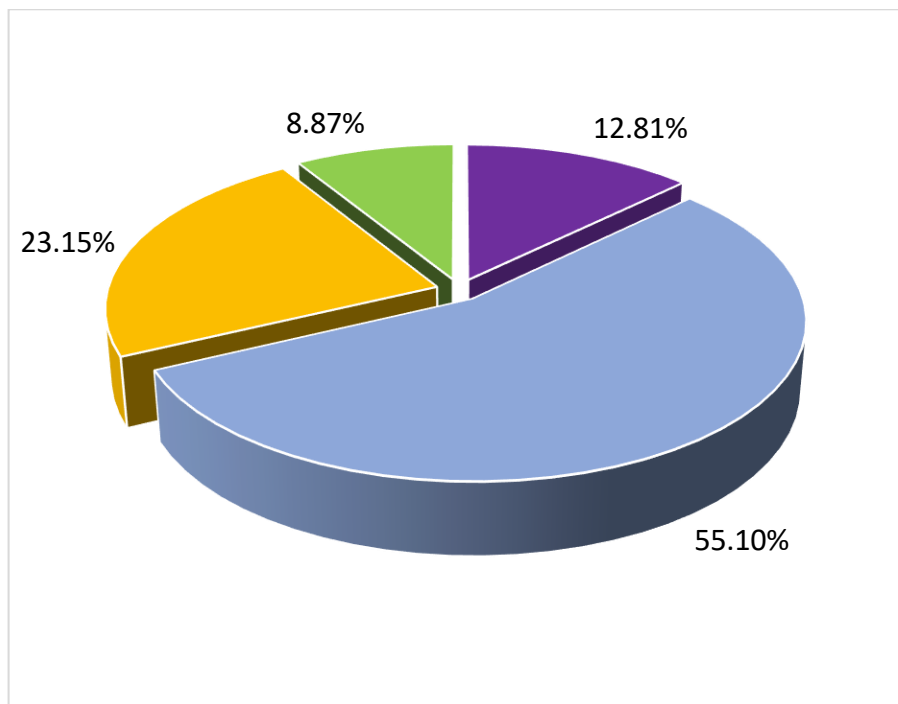
*Distribución de la Muestra Según Universidad en Estudiantes de Instituciones Educativas de Educación Superior, 2020.*

Universidades	Frecuencia	Porcentaje
ESAN	26	12.81
UCSUR	112	55.17
USIL	47	23.15

UTEC	18	8.87
<b>Total</b>	<b>203</b>	<b>100</b>

**Figura 3**

*Distribución de la Muestra Según Universidad en Estudiantes de Instituciones Educativas de Educación Superior, 2020*



### 3.5 Instrumentos

#### 3.5.1 Variable 1. Estrés Académico

##### Ficha Técnica

Denominación: Inventario de estrés académico SISCO

Autor: Arturo Barraza Macías (2007)

Forma de aplicación: Individual y colectiva.

Ámbito de aplicación: Estudiantes universitarios

Tiempo de aplicación: 15 minutos.

**Finalidad:** Evaluación del estrés académico.

**Dimensiones:** Las dimensiones de la escala son las siguientes:

- Filtro dicotómico que permite determinar si el encuestado es candidato para responder la prueba (01 ítem)
- Nivel de intensidad del estrés académico (01 ítem)
- Frecuencia en que las demandas del entorno como estímulos estresores. (08 ítems)
- Frecuencia de los síntomas o reacciones al estímulo estresor, distribuidos según las dimensiones: reacciones físicas, psicológicas y comportamentales. (15 ítems)
- Frecuencia de uso de las estrategias de afrontamiento (06 ítems).

**Estructura:** La escala consta de 31 ítems.

**Valoración:** La escala es de tipo Likert. La puntuación es:

Nunca: 1 puntos

Rara vez: 2 puntos

Algunas veces: 3 puntos

Muchas veces: 4 puntos

Siempre : 5 puntos

**Validez:** La escala presenta validez de criterio y validez de constructo. Fue validada en una muestra nacional por Cerna (2018) en una prueba piloto con una muestra de 85 estudiantes de primer ciclo de la facultad de Psicología de una universidad privada de Lima, realizándose la validez de ítems a través del índice de homogeneidad y direccionalidad única de los ítems del inventario mediante el análisis de grupos contrastados y de consistencia interna. (Barraza, 2007)

**Confiabilidad:** Se obtuvo una confiabilidad por mitades de 0.87 y una confiabilidad de alfa de Cronbach de 0.90 considerado un índice muy elevado. Además, se utilizó el Alpha de

Cronbach para obtener la confiabilidad evaluada por el método de consistencia interna obteniendo un índice de 0.87.

### **3.5.2 Variable 2. Adicción al Facebook**

#### **Ficha Técnica**

Denominación: Bergen Facebook Addiction Scale (BFAS)

Autor: (Andreassen et al., 2012)

Adaptación Miguel Vallejos

Forma de aplicación: Individual y colectiva.

Ámbito de aplicación: Estudiantes universitarios

Tiempo de aplicación: 15 minutos.

Finalidad: Evaluación de la adicción al Facebook

Dimensiones: Las dimensiones de la escala son las siguientes:

- Saliencia (1, 7, 13 ítems )
- Síndrome de abstinencia (2, 8, 16 ítems )
- Recaída (3, 9, 15 ítems)
- Modificación de ánimo (4,10,14 ítems)
- Tolerancia (5,11,17 ítems)
- Conflicto (6, 12,18 ítems)

Estructura: La escala consta de 18 ítems.

Valoración: La escala es de tipo Lickert. La puntuación es:

Muy Rara vez: 1 puntos

Rara vez: 2 puntos

Algunas veces: 3 puntos

Casi siempre: 4 puntos

Siempre: 5 puntos

Validez: Las evidencias de validez y fiabilidad fueron obtenidas con base a las puntuaciones de la escala BFAS en una muestra de 510 estudiantes universitarios mediante análisis factorial confirmatorio (AFC) y análisis factorial multigrupo AFC MG (Vallejos, 2018)

Confiabilidad: La versión original un coeficiente de Cronbach de 0.83 en una muestra de 507 participantes. En la versión original la confiabilidad de consistencia interna Schou reporta un alfa de Cronbach de 0.82. En la versión adaptada en una muestra de 510 estudiantes universitarios se obtuvo un alfa total de 0,84 (Vallejos, 2018).

### **3.6 Procedimientos**

Se solicitaron los permisos correspondientes a los especialistas encargados del seguimiento y monitoreo a becarios de la Universidad San Ignacio de Loyola (USIL), Universidad Científica de Sur (UCSUR), Universidad de Ingeniería y Tecnología (UTEC) y la Universidad ESAN, Asimismo se elaboró un formulario virtual a través de Google Form que incluyó el consentimiento informado, los ítems de los instrumentos y la importancia de su participación. Seguidamente se procedió a la elaboración de una base de datos para su respectivo análisis y contrastación con los estudios previos y la base teórica correspondiente.

### **3.7 Análisis de Datos**

Los datos fueron analizados a través del software estadístico SPSS 24, procediendo a ejecutar el análisis descriptivo de los datos, haciendo uso de medidas de tendencia central, porcentajes y frecuencias. Se realizó la prueba de ajuste de normalidad de Kolmogorov–Smirnov para determinar el tipo de distribución de los datos. De acuerdo a ello, se empleó para el análisis inferencial el estadístico no paramétrico Rho de Spearman para el establecimiento del nivel de correlación entre las variables.

## IV. RESULTADOS

### 4.1 Análisis Descriptivo del Estrés Académico en Estudiantes de Instituciones Educativas de Educación Superior, 2020

En la tabla 4, se observa la frecuencia de los niveles de estrés académico en una muestra de 203 estudiantes de instituciones educativas de educación superior, observándose que 47.29% de los mismos tienen un estrés académico bajo, 22.16 % un estrés académico promedio y el 30.55 % un estrés académico alto.

**Tabla 4**

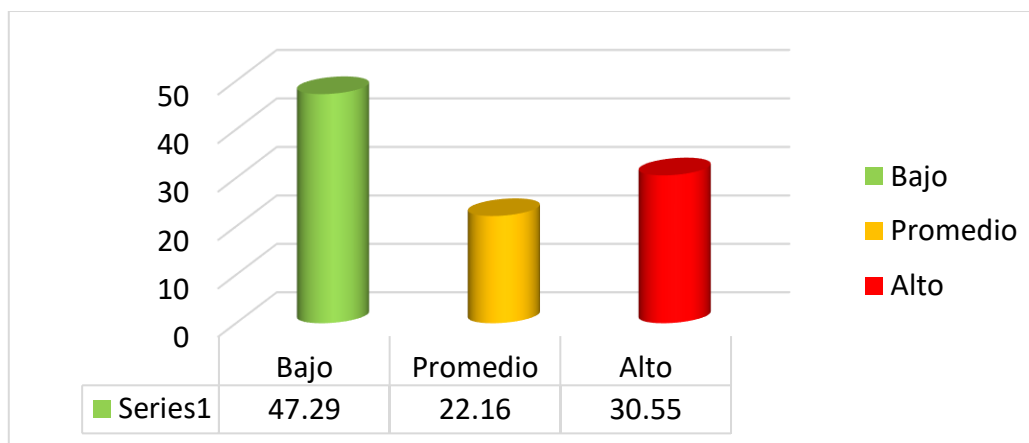
*Frecuencia de los Niveles de Estrés Académico en Estudiantes de Instituciones Educativas de Educación Superior, 2020*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	96	47,29%
Promedio	45	22.16%
Alto	62	30.55%
<b>Total</b>	<b>203</b>	<b>100%</b>

**Figura 4**

*Frecuencia de los Niveles de Estrés Académico en Estudiantes de Instituciones Educativas de Educación Superior, 2020*





#### 4.2 Análisis Descriptivo de la Adicción a Facebook en Estudiantes de Instituciones Educativas de Educación Superior, 2020

En la Tabla 5, se observa la frecuencia de los niveles de adicción al Facebook en una muestra de 203 estudiantes de instituciones educativas de educación superior, observándose que 53.20 % de los mismos tienen un nivel bajo, 41.37 % un nivel de promedio y 5.41 % un nivel de alto.

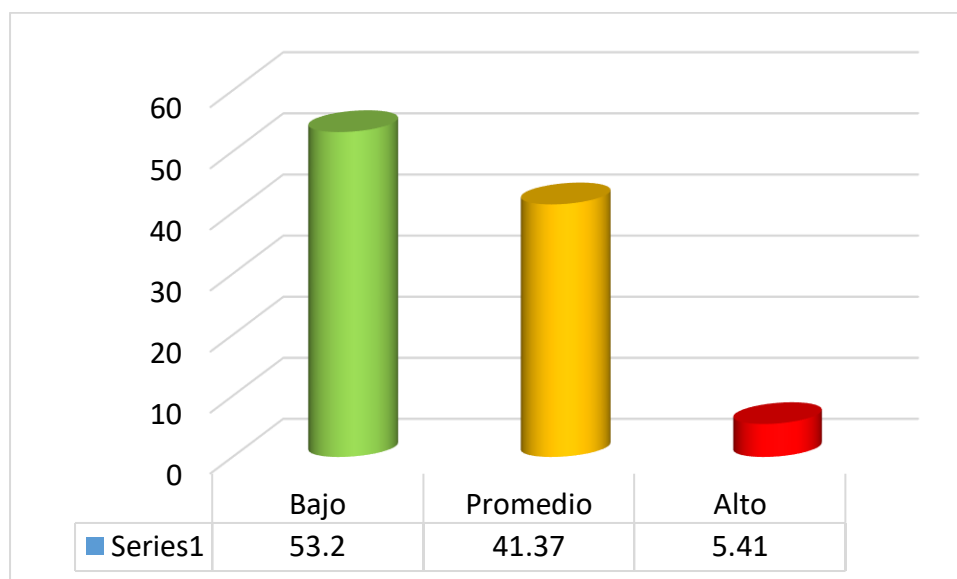
**Tabla 5**

*Frecuencia de los Niveles de Adicción al Facebook en Estudiantes de Instituciones Educativas de Educación Superior, 2020*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	108	53,20%
Promedio	84	41.37%
Alto	11	5.41%
<b>Total</b>	<b>203</b>	<b>100%</b>

**Figura 5**

*Frecuencia de los Niveles de Adicción al Facebook en Estudiantes de Instituciones Educativas de Educación Superior, 2020*



En la Tabla 6, se observa la frecuencia de los niveles de adicción al Facebook, dimensión Saliencia en una muestra de 203 estudiantes de instituciones educativas de educación superior, observándose que 33.49 % de las mismos tienen un nivel de adicción bajo, 56.15% un nivel de adicción promedio y el 10.35 % un nivel de adicción alto.

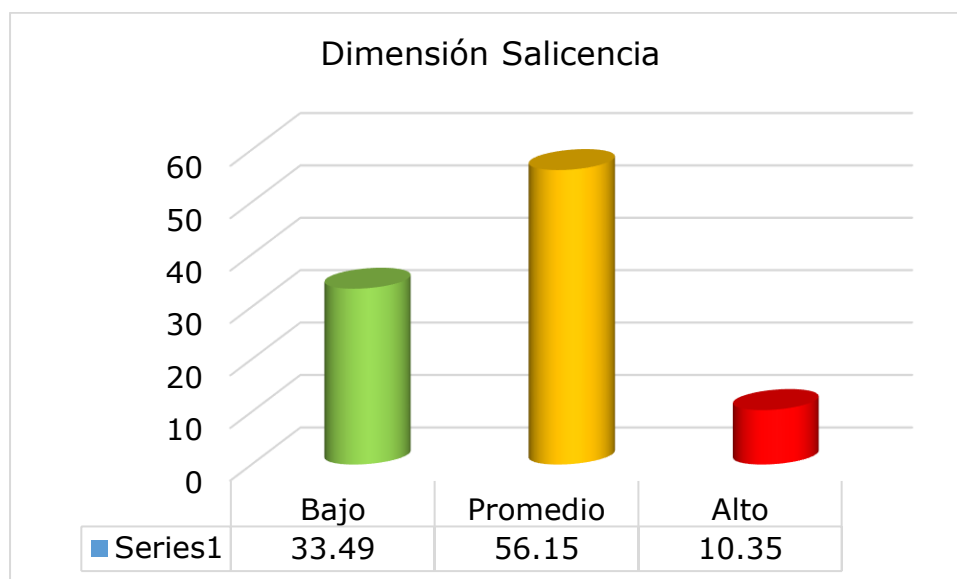
**Tabla 6**

*Frecuencia de los Niveles de Adicción al Facebook, Dimensión Saliencia en Estudiantes de Instituciones Educativas de Educación Superior, 2020*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	129	33,49%
Promedio	63	56,15%
Alto	11	10,35%
<b>Total</b>	<b>203</b>	<b>100%</b>

**Figura 6**

*Frecuencia de los Niveles de Adicción al Facebook, Dimensión Saliencia en Estudiantes de Instituciones Educativas de Educación Superior, 2020*



En la Tabla 7, se observa la frecuencia de los niveles de adicción al Facebook, dimensión Abstinencia en una muestra de 203 estudiantes de instituciones educativas de educación superior, observándose que 56.65% de las mismos tienen un nivel de adicción bajo, 35.47 % un nivel de adicción promedio y el 7.88% un nivel de adicción alto.

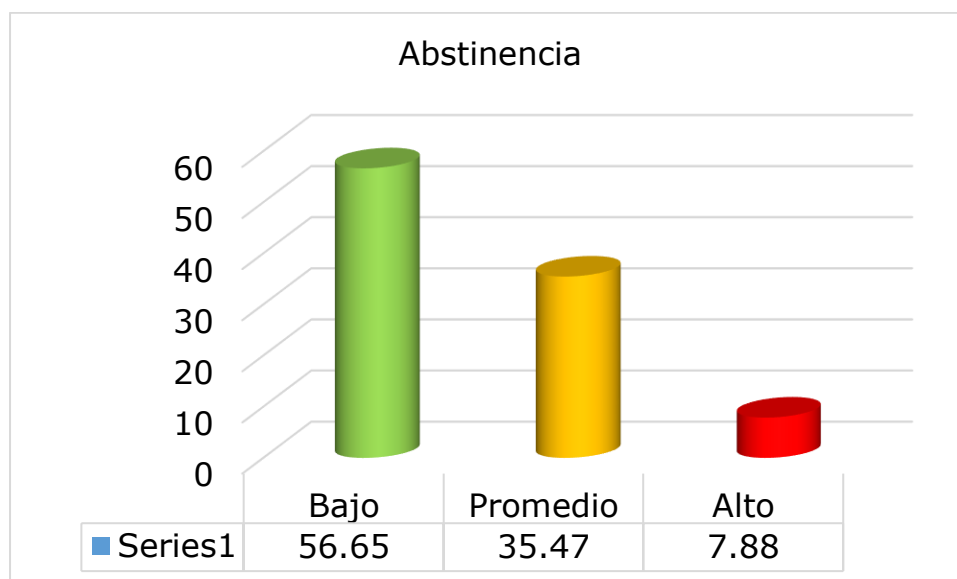
**Tabla 7**

*Frecuencia de los Niveles de Adicción al Facebook, Dimensión Abstinencia en Estudiantes de Instituciones Educativas de Educación Superior, 2020*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	115	56,65%
Promedio	72	35.47 %
Alto	16	7.88 %
<b>Total</b>	<b>203</b>	<b>100%</b>

**Figura 7**

*Frecuencia de los Niveles de Adicción al Facebook, Dimensión Abstinencia en Estudiantes de Instituciones Educativas de Educación Superior, 2020*



En la Tabla 8, se observa la frecuencia de los niveles de adicción al Facebook, dimensión Recaída en una muestra de 203 estudiantes de instituciones educativas de educación superior, observándose que 3.44 % de las mismos tienen un nivel de adicción bajo, 75.37 % un nivel de adicción promedio y el 21.19 % un nivel de adicción alto.

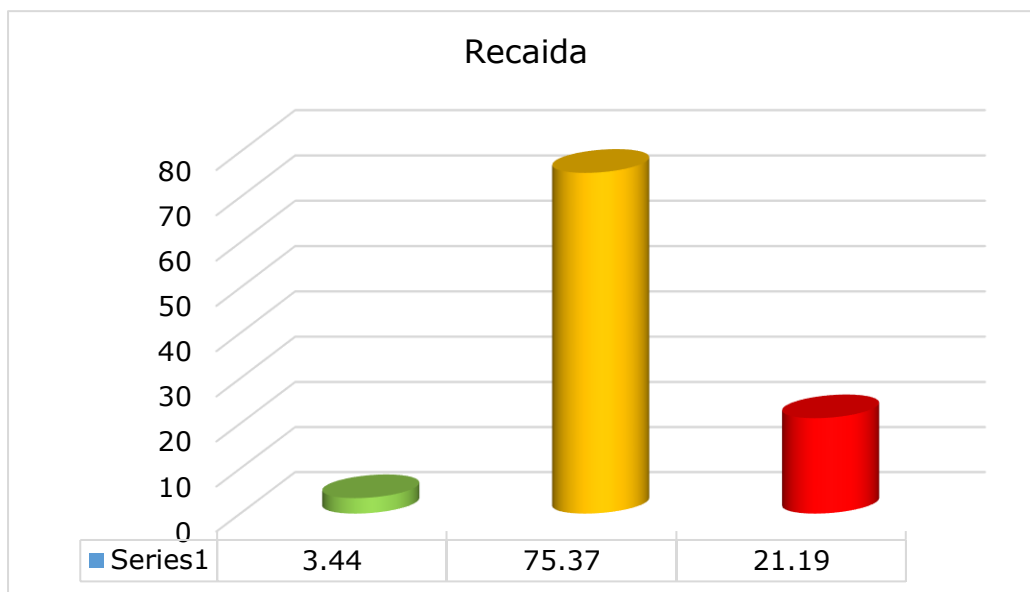
**Tabla 8**

*Frecuencia de los Niveles de Adicción al Facebook, Dimensión Recaída en Estudiantes de Instituciones Educativas de Educación Superior, 2020*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	7	3.44%
Promedio	153	75.37 %
Alto	43	21.19%
<b>Total</b>	<b>203</b>	<b>100%</b>

**Figura 8**

*Frecuencia de los Niveles de Adicción al Facebook, Dimensión Recaída en Estudiantes de Instituciones Educativas de Educación Superior, 2020*



En la Tabla 9, se observa la frecuencia de los niveles de adicción al Facebook, dimensión modificación del estado de ánimo en una muestra de 203 estudiantes de instituciones educativas de educación superior, observándose que 52.70% de las mismos tienen un nivel de adicción bajo, 38.92 % un nivel de adicción promedio y el 8.38% un nivel de adicción alto.

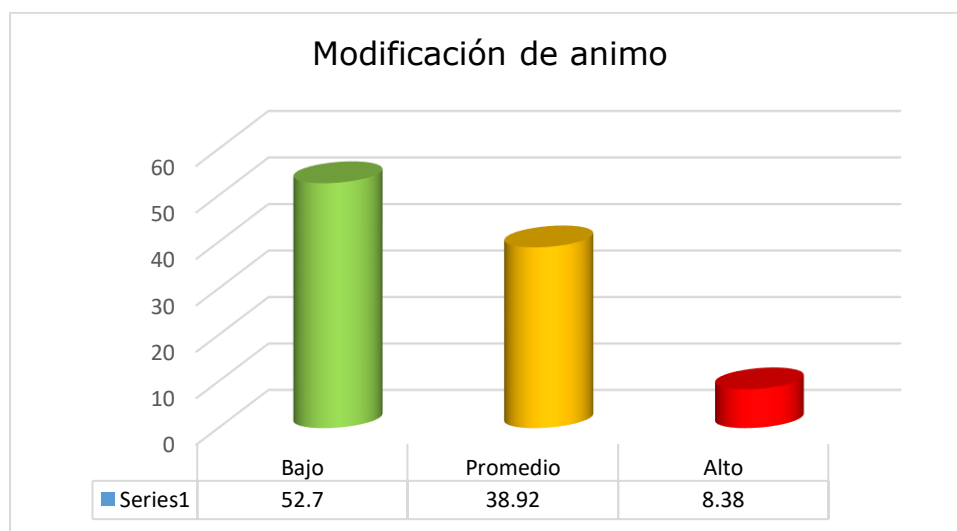
**Tabla 9**

*Frecuencia de los Niveles de Adicción al Facebook, Dimensión Modificación del Estado de Ánimo en Estudiantes de Instituciones Educativas de Educación Superior, 2020*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	107	52.70%
Promedio	79	38.92 %
Alto	17	8.38%
<b>Total</b>	<b>203</b>	<b>100%</b>

**Figura 9**

*Frecuencia de los Niveles de Adicción al Facebook, Dimensión Modificación del Ánimo en Estudiantes de Instituciones Educativas de Educación Superior, 2020*



En la tabla 10, se observa la frecuencia de los niveles de adicción al Facebook, dimensión tolerancia en una muestra de 203 estudiantes de instituciones educativas de educación superior, observándose que 37.93 % de las mismos tienen un nivel de adicción bajo, 48.27% un nivel de adicción promedio y 13.8 % un nivel de adicción alto.

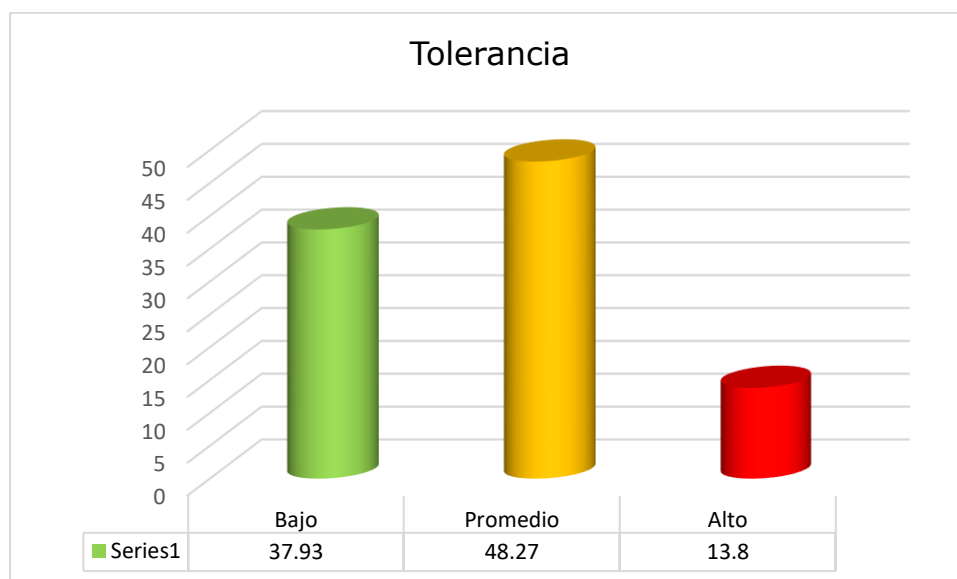
**Tabla 10**

*Frecuencia de los Niveles de Adicción al Facebook, Dimensión Tolerancia en Estudiantes de Instituciones Educativas de Educación Superior, 2020*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	77	37.93%
Promedio	98	48.27%
Alto	28	13.8%
<b>Total</b>	<b>203</b>	<b>100%</b>

**Figura 10**

*Frecuencia de los Niveles de Adicción al Facebook, Dimensión Tolerancia en Estudiantes de Instituciones Educativas de Educación Superior, 2020*



En la tabla 11, se observa la frecuencia de los niveles de adicción al Facebook, dimensión conflicto en una muestra de 203 estudiantes de instituciones educativas de educación superior, observándose que 44.83% de los mismos tienen un nivel de adicción bajo, 39.90 % un nivel de adicción promedio y el 15.27 % un nivel de adicción alto.

**Tabla 11**

*Frecuencia de los Niveles de Adicción al Facebook, Dimensión Conflicto en Estudiantes de Instituciones Educativas de Educación Superior, 2020*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	91	44,83%
Promedio	81	39.90 %
Alto	31	15.27%
<b>Total</b>	<b>203</b>	<b>100%</b>

**Figura 11**

*Frecuencia de los Niveles de Adicción al Facebook, Dimensión Conflicto en Estudiantes de Instituciones Educativas de Educación Superior, 2020*



Para proceder con los análisis inferenciales estipulados en los objetivos de investigación, se verificó la distribución de los datos. En la tabla 12 se presenta la prueba de Kolmogorov-Smirnov (K-S) con un nivel de significancia de ( $p < 0.05$ ), donde se observa que la muestra no presenta distribución normal, por lo que se empleó el Rho de Spearman para el análisis de la correlación

**Tabla 12.**

*Prueba de Normalidad Kolmogorov – Smirnov*

	<b>Estrés Académico</b>	<b>Adicción al Facebook</b>
<b>K-S</b>	,57	,74
<b>Sig. Asintótica</b>	,200	,009

### **4.3 Análisis de Correlación Entre Estrés Académico y Adicción al Facebook**



En la Tabla 13, se observa de acuerdo al coeficiente de correlación Rho de Spearman, que existe relación lineal directa ( $Rho = 0,438$ ) entre estrés académico y adicción al Facebook en estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020 ( $p < 0.05$ ). Por consiguiente, se acepta la hipótesis de investigación rechazando la hipótesis nula. Se concluye que ambas variables presentan una correlación directa moderada

**Tabla 13.**

*Coeficiente de Correlación de Spearman entre Estrés Académico y Adicción al Facebook en Estudiantes de Instituciones Educativas de Educación Superior, 2020*

	<b>Adicción al Facebook</b>	
	<b>Rho</b>	<b>p</b>
<b>Estrés Académico</b>	,438	0,00

\*. *La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).*

Se observa en la Tabla 14, el estadístico de contraste de hipótesis: correlación Rho de Spearman, indica que existe relación lineal directa ( $Rho = ,405$ ) entre estrés académico y adicción al Facebook, dimensión Saliencia *en* estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020 ( $p < 0.05$ ). Se concluye que ambas variables presentan una correlación directa moderada.

**Tabla 14.**

*Coeficiente de Correlación de Spearman entre Estrés Académico y Adicción al Facebook, Dimensión Saliencia en Estudiantes de Instituciones Educativas de Educación Superior, 2020.*

	<b>Adicción al Facebook: Saliencia</b>	
	<b>Rho</b>	<b>p</b>
<b>Estrés Académico</b>	,405	0,00

Se observa en la Tabla 15, el estadístico de contraste de hipótesis: correlación Rho de Spearman, indica que existe relación lineal directa ( $Rho = ,463$ ) entre estrés académico y adicción al Facebook, dimensión Abstinencia *en* estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020). Se concluye que ambas variables presentan una correlación directa moderada.

**Tabla 15.**

*Coefficiente de Correlación de Spearman entre Estrés Académico y Adicción al Facebook, Dimensión Abstinencia en Estudiantes de Instituciones Educativas de Educación Superior, 2020.*

<b>Adicción al Facebook: Abstinencia</b>		
	<b>Rho</b>	<b>p</b>
<b>Estrés Académico</b>	,463	0,001

En la Tabla 16, se observa el estadístico de contraste de hipótesis: correlación Rho de Spearman, indica que existe relación lineal directa baja ( $Rho = ,237$ ) entre estrés académico y adicción al Facebook, dimensión Recaída *en* estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020 ( $p < 0.05$ ). Se concluye que ambas variables presentan una correlación directa baja.

**Tabla 16.**

*Coefficiente de Correlación de Spearman entre Estrés Académico y Adicción al Facebook, Dimensión Recaída en Estudiantes de Instituciones Educativas de Educación Superior, 2020.*

<b>Adicción al Facebook: Recaída</b>		
	<b>Rho</b>	<b>p</b>

<b>Estrés Académico</b>	,237	0,001
-------------------------	------	-------

En la Tabla 17, se observa el estadístico de contraste de hipótesis: correlación Rho de Spearman, indica que existe relación lineal débil ( $Rho = ,439$ ) entre estrés académico y adicción al Facebook, dimensión modificación del estado de ánimo *en* estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020 ( $p < 0.05$ ). Se concluye que ambas variables presentan una correlación directa moderada.

**Tabla 17.**

*Coefficiente de Correlación de Spearman entre Estrés Académico y Adicción al Facebook, Dimensión Modificación de Ánimo en Estudiantes de Instituciones Educativas de Educación Superior, 2020.*

<b>Adicción al Facebook:</b>		
<b>Modificación de Animo</b>		
	<b>Rho</b>	<b>p</b>
<b>Estrés Académico</b>	,439	0,00

En la Tabla 18, se observa el estadístico de contraste de hipótesis: correlación Rho de Spearman, indica que existe relación lineal muy baja ( $Rho = ,184$ ) entre estrés académico y adicción al Facebook, dimensión Tolerancia *en* estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020 ( $p < 0.05$ ). Se concluye que ambas variables presentan una correlación directa muy baja.

**Tabla 18.**

*Coefficiente de Correlación de Spearman entre Estrés Académico y Adicción al Facebook, Dimensión Tolerancia en Estudiantes de Instituciones Educativas de Educación Superior, 2020.*

<b>Adicción al Facebook: Tolerancia</b>		
	<b>Rho</b>	<b>P</b>
<b>Estrés Académico</b>	,184	0,009

En la Tabla 19, se observa el estadístico de contraste de hipótesis: correlación Rho de Spearman, indica que existe relación lineal directa (Rho = ,481) entre estrés académico y adicción al Facebook, dimensión conflicto *en* estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020 ( $p < 0.05$ ). Se concluye que ambas variables presentan una correlación directa moderada.

**Tabla 19.**

*Coefficiente de Correlación de Spearman entre Estrés Académico y Adicción al Facebook, Dimensión Conflicto en Estudiantes de Instituciones Educativas de Educación Superior, 2020.*

<b>Adicción al Facebook: Conflicto</b>		
	<b>Rho</b>	<b>p</b>
<b>Estrés Académico</b>	,481	0,000

## V. DISCUSIÓN

En este capítulo se presentan los principales hallazgos del estudio, Estrés académico y adicción a Facebook en una muestra de 203 estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020. Asimismo, se describen y comparan tales hallazgos con las bases teóricas vigentes y estudios similares con el tema de investigación.

Según los resultados descriptivos se puede observar en relación a los niveles de estrés académico que el 47.29% de los estudiantes tienen un estrés académico bajo, 22.16 % un estrés académico promedio y el 30.55 % un estrés académico alto. Por otra parte, en relación a la adicción al Facebook, observándose que 53,20 % de los mismos tienen un nivel de adicción bajo, 41.39 % un nivel de adicción promedio y 5.41 % un nivel de adicción alto. Dichos resultados presentan valores similares por sexo, año de estudios y edad. Dichos resultados guardan relación con los hallazgos de Cerdán (2017) quien realizó una investigación denominada Adicción a las redes sociales en estudiantes del primer ciclo de Psicología de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, cuyos resultados determinaron que 61% de los estudiantes presentan riesgo leve con 27% riesgo moderado, 1% con riesgo y 11% sin riesgo alguno.

En relación al objetivo general se observa existe relación directa ( $r = ,438$ ) entre estrés académico y adicción al Facebook en estudiantes de instituciones educativas de educación superior ( $p < 0.05$ ), concluyéndose que ambas variables presentan una correlación directa moderada. Los resultados obtenidos concuerdan con Araujo y Pinguz (2017) quienes ejecutaron una investigación denominada Estrés académico y adicción a redes sociales en universitarios de la Molina, en 166 estudiantes de diferentes carreras, cuyos resultados indican que existe una relación significativa entre estrés académico y adicción a las redes sociales. Los resultados obtenidos difieren de Reyna (2017) quien realizó una investigación denominada

Niveles de adicción a redes sociales en estudiantes de secundaria de un colegio de Lima Oeste, que demostraron la existencia de un alto nivel de adicción a redes sociales en relación a la falta de control en las horas de conexión a redes sociales, por lo tanto, un uso excesivo de ellas. Dichos resultados pueden explicarse en función que dicha población es adolescente, edad donde existe mayormente un menor nivel en el control de impulsos. Dicha inferencia guarda relación con Gavilanes (2015) quien señala que la adicción a las redes sociales está determinada por el factor edad, encontrando que ha mayor edad mayor predisposición hacia la patología.

En relación a la primera hipótesis específica se observa que existe una correlación directa moderada ( $r = ,405$ ) entre estrés académico y adicción al Facebook, dimensión Saliencia en estudiantes de instituciones educativas de educación superior, concluyéndose que ambas variables presentan una correlación directa moderada. En relación a ello, Gavilanes (2015) señala que esta dimensión se encuentra referida cuando una actividad se convierte en la más importante en la vida del individuo y domina sus pensamientos, sentimientos y conducta. En este sentido dentro de la investigación se aprecia en función a los resultados que no existe una planificación adecuada de tiempos en universitarios.

En relación a la segunda hipótesis específica se observa que existe correlación directa moderada ( $r = ,463$ ) entre estrés académico y adicción al Facebook, dimensión abstinencia en estudiantes de instituciones educativas de educación superior, concluyéndose que ambas variables presentan una correlación moderada. Los resultados obtenidos guardan relación con Araujo y Pinguz (2017) quien obtuvo correlación con las dimensiones obsesión por las redes sociales, falta de control y uso excesivo de redes sociales.

En relación a la tercera hipótesis específica se observa que existe correlación directa baja ( $r = ,237$ ) entre estrés académico y adicción al Facebook, dimensión recaída en estudiantes de instituciones educativas de educación superior, concluyéndose que ambas variables presentan una correlación directa baja. Los resultados discrepan en el nivel de intensidad de

correlación con Gavilanes (2015), quien reafirma la dificultad de dejar el Facebook, porque la mayor parte de su círculo está inmerso en dicha red social, considerada la de mayor uso en estudiantes universitarios.

En relación a la cuarta hipótesis específica se observa que existe correlación directa moderada ( $r = ,439$ ) entre estrés académico y adicción al Facebook, dimensión modificación del ánimo en estudiantes de instituciones educativas de educación superior, concluyéndose que existe correlación directa moderada. Los resultados guardan relación con Araujo y Pinguz (2017) quienes ejecutaron una encontrando existe una correlación significativa en sus reacciones comportamentales. Asimismo, Chambi y Sucari (2017) en una muestra de estudiantes universitarios en Juliaca encontraron correlaciones estadísticamente significativas entre redes sociales e impulsividad en estudiantes pre-universitarios.

En relación a la quinta hipótesis específica se observa que existe correlación directa muy baja ( $r = ,184$ ) en función a su nivel de significancia estadística entre estrés académico y adicción al Facebook, dimensión tolerancia en estudiantes de instituciones educativas de educación superior. Con relación a ello, se discrepa de los resultados obtenidos por Gavilanes (2015) quien refiere el incremento del nivel de tolerancia en relación a la edad. Se puede afirmar que en el caso de la presente muestra por su condición de becarios, no existe un alto de correlación en esta dimensión.

Finalmente, en relación a la sexta hipótesis específica se observa que existe relación directa moderada ( $r = ,481$ ) entre estrés académico y adicción al Facebook, dimensión conflicto en estudiantes de instituciones educativas de educación superior, concluyéndose que ambas variables presentan una correlación directa moderada. Dichos resultados de acuerdo a Gavilanes (2015) reafirman una divergencia en el tiempo dedicado a las actividades académicas y las actividades relativas al ocio.

## VI. CONCLUSIONES

- Existe correlación directa moderada ( $Rho = ,438$ ) entre estrés académico y adicción al Facebook en estudiantes de instituciones educativas de educación superior.
- Existe correlación directa moderada ( $Rho = ,405$ ) entre estrés académico y adicción al Facebook, dimensión Saliencia, en estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020.
- Existe correlación directa moderada ( $Rho = ,463$ ) entre estrés académico y adicción al Facebook, dimensión abstinencia en estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020.
- Existe correlación directa baja ( $Rho = ,237$ ) entre estrés académico y adicción al Facebook, dimensión recaída en estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020.
- Existe correlación directa moderada ( $Rho = ,439$ ) entre estrés académico y adicción al Facebook, dimensión modificación del estado de ánimo en estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020.
- Existe correlación directa muy baja ( $Rho = ,184$ ) entre estrés académico y adicción al Facebook, dimensión tolerancia en estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020.
- Existe correlación directa moderada ( $Rho = ,481$ ) entre estrés académico y adicción al Facebook, dimensión conflicto en estudiantes de instituciones educativas de educación superior, 2020.



## VII. RECOMENDACIONES

- Desarrollar futuras investigaciones con dichos instrumentos adaptados al contexto nacional en otra población, replicando la presente investigación en universidades nacionales con el propósito de establecer comparaciones.
- Los resultados de esta investigación permiten un acercamiento a esta población que según la literatura es vulnerable de presentar experiencias conflictivas relacionadas al uso de la Internet y a los subgrupos que según los resultados presentan mayores experiencias de este tipo.
- Elaborar programas de prevención (charlas y/o talleres) dirigidos a los subgrupos de esta población universitaria que mostraron mayores experiencias conflictivas relacionadas a la adicción a Facebook.
- Concientizar a la población universitaria sobre mediante talleres, el uso adecuado de las redes sociales y las consecuencias de su abuso.

## VIII. REFERENCIAS

- Andreassen, C. S., Torsheim, T., Brunborg, G. S. y Pallesen, S. (2012). Development of a Facebook addiction scale. *Psychological Reports*, 110(2), 501-517. <http://10.2466/02.09.18.PR0.110.2.501-517>
- Araujo, M y Pinguz, A (2017) Estrés académico y adicción a redes sociales en universitarios de la Molina [Tesis de Licenciatura en Psicología] Universidad San Ignacio de Loyola: [http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/USIL/3339/3/2017\\_Araujo-Quinto.pdf](http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/USIL/3339/3/2017_Araujo-Quinto.pdf)
- Arnau, J. (1997) *Método de investigación en ciencias humanas* :Omega
- Baelo, R., y Cantón, I. (2009). Las tecnologías de la información y la comunicación en la educación superior. Estudio descriptivo y de revisión. *Revista Iberoamericana de Educación*, 1-10. <https://rieoei.org/historico/deloslectores/3034Baelo.pdf>
- Balaguer, R. (2001) La adicción a Internet” En *Adicción*, 2001, Montevideo: Cuadernos de la Coordinadora de Psicólogos del Uruguay: <http://www.cibersociedad.net/archivo/articulo.php?art=2>
- Barraza, A. (2005). Características del estrés académico de los alumnos de educación media superior. *Revista Dialnet*, 1(4) ,15-20. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2880918>
- Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 9(3) ,110-129. <http://revistas.unam.mx/index.php/rep/article/viewFile/19028/18052>
- Barraza, A. (2008). El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: un diseño de diferencia de grupos. *Avances en Psicología*

- Latinoamericana, 26(2), 270- 289. <https://www.redalyc.org/pdf/799/79926212.pdf>
- Becoña, E. (2006). *Adicción a nuevas tecnologías*. La Coruña: Nova Galicia Edicions.
- Belloch, C. (2012) *Las Tecnologías de la Información y Comunicación en el aprendizaje*. Material docente [on-line]. Departamento de Métodos de Investigación y Diagnóstico en Educación. Universidad de Valencia.: <http://www.uv.es/bellohc/pedagogia/EVA1.pdf>
- Borrás, O. (2013). *Manual de Facebook*. Monografía, Rectorado (UPM), Madrid. [http://oa.upm.es/14514/1/Manual\\_de\\_Facebook.pdf](http://oa.upm.es/14514/1/Manual_de_Facebook.pdf)
- Burgueño, P. (2009). *Clasificación de redes sociales*. España. <https://www.pablofb.com/2009/03/clasificacion-de-redes-sociales/>
- Caldera, J.; Pulido, B. y Martínez, G. (2007). Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos. *Revista de Educación y Desarrollo*, 1 (7) ,77-82. [https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu\\_desarrollo/anteriores/7/007\\_Caldera.pdf](https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/7/007_Caldera.pdf)
- CEDRO. (2016). *Uso y abuso de las redes sociales digitales en adolescentes y jóvenes* <http://repositorio.cedro.org.pe/bitstream/CEDRO/310/1/CEDRO.5376.Uso%20y%20abuso%20de%20las%20redes%20sociales.2016.pdf>.
- Cerdán, R (2017) *Adicción a las redes sociales en estudiantes del primer ciclo de Psicología de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega* [Tesis para optar el Título profesional de Licenciada en Psicología] Universidad Inca Garcilaso de la Vega.: <http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/1675/TRAB.SUF.PROF.%20ROC%C3%8DO%20DEL%20PILAR%20CERD%C3%81N%20C%C3%81RDENAS.pdf?sequence=2&isAllowed=y>

- Cereijo, S. (2012). Prevención del estrés e inteligencia emocional. <http://es.slideshare.net/escarada/uso-de-la-inteligencia-emocional-en-la-prevencindel-estres>.
- Condori, Y, Mamani, K. (2016). Adicción a Facebook y procrastinación académica en estudiantes de la facultad de ingeniería y arquitectura de la universidad peruana [Tesis de Licenciatura en Psicología] Universidad Unión [http://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/177/Yuli\\_Tesis\\_bachiller\\_2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/177/Yuli_Tesis_bachiller_2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Córdova, D Yrigoyen, E (2015) Estrés y su asociación en el rendimiento académico en los estudiantes de la Facultad de Medicina desde primero a octavo nivel de la PUCE, sede Quito. [Tesis de Licenciatura de Medicina) Universidad Católica de Ecuador: <http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/8882/TESIS%20DEFINITIVA.pdf?sequence=1>
- Cruzado, J Muñoz, M y Navarro, E. (2001) Adicción a internet. De la hipotética entidad Diagnostica a la realidad clínica .En Psicopatía Clínica, Legal y Forense Vol 2 (1) pp 93 102. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2518103>
- Chambi, S. y Sucari, B. (2017). Adicción a internet, dependencia al móvil, impulsividad y habilidades sociales en pre-universitarios de la Institución Educativa Privada Claudio Galeno, Juliaca 2017: Imprenta Unión.
- Chimbo, K., y Rodas, C. (2013). Estudio de la relación del Facebook y Rendimiento académico de los adolescentes. [Tesis de Licenciatura en Psicología] Universidad de Cuenca <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/3390/1/Tesis.pdf>
- Chóliz, M., Villanueva, V., Chóliz, M . (2009). Ellas, ellos y su móvil: uso, abuso y dependencia del teléfono móvil en la adolescencia. Revista Española de

Drogodependencias, 34(1), 74-88: [www.aesed.com/descargas/revistas/v34n1\\_6.pdf](http://www.aesed.com/descargas/revistas/v34n1_6.pdf)

Chóliz, M. y Marco, C. (2012). *Adicción a Internet y Redes sociales. Tratamiento Psicológico*: Alianza Editorial.

Diario Gestión (2020). Social Media: Perú es el primer país de la región con mayor porcentaje de alcance de redes sociales (11,02,2019) <https://gestion.pe/tecnologia/social-media-peru-primer-pais-region-mayor-porcentaje-alcance-redes-sociales-258321-noticia/>

Echeburúa, E. (1999). ¿Adicciones sin Drogas? Las nuevas adicciones: juego, sexo, comida, compras, trabajo, Internet. Ediciones Desclee de Brosver

Echeburúa, E y Paz de Corral (1998) Manual de violencia familiar. Cuadernos De Trabajo Social, (11), 306. <https://revistas.ucm.es/index.php/CUTS/article/view/CUTS9898110306A>

Echeburua, E (2010) El Desafío de la Prevención en Estrés Postraumático: ¿Cómo Sobrevivir a un Desastre? En *Terapia Psicológica* Vol 28(2)

Echeburúa, E y Requesens, A (2012) *Adicción a las redes sociales y nuevas tecnologías en niños y adolescentes*: Pirámide

Estallo. (2010). Usos y abusos de internet. País Vasco: Universidad del País Vasco.

García, F. y Muñoz, J. (2004). El Estrés Académico: Problemas y soluciones desde una perspectiva psicosocial. <http://www.casadellibro.com/libro>.

García, J (2017) Adicción al Facebook y comunicación padres - adolescente en estudiantes de secundaria de una institución educativa [Tesis para optar el Título de Psicología Clínica] Universidad Nacional Federico Villarreal. <http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/2262/Garc%C3%ADa%20Rojas%20Jos%C3%A9%20Luis.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Gavilanes, G (2015) Adicción a las redes sociales y su relación con la adaptación conductual en los adolescentes. [Tesis para optar el Título de Psicología Clínica] Universidad Católica del Ecuador: <http://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/1137/1/75670.pdf>
- Guerrero, E. (2002). Modos de afrontamiento de estrés laboral en una muestra de docentes universitarios. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, (43); p. 93-112. <https://www.redalyc.org/pdf/274/27404309.pdf>
- Haeussler, M (2014) Nivel de adicción a las redes sociales que presentan los adolescentes miembros del movimiento juvenil pandillas de la amistad [Tesis de Licenciatura en Psicología Clínica] Universidad Rafael Landívar.: <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2014/05/42/Haeussler-Maria.pdf>
- Hernández, Fernández y Baptista. (2016). *Metodología de la Investigación*. Editorial Mc Graw Hill. México.
- Hernández, Y. (2005). El estrés académico: Una revisión crítica del concepto desde las ciencias de la educación. *Revista electrónica de Psicología Iztacala*, 14(2) ,1-14.<https://www.medigraphic.com/cgibin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=45045>
- Huanca, F (2018) Adicción al internet y ansiedad en adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Politecnico Juliaca – 2017 [Tesis de Licenciatura en Psicología] Universidad Alas Peruanas: [http://repositorio.uap.edu.pe/bitstream/uap/7082/1/T059\\_73538197\\_T.pdf](http://repositorio.uap.edu.pe/bitstream/uap/7082/1/T059_73538197_T.pdf)
- INEI (2020) Estadísticas de las Tecnologías de Información y Comunicación en los hogares. Informe Técnico. [https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/boletin\\_tics.pdf](https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/boletin_tics.pdf)

- Lastenia, L. (2006). Factores asociados en el estrés académico. *Revista Iberoamericana de Psicológica*, 37(210) ,1-12.
- Latamclick (2020) Estadísticas de las redes sociales en el mundo: datos completos del 2018:<https://www.latamclick.com/estadisticas-de-las-redes-sociales-en-el-mundo-2018/>
- Luengo, A (2004) Adicción a Internet: conceptualización y propuesta de intervención. *Revista Profesional Española de Terapia Cognitivo-Conductual*. Vol 2 pp 22-52. <http://www.jogoremoto.pt/docs/extra/BL5L6u.pdf>
- Marty, M.; Lavin, M.; Figueroa, M.; Larraín, D. y Cruz, C. (2005). Prevalencia de estrés en estudiantes del área de la salud de la Universidad de los Andes y su relación con enfermedades infecciosas. *Revista Chilena de Neuropsiquiatría*, 43(1),2532.[https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S071792272005000100004](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S071792272005000100004)
- Méndez, G, Pérez, M y Castillo, J (2016) Impacto psicosocial del uso adictivo de las redes sociales en estudiantes jóvenes de tercer año de la carrera Trabajo Social de FAREM-Estelí [Tesis de Licenciatura de Trabajo Social] Universidad Autónoma de Nicaragua.: <http://repositorio.unan.edu.ni/1759/1/16902.pdf>
- Mendiola, J. (2010). El manejo del Estrés Académico en estudiantes universitarios: una propuesta de intervención. [Tesis de Licenciatura]. UNAM, Chimalhuacán, México.[https://repositorio.unam.mx/contenidos/el-manejo-del-estres-academico-en-estudiantes-universitarios-una-propuesta-de-intervencion378574?c=wYwxD3&d=false&q=\\*&i=2&v=1&t=search\\_0&as=1](https://repositorio.unam.mx/contenidos/el-manejo-del-estres-academico-en-estudiantes-universitarios-una-propuesta-de-intervencion378574?c=wYwxD3&d=false&q=*&i=2&v=1&t=search_0&as=1)

- Monzón, M. (2007). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista Apuntes de Psicología*, 25(1) ,87-99. <http://www.apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/117/119>
- Mora, M. (2012). *Redes sociales*. Universidad Autonoma de Puebla., Puebla.: <https://es.scribd.com/doc/90856633/Ensayode-Redes-Sociales-Final>
- Morduchowicz, R, Marcon, A Sylvestre, B y Ballestrini, F (2010). Los Adolescentes y las redes sociales. *Escuelas y Medios*. <http://www.me.gov.ar/escuelaymedios/material/redes.pdf>
- Naranjo, M. (2009). Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo. *Revista Educación*, 33(2) ,171-190. <https://www.redalyc.org/pdf/440/44012058011.pdf>
- Núñez, F. (2008). Relaciones entre estrés académico, apoyo social, salud mental y rendimiento académico en estudiantes universitarios venezolanos. *Psicología y Salud*, 7(3) ,739-751
- Oblitas, L. (2004). *Manual de psicología clínica y de la salud hospitalaria*. <http://www.psicom.uson.mx/>.
- Organización Mundial de la Salud OMS (2010) *Estrategia mundial para reducir el uso nocivo del alcohol*. Italia: Servicio de Producción de Documentos de la OMS. [https://www.who.int/substance\\_abuse/activities/msbalcstrategies.pdf](https://www.who.int/substance_abuse/activities/msbalcstrategies.pdf)
- Osorio, M. (2017). *Reconocer, prevenir y afrontar el estrés académico*. Universidad de Chile. <https://www.uchile.cl/portal/presentacion/centro-de-aprendizajecampus-sur/114600/reconocer-prevenir-y-afrontar-el-estres-academico>
- Peiro, J. (2005). Estrés, clima y cultura organizacional, equipos de trabajo, gestión de RRHH. *Revista de Psicología del Trabajo y Organizaciones*, 90(6) ,12-17. <https://www.redalyc.org/pdf/778/77829109.pdf>



- Reynoso, L. (2005). *Psicología clínica de la salud: Un enfoque conductual*. de [https://www. /Reynoso Psicología Clínica de la Salud](https://www.ReynosoPsicologíaClínica.de.la.Salud).
- Reyna (2017) Niveles de adicción a redes sociales en estudiantes de secundaria de un colegio de Lima Oeste. [Tesis de Título Profesional de Licenciado en Psicología]Universidad Inca Garcilaso de Vega.: <http://repositorio.uigy.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/1840/TRAB.SUF.PROF.%20RONALD%20IV%C3%81N%20REYNA%20SAAZ.pdf?sequence=2&isAllowed=y>
- Román, C., Ortiz, F y Hernández, Y. (2008). El estrés académico en estudiantes latinoamericanos de la carrera de Medicina. *Revista Iberoamericana de Educación*, 7(46), 1-8. Recuperado de: [rieoei.org/2371.htm](http://rieoei.org/2371.htm)
- Sistema de Recolección de Información para Educación Superior SIRIES (2020) <http://www.minedu.gob.pe/superiortecnologica/sistema-informacion.php>
- Tuesta, J (2021) Dependencia de los universitarios peruanos a las redes sociales durante la pandemia de la covid-19. [Tesis de Título Profesional de Licenciado en Psicología]Universidad Nacional Agraria de la Selva.
- Vallejos, M.; Capa, W.; Figueroa, J. y Sulcahuamán, J. (2014). Factores predisponentes y adicción a redes sociales en universitarios. *Avances en Psicología* 18(1)
- Vallejos, M, Copez, A y Capa, W (2018)¿Hay alguien en línea? : Validez y fiabilidad de la versión en español de la Bergen Facebook Addiction Scale (BFAS) en universitarios.[https://www.researchgate.net/publication/326739038\\_Hay\\_alguien\\_en\\_linea\\_Validez\\_y\\_fiabilidad\\_de\\_la\\_version\\_en\\_espanol\\_de\\_la\\_Bergen\\_Facebook\\_Addiction\\_Scale\\_BFAS\\_en\\_universitarios](https://www.researchgate.net/publication/326739038_Hay_alguien_en_linea_Validez_y_fiabilidad_de_la_version_en_espanol_de_la_Bergen_Facebook_Addiction_Scale_BFAS_en_universitarios)
- Velasco, M (2018) Evaluación e intervención del estrés en estudiantes que inician su carrera universitaria [Tesis de grado] Universidad Católica de Colombia.:

*<https://repository.ucatolica.edu.co/bitstream/10983/15927/1/Trabajo%20de%20grado%20final.pdf>*

Villavicencio, N. (2015). Adicción a Facebook en adolescentes de quinto curso del colegio internacional Rudolf Steiner.[ Tesis de Licenciatura en Psicología]. Universidad internacional SEK Ecuador. *<http://repositorio.uisek.edu.ec/handle/123456789/1100>*

## **IX. ANEXOS**

## Anexo A. Matriz de consistencia

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLES	METODOLOGIA
¿Existe relación entre estrés académico y adicción al Facebook en estudiantes de una institución educativa superior de Lima Metropolitana, 2020?	<p><b>Objetivo general.</b> Determinar la relación existente entre estrés académico y adicción al Facebook en estudiantes de una institución educativa superior de Lima Metropolitana, 2020</p> <p><b>Objetivos Específicos.</b></p> <p>a. Establecer la relación entre estrés académico y adicción al Facebook, dimensión saliencia en estudiantes de una institución educativa superior de Lima Metropolitana, 2020.</p> <p>b. Establecer la relación entre estrés académico y adicción al Facebook, dimensión abstinencia en estudiantes de una institución educativa superior de Lima Metropolitana, 2020.</p> <p>c. Establecer la relación entre estrés académico y adicción al Facebook, dimensión recaída en estudiantes de una institución educativa superior de Lima Metropolitana, 2020.</p> <p>d. Establecer la relación entre estrés académico y adicción al Facebook, dimensión modificación de ánimo en estudiantes de una institución educativa superior de Lima Metropolitana, 2020.</p> <p>e. Establecer la relación entre estrés académico y adicción al Facebook, dimensión tolerancia en estudiantes de una institución educativa superior de Lima Metropolitana, 2020.</p>	<p><b>Hipótesis general.</b> Existe relación significativa entre estrés académico y adicción al Facebook en estudiantes de una institución educativa superior de Lima Metropolitana, 2020</p> <p><b>Hipótesis específicas</b></p> <p>a. Existe relación significativa entre estrés académico y adicción al Facebook, dimensión saliencia en estudiantes de una institución educativa superior de Lima Metropolitana, 2020.</p> <p>b. Existe relación significativa entre estrés académico y adicción al Facebook, dimensión abstinencia en estudiantes de una institución educativa superior de Lima Metropolitana, 2020.</p> <p>c. Existe relación significativa entre estrés académico y adicción al Facebook, dimensión recaída en estudiantes de una institución educativa superior de Lima Metropolitana, 2020.</p> <p>d. Existe relación significativa entre estrés académico y adicción al Facebook, dimensión modificación de ánimo en estudiantes de una institución educativa superior de Lima Metropolitana, 2020.</p> <p>e. Existe relación significativa entre estrés académico y adicción al Facebook, dimensión</p>	<p><b>Estrés académico</b></p> <p><b>Dimensiones</b> Situaciones Reacciones físicas Reacciones psicológicas Reacciones comportamiento</p> <p><b>Adicción al Facebook</b></p> <p>Saliencia Síndrome de abstinencia Recaída Modificación de ánimo Tolerancia Conflicto</p>	<p><b>Tipo: Descriptiva</b></p> <p>Diseño: Descriptiva-Correlacional</p> <p><b>Población:</b> Estudiantes de una institución educativa superior</p> <p><b>Muestra:</b> Estudiantes del primer año de una institución educativa superior</p> <p><b>Instrumentos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Inventario de Estrés académico (SISCO)</li> <li>• Bergen Facebook Addiction Scale (BFAS)</li> </ul>

	<p>f. Establecer la relación entre estrés académico y adicción al Facebook, dimensión conflicto en estudiantes de una institución educativa superior de Lima Metropolitana, 2020.</p>	<p>tolerancia en estudiantes de una institución educativa superior de Lima Metropolitana, 2020.  f. Existe relación significativa entre estrés académico y adicción al Facebook, dimensión conflicto en estudiantes de una institución educativa superior de Lima Metropolitana, 2020.</p>		
--	---	--	--	--

## INVENTARIO SISCO DEL ESTRÉS ACADÉMICO

El presente cuestionario tiene como objetivo central reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes de educación media superior, superior y de postgrado durante sus estudios. La sinceridad con que responda a los cuestionamientos será de gran utilidad para la investigación. La información que se proporcione será totalmente confidencial y sólo se manejarán resultados globales. La respuesta a este cuestionario es voluntaria por lo que usted está en su derecho de contestarlo o no contestarlo.

1.- Durante el transcurso de este semestre ¿has tenido momentos de preocupación, estrés o tensión?

- Si
- No

**En caso de seleccionar la alternativa "no", el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa "si", pasar a la pregunta número dos y continuar con el resto de las preguntas.**

2.- Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5 señala tu nivel de preocupación o tensión, donde (1) es poco y (5) mucho.

1	2	3	4	5

3.- En una escala del (1) al (5), señala con qué frecuencia te **Inquietaron o Preocuparon** las siguientes **Situaciones:**

		(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
3	La competencia con los compañeros del grupo					
4	Sobrecarga de tareas y trabajos escolares					
5	La personalidad y el carácter del profesor					
6	Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
7	El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
8	No entender los temas que se abordan en la clase					
9	Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
10	Tiempo limitado para hacer el trabajo					

4.- En una escala del (1) al (5), señala con qué **Frecuencia** tuviste las siguientes **reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas Preocupado o Tenso.**

<b>Reacciones físicas</b>						
		(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
11	Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					
12	Fatiga crónica (cansancio permanente)					
13	Dolores de cabeza o migrañas					
14	Dolores de cuello, hombros, espalda					
15	Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
16	Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
17	Somnolencia o mayor necesidad de dormir					
<b>Reacciones psicológicas</b>						
		(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
18	Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
19	Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
20	Ansiedad, angustia o desesperación.					
21	Problemas de concentración					
22	Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					
<b>Reacciones comportamentales</b>						
		(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
23	Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
24	Aislamiento de los demás					
25	Desgano para realizar las labores académicas					
26	Aumento o reducción del consumo de alimentos					

5.- En una escala del (1) al (5), señala con qué **Frecuencia** utilizas **estrategias** para enfrentar las situaciones que te causan estrés y nerviosismo.

		(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
27	Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros).					
28	Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas.					
29	La religiosidad (oraciones o asistencia a misa).					
30	Búsqueda de información sobre la situación					
31	Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa).					



Fotos: WhatsApp Image 2022-02-13 at 8:35:56 PM.jpeg

Ver todas las fotos + Agregar a

Editar y crear Compartir

**Permiso de autorización para uso del instrumento inventario SISCO de estrés académico** Recibidos x

**Giancarlo ROMANÍ CHÁVEZ** 6 feb 2022, 10:26 (hace 7 días)

Estimado maestro Arturo Barraza, espero se encuentre bien, mi nombre es Giancarlo Romani de Lima Peru, le escribo cordialmente para solicitarle su valioso apoy

**Mail Delivery Subsystem** 6 feb 2022, 10:26 (hace 7 días)

No se ha encontrado la dirección Tu mensaje no se ha entregado a tbarraza@terra.com.mx porque no se ha encontrado la dirección o esta no puede recibir correo. E

**Arturo Barraza** para mí 19:47 (hace 48 minutos)

Va saludos

**GIANCARLO.pdf** 324 KB

Responder Reenviar

Escribe aquí para buscar

22°C 21:15 13/02/2022

---

Victoria de Durango, a 13 de febrero de 2022

Giancarlo Romaní Chávez.  
Bachiller en Psicología  
Presente.

Por medio de la presente me permito autorizarle el uso del Inventario SISCO para el estudio el Estrés Académico. Dicho inventario es de mi autoría y su validación fue reportada en el artículo "Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del estrés académico" disponible en <http://www.psicologiacientifica.com/sisco-propiedades-psicometricas/>

Para mayor información al respecto puede consultar el video denominado "Inventario SISCO de estrés académico" disponible en <https://www.youtube.com/watch?v=NsPEqQs3htg&t=312s>

Esta autorización es para su uso con fines exclusivamente académicos y otorgando los créditos correspondientes de autoría a un servidor.

Sin otro particular por el momento me despido reiterándole las seguridades de mi atenta consideración.



---

Dr. Arturo Barraza Macías

c.c.p. archivo

---

## BERGEN FACEBOOK ADDICTION SCALE (BFAS)

**Instrucciones:**

Cada una de las siguientes frases describe su uso de las redes sociales. Por favor señale con qué frecuencia usó durante **el último año**.

**No olvide responder (X) todas las preguntas teniendo las siguientes alternativas. Gracias.**

**Muy rara vez    Rara vez                    Algunas veces    Casi siempre                    Siempre**

PREGUNTAS		Muy rara vez	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
	Por favor señale con qué frecuencia usó durante <b>el último año</b> .					
1	Se conectó a sus redes sociales a través del teléfono en los primeros 15 minutos luego de levantarse o en los 15 minutos previos a acostarse?					
2	Pasó buen tiempo pensando en Facebook o planeó su uso?					
3	Te pusiste inquieto o te causo problemas si se te prohibió el uso de Facebook?					
4	Experimento que otros le hayan dicho que debe reducir el uso de Facebook pero no los escucho					
5	Usó Facebook con el fin de olvidar problemas personales					
6	Pasó más tiempo en Facebook de lo que inicialmente pensaba?					
7	Utilizó Facebook tanto que tuvo un impacto negativo en su trabajo o estudios?					
8	Revisó su celular cuando tomaba desayuno, almuerzo o cena?					
9	Pensó como poder tener más tiempo libre para estar en Facebook?					
10	Te pusiste irritable si te prohibieron el uso de Facebook?					
11	Trató de reducir el uso de Facebook sin éxito					
12	Usó Facebook con el fin de reducir la inquietud?					
13	Sintió que usar Facebook cada vez más te resultaría placentero?					
14	Dió poca prioridad a los pasatiempos (hobbies), actividades de ocio, y el ejercicio debido a Facebook?					
15	Cuando está pasando un buen momento, siente la necesidad imperiosa de compartirlo en redes sociales?					
16	Pensó mucho que está pasando en Facebook en este momento?					
17	Usó Facebook para reducir los sentimientos de culpa, ansiedad, impotencia y depresión					
18	Decidió usar Facebook con menor frecuencia, pero no logró hacerlo					
19	Te sentiste mal, si por distintas razones no pudiste iniciar sesión en Facebook durante algún tiempo?					
20	Sintió necesidad de usar Facebook cada vez más?					
21	Ignoró a su pareja, familiares o amigos a causa de Facebook?					
22	Se preocupó cuando otros se estaban divirtiéndose sin usted?					

Para: Gian Carlo Romani Chavez <2008046784@unfv.edu.pe>

 1 archivos adjuntos (287 KB)  
instrumentos BFAS.docx

Estimado Giancarlo

Un gusto saber de su interés de estudiar esta variable y para reforzar su investigación se le otorga el permiso correspondiente

La adaptación lo puede ubicar en el enlace

<https://ojs.haaaj.org/index.php?journal=haaj&page=article&op=view&path%5B%5D=394>

Éxitos

Miguel Vallejos

### ¿Hay alguien en línea? : Validez y fiabilidad de la versión en español de la Bergen Facebook Addiction Scale (BFAS) en universitarios | Health and Addictions/Salud y Drogas

ResumenEl impacto de las redes sociales en la vida cotidiana se ha convertido complejo en el establecimiento de límites entre el uso normal y patológico que podría conllevar a un trastorno adictivo. El objetivo del presente estudio fue brindar evidencias de validez y fiabilidad de las puntuaciones de la escala BFAS en población de estudiantes universitarios.

[ojs.haaaj.org](https://ojs.haaaj.org)

---

**De:** Gian Carlo Romani Chavez <2008046784@unfv.edu.pe>

**Enviado:** sábado, 12 de febrero de 2022 19:14

**Para:** Miguel Angel Vallejos Flores <mvallejosf@unfv.edu.pe>

**Cc:** contradicciones69@hotmail.com <contradicciones69@hotmail.com>

**Asunto:** Permiso de autorización para uso del instrumento validado y adaptado BFAS

Estimado maestro Miguel Vallejos, espero se encuentre bien, soy el bachiller Giancarlo Romani de la UNFV, le escribo cordialmente para solicitarle su valioso apoyo brindándome la autorización para hacer uso de la Escala BFAS de adicción a Facebook que fue validado y adaptado por usted y colaboradores con la finalidad de poder realizar una investigación para optar el grado de licenciado en Psicología de la Universidad Nacional Federico Villarreal, la investigación se titula Estrés académico y adicción a Facebook en estudiantes de instituciones educativas de educación superior.

Estaré atento a su respuesta y así continuar con la realización investigación, agradezco de antemano tu atención.

Giancarlo Romani  
Bachiller en Psicología  
991172936