



**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA**  
**INDOAMÉRICA**  
**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD**  
**CARRERA DE PSICOLOGÍA**

**TEMA:**

---

**ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y ANSIEDAD EN ADOLESCENTES DE  
UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE LA CIUDAD DE QUITO**

---

Trabajo de Integración Curricular previo a la obtención del título de Licenciada en  
Psicología

**Autores**

García Paredes Johanna Rosalia

**Tutora**

Ps. CI. Pérez Vega Doris Jacqueline,

M.Sc.

QUITO– ECUADOR  
2022

**AUTORIZACIÓN POR PARTE DEL AUTOR PARA LA CONSULTA,  
REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL, Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA  
DEL TRABAJO DE TÍTULACIÓN**

Yo, Johanna Rosalía García Paredes declaro ser autor del Trabajo de Titulación con el nombre “Adicción a las Redes Sociales y Ansiedad en Adolescentes de una Institución Educativa de la Ciudad de Quito”, como requisito para optar al grado de Licenciada en Psicología y autorizo al Sistema de Bibliotecas de la Universidad Tecnológica Indoamérica, para que con fines netamente académicos divulgue esta obra a través del Repositorio Digital Institucional (RDI-UTI).

Los usuarios del RDI-UTI podrán consultar el contenido de este trabajo en las redes de información del país y del exterior, con las cuales la Universidad tenga convenios. La Universidad Tecnológica Indoamérica no se hace responsable por el plagio o copia del contenido parcial o total de este trabajo.

Del mismo modo, acepto que los Derechos de Autor, Morales y Patrimoniales, sobre esta obra, serán compartidos entre mi persona y la Universidad Tecnológica Indoamérica, y que no tramitaré la publicación de esta obra en ningún otro medio, sin autorización expresa de la misma. En caso de que exista el potencial de generación de beneficios económicos o patentes, producto de este trabajo, acepto que se deberán firmar convenios específicos adicionales, donde se acuerden los términos de adjudicación de dichos beneficios.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Quito, al mes de agosto de 2022, firmo conforme:

Autor: Johanna García Rosalía Paredes



Firma:.....

Número de Cédula: 1727374108

Dirección: Pichincha, Quito, Calderón.

Correo Electrónico: jgarcia21@indoamerica.edu.ec

Teléfono: 0959945067

## **APROBACIÓN DEL TUTOR**

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Titulación “ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y ANSIEDAD EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE LA CIUDAD DE QUITO” presentado por Johanna Rosalía García Paredes, para optar por el Título de Licenciada en Psicología.

### **CERTIFICO**

Que dicho trabajo de investigación ha sido revisado en todas sus partes y considero que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la presentación pública y evaluación por parte los Lectores que se designe.

Quito, agosto del 2022

.....  
M.Sc Doris Jacqueline Pérez Vega

## DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD

Quien suscribe, declaro que los contenidos y los resultados obtenidos en el presente trabajo de investigación, como requerimiento previo para la obtención del Título de Licenciada en Psicología son absolutamente originales, auténticos y personales y de exclusiva responsabilidad legal y académica del autor

Quito, agosto de 2022



.....  
Johanna Rosalia García Paredes

1727374108

## APROBACIÓN DE TRIBUNAL

El trabajo de Titulación, ha sido revisado, aprobado y autorizada su impresión y empastado, sobre el Tema: ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y ANSIEDAD EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE LA CIUDAD DE QUITO, previo a la obtención del Título de Licenciada en Psicología, reúne los requisitos de fondo y forma para que el estudiante pueda presentarse a la sustentación del Trabajo de Integración Curricular.

Quito, agosto de 2022

.....

Msc. Gilda Marianela Moreno Proaño

LECTOR (A)

.....

Msc. Jonathan Francisco Jirón Jiménez

LECTOR (A)

## **DEDICATORIA**

Esta dedicatoria va principalmente para mí, por la valentía que he tenido de afrontar cada situación, adversidad y riesgo que a la final me han hecho madurar.

A mi mejor amiga Nathaly que estuvo ahí en los mejores y peores momentos durante mi etapa universitaria, apoyándome, regalándome sus consejos y diciéndome que no me rindiera ante cualquier problema que se presentara.

A mi abuelita que confió en mí en todo momento, por estar presente desde mi nacimiento hasta ahora que me estoy convirtiendo en una adulta, el amor que me ha brindado con su calidez y sencillez, te amo con todo mi corazón.

Y por último a las personas que me han apoyado económicamente a pesar de las dificultades que se han vivido, gracias.

Johanna García.

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco por el tiempo, apoyo y paciencia a mi compañero de tesis Cristian Montenegro que a pesar que no ha sido nada fácil hemos logrado esta meta juntos, después a nuestra tutora de tesis Doris Pérez que ha estado para nosotros en atender cualquier duda que hayamos tenido, y por ultimo agradezco a todos mis compañeros que se han cruzado por mi camino, en hacerme vivir experiencias que quedan en el alma como en el recuerdo.

Johanna García.

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

PORTADA.....	i
AUTORIZACIÓN PARA EL REPOSITORIO DIGITAL .....	ii
APROBACIÓN DEL TUTOR .....	iii
DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD .....	iv
APROBACIÓN DE LECTORES.....	v
DEDICATORIA.....	vi
AGRADECIMIENTO .....	.vii
ÍNDICE DE CONTENIDOS.....	viii
ÍNDICE DE TABLAS.....	ix
ÍNDICE DE GRÁFICOS .....	x
RESUMEN EJECUTIVO .....	xi
ABSTRACT .....	xii
INTRODUCCIÓN.....	14
MARCO METODOLÓGICO. ....	19
RESULTADOS. ....	21
DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES. ....	26
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS. ....	29
ANEXOS .....	32

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla No. 1 Edades de los adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Quito .....	21
Tabla No. 2 Sexo .....	22
Tabla No. 3 Correlación de la obsesión de las redes sociales y ansiedad estado-rasgo. 22	
Tabla No. 4 Correlación de falta de control personal y ansiedad estado- rasgo.....	22
Tabla No. 5 Correlación de uso excesivo de las redes sociales y ansiedad estado rasgo. ....	23
Tabla No. 6 Escala de medidas de tendencia central de adicción a las redes sociales dimensión obsesión por las redes sociales.....	23
Tabla No. 7 Escala de medidas de tendencia central de adicción a las redes sociales dimensión de falta de control personal .....	23
Tabla No. 8 Escala de medidas de tendencia central de adicción a las redes sociales dimensión de uso excesivo de las redes sociales.....	23
Tabla No. 9 Escala de medidas de tendencia central de la escala de ansiedad – estado... ..	24
Tabla No. 10 Escala de medidas de tendencia central de la escala de ansiedad – rasgo.. ..	25
Tabla No. 11 Correlación de variable problemática adicción con lo sociodemográfico.. ..	25

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico No. 1 Nivel en general de adicción a las redes sociales .....	24
Gráfico No. 2 Escala de nivel obsesión de las redes sociales .....	24
Gráfico No. 3 Escala de nivel falta de control.....	24
Gráfico No. 4 Escala de nivel uso excesivo de las redes sociales .....	24
Gráfico No. 5 Nivel ansiedad estado .....	25
Gráfico No. 6 Nivel ansiedad rasgo .....	25

**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA**  
**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD**  
**CARRERA DE PSICOLOGÍA**

**TEMA: (ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y ANSIEDAD EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE LA CIUDAD DE QUITO)**

**AUTOR:** Johanna Rosalia García Paredes

**TUTORA:** Ps. CI. Doris Jacqueline Pérez Vega,  
M.Sc.

**RESUMEN EJECUTIVO**

El avance científico y tecnológico obliga a las personas a mantener una interacción permanente con diversas plataformas, en búsqueda de información e interacción social, por dicho motivo, este estudio busca determinar la relación entre la adicción a redes sociales y la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Quito, considerando los riesgos que ocasiona en los jóvenes el continuo uso de las aplicaciones. La metodología con un paradigma positivista, método cuantitativo, diseño no experimental, eje transversal y alcance correlacional. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de adicción a las redes sociales (ARS) y el Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI) con una muestra de 100 adolescentes. Los resultados muestran que, dos de las dimensiones que califica el primer reactivo correlacionaron de manera positiva y significativa con los factores de ansiedad, en concreto la dimensión uso excesivo a redes sociales con ansiedad estado y falta de control personal con ansiedad rasgo. Concluyendo que la adicción a redes sociales guarda relación con ansiedad, se constata que gran parte de la muestra hay una falta de control personal ante el uso de redes sociales que puede ser un indicativo de posibles complicaciones a futuro.

**DESCRIPTORES:** adicción, adolescente, ansiedad estado, ansiedad rasgo, redes sociales.

**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA**  
**FACULTAD DE FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD**  
**CARRERA DE PSICOLOGÍA**

**TEMA: (ADDICTION TO SOCIAL NETWORKS AND ANXIETY IN ADOLESCENTS OF AN EDUCATIONAL INSTITUTION IN THE CITY OF QUITO)**

**AUTHOR:** Johanna Rosalia García Paredes

**TUTOR:** Ps. CI. Doris Jacqueline Pérez Vega,  
M.Sc.

**ABSTRACT**

Scientific and technological progress forces people to maintain a permanent interaction with various platforms, in search of information and social interaction, for this reason, this study seeks to determine the relationship between addiction to social networks and anxiety in adolescents of an educational institution in the city of Quito, considering the risks caused in young people by the continued use of applications. The methodology with a positivist paradigm, quantitative method, non-experimental design, transversal axis and correlational scope. The instruments used were the Social Network Addiction Scale (ARS) and the State-Trait Anxiety Inventory (STAI) with a sample of 100 adolescents. The results show that two of the dimensions rated by the first test correlated positively and significantly with the anxiety factors, specifically the dimension of excessive use of social networks with state anxiety and lack of personal control with trait anxiety. Concluding that addiction to social networks is related to anxiety, it was found that a large part of the sample has a lack of personal control over the use of social networks, which may be an indication of possible future complications.

**KEYWORDS:** addiction, teenager, state anxiety, trait anxiety, social networks.

# Adicción a las Redes Sociales y Ansiedad en Adolescentes de una Institución Educativa de la Ciudad de Quito.

*Addiction to Social Networks and Anxiety in Adolescents of an Educational Institution of the City of Quito.*

*Autor:* Johanna García Paredes  
[jgarcia21@indoamerica.edu.ec](mailto:jgarcia21@indoamerica.edu.ec)

*Autor:* Cristian Alexander Montenegro  
[cmontenegro5@indoamerica.edu.ec](mailto:cmontenegro5@indoamerica.edu.ec)

*Tutor:* Doris Pérez-Vega  
[dorispez@uti.edu.ec](mailto:dorispez@uti.edu.ec)

*Lector:* Gilda Moreno-Proañó  
[gyldamoreno@indoamerica.edu.ec](mailto:gyldamoreno@indoamerica.edu.ec)

*Lector:* Jonathan Jirón - Jiménez  
[jiron@indoamerica.edu.ec](mailto:jiron@indoamerica.edu.ec)

Trabajo de Integración Curricular  
previo a la obtención del título de  
Licenciado en Psicología de la  
Universidad Tecnológica  
Indoamérica.

Modalidad:  
Investigación Cuantitativa.

Quito, Ecuador.  
Agosto de 2022.

## RESUMEN

El avance científico y tecnológico obliga a las personas a mantener una interacción permanente con diversas plataformas, en búsqueda de información e interacción social, por dicho motivo, este estudio busca determinar la relación entre la adicción a redes sociales y la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Quito, considerando los riesgos que ocasiona en los jóvenes el continuo uso de las aplicaciones. La metodología con un paradigma positivista, método cuantitativo, diseño no experimental, eje transversal y alcance correlacional. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de adicción a las redes sociales (ARS) y el Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI) con una muestra de 100 adolescentes. Los resultados muestran que, dos de las dimensiones que califica el primer reactivo correlacionaron de manera positiva y significativa con los factores de ansiedad, en concreto la dimensión uso excesivo a redes sociales con ansiedad estado y falta de control personal con ansiedad rasgo. Concluyendo que la adicción a redes sociales guarda relación con ansiedad, se constata que gran parte de la muestra hay una falta de control personal ante el uso de redes sociales que puede ser un indicativo de posibles complicaciones a futuro.

**Palabras Clave:** *adicción, adolescente, ansiedad estado, ansiedad rasgo, redes sociales.*

## ABSTRACT

Scientific and technological progress forces people to maintain a permanent interaction with various platforms, in search of information and social interaction, for this reason, this study seeks to determine the relationship between addiction to social networks and anxiety in adolescents of an educational institution in the city of Quito, considering the risks caused in young people by the continued use of applications. The methodology with a positivist paradigm, quantitative method, non-experimental design, transversal axis and correlational scope. The instruments used were the Social Network Addiction Scale (ARS) and the State-Trait Anxiety Inventory (STAI) with a sample of 100 adolescents. The results show that two of the dimensions rated by the first test correlated positively and significantly with the anxiety factors, specifically the dimension of excessive use of social networks with state anxiety and lack of personal control with trait anxiety. Concluding that addiction to social networks is related to anxiety, it was found that a large part of the sample has a lack of personal control over the use of social networks, which may be an indication of possible future complications.

**Keywords:** *addiction, teenager, state anxiety, trait anxiety, social networks.*

## 1. INTRODUCCIÓN.

Las redes sociales han sido un tema de interés durante mucho tiempo, pese a ser una forma de interacción social cuya meta es intercambiar información de forma dinámica entre personas, en un principio su uso era limitado por la conexión a internet y la necesidad de adquirir dispositivos electrónicos que permitan navegar por la red. Además, es necesario la adquisición de conocimientos, destrezas y habilidades mínimas para hacer uso de las herramientas tecnológicas que ofrecen las redes sociales.

Con el pasar del tiempo las redes sociales han logrado tener una gran acogida, ya que, su uso ha brindado la posibilidad de poseer y emplear nuevas vías de comunicación, también permite divulgar información de variado contenido, muchas personas disfrutan las redes sociales y algunas dedican tiempo de ocio en estas aplicaciones; sin embargo, también las usan para fines educativos, laborales, entre otros. (Sierra y Barrientos, 2021)

Se ha evidenciado un crecimiento paulatino en las cifras de personas que manejan redes sociales, todo esto parece indicar que en unos pocos años más su uso llegará a extenderse a toda cultura y sociedad en cualquier parte del planeta (Hernández et ál., 2018).

En el transcurso de la pandemia por Covid-19 fue evidente el incremento en la necesidad de utilizar dispositivos móviles, cuyo uso ha sido para actividades académicas, trabajo, teletrabajo, entre otros. Las herramientas virtuales que

ofrecen estos dispositivos al tener acceso a internet solventaron una necesidad para evitar la presencialidad en muchos contextos de la vida de las personas durante la crisis de sanidad, un ejemplo es el desarrollo y la innovación de las TICs por parte de docentes de instituciones educativas. Por otro lado, lo adverso de las redes sociales está en la posibilidad de desarrollar adicciones, por la constante necesidad de estar conectados online.

Con el mundo en constante cambio y luego de que la pandemia obligará a todos a un confinamiento por un período largo las actividades presenciales se retomaron pero la utilización de plataformas y medios virtuales como las redes sociales continua por lo que el riesgo de su uso excesivo se mantiene, ya que cada día aparecen sucesos nuevos que llaman la atención, los sujetos sienten la necesidad de estar informados, además del requerimiento permanente de actualizaciones que sufren estas aplicaciones, entre las que son más relevantes y usadas: Instagram, YouTube, WhatsApp, Facebook y TikTok.

Estas redes mencionadas anteriormente; son las más divertidas y peculiares en Ecuador, ya que, brindan la posibilidad de compartir la vida del usuario con amigos y familiares (Paredes, 2020).

Se pueden emplear las redes sociales para ver y editar videos, mensajes de texto, enviar imágenes, archivos, compartir historias y música, con la ventaja de poder hacerlo desde cualquier dispositivo con conexión a internet, siendo cada una de estas aplicaciones gratuitas y fáciles de

## Adicción a las redes sociales y ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa de la Ciudad de Quito

utilizar respecto a su navegación (Gómez del Castillo, 2017).

La adicción, según la Organización Mundial de la salud (OMS) se la considera como una enfermedad física y psicoemocional en la que se crea la dependencia y necesidad hacia una sustancia, actividad y relación (Méndez, Romero, Cortés, Ruíz y Próspero, 2017).

Valleur y Matysiak (2005) citado por Echeverría (2013), indican que una persona que ha caído en una adicción o en una conducta adictiva detectan las siguientes señales o síntomas de alerta como: falta de firmeza para alejarse de la conducta conflictiva y no poder controlarla, desatención de las tareas habituales y las relaciones sociales, bajo rendimiento escolar o laboral por cansancio y concentración, mal humor y agresividad, cambios en el aspecto físico, etc (p.16). Por otro parte, los autores Small y Vorgan (2008) menciona que la adicción por causa del internet es: obsesión, falta de control, abstinencia, permanencia online.

La actividad virtual siempre va a estar presente, pero sin una guía o control se puede llegar a presentar en el aspecto psicológico algunos problemas como la adicción a estas aplicaciones y sitios web. Muchas personas usan redes sociales para aparentar tener una vida que dista mucho de su realidad, puede ser en lo económico, social, personal y familiar, esta ilusión es una de las razones principales por las que se genera una dependencia a las redes sociales (Critikián y Núñez, 2021).

Turel y Serenko (2012) citado por Jasso, López y Díaz (2017), mencionan que la

adicción a las redes sociales es donde cada persona sin importar la edad, se toma el tiempo ya sea a navegar, conocer, jugar, dialogar por aplicaciones que resultan beneficiosas, en las cuales se genera un hábito constante llegando así a una adicción.

Todas las adicciones se agrupan en una serie de desórdenes psicológicos, mismos que pueden relacionarse con las actividades mencionadas anteriormente. Por tanto, se destaca la adicción a redes sociales, ya que, es un espacio donde las personas pueden expresar lo que piensan, también pueden estar al tanto de lo que hacen los amigos o contactos. Además, en la actualidad se hace indispensable la adquisición de aparatos que permitan estar más tiempo conectados, este gasto económico en algunas personas se justifica por la necesidad de realizar actividades en la red para fines laborales o académicos; sin embargo, para otras personas la compra de nuevos dispositivos solo supone una mayor conectividad y mejor manejo al momento de usar redes sociales debido a que ya se ha creado una adicción (Hernández, Yáñez y Carrera, 2017).

A pesar de que las redes sociales han sido consideradas como una moda pasajera por algunas personas, también existen criterios que en el diario vivir su requerimiento es indispensable, se realizó un estudio en España, encontrando que ellos a partir de los 14 años comienzan a darle uso a las redes sociales, pero desde los 16 años se vuelven usuarios más activos y no ven las consecuencias que tiende a generar como dificultades de flexibilidad cognitiva, no se realizan ciertas actividades por el olvido, estado de ánimo bajo, conflictos para tomar

## Adicción a las redes sociales y ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa de la Ciudad de Quito

decisiones, se presentan dificultades que impiden un buen desarrollo de la memoria de trabajo o problemas en la concentración. Dentro del ámbito psicológico, la adicción ante determinadas aplicaciones tecnológicas puede guardar relación con ser emocionalmente inestable, experimentar irritabilidad, tener dificultades para hacer frente a problemas que se presentan en la cotidianidad, entre otros. (Cabero, Pérez y Valencia, 2020)

Los trastornos de ansiedad son patologías mentales frecuentes, que provocan el sufrimiento, siendo una carga significativa en los ámbitos sociales y económicos; según la Organización Mundial de la Salud (OMS) la ansiedad es una reacción emocional normal ante las situaciones amenazantes del individuo (Chacón et al., 2021).

Báez (2002) citado por Zabala (2021), menciona que se forma una categoría de diagnósticos de salud mental a partir de los trastornos de ansiedad, en los que intervienen miedo, preocupación, nerviosismo y aprensión, estos trastornos llegan a presentar alteraciones al momento de procesar emociones y en la manera de comportarse, también causan síntomas físicos; puede ser vaga e inquietante la ansiedad leve, pero la ansiedad severa muy por el contrario puede repercutir gravemente en la vida cotidiana.

Elizondo (2016), considera que el trastorno de ansiedad social, se manifiesta cuando el individuo teme ser evaluado de forma negativa, es decir ser juzgado como débil ante la sociedad y esto puede impedir que la persona acuda a su lugar de trabajo, escuela u otras actividades diarias.

APA (2000), citado por García et ál. (2008), menciona que este trastorno se caracteriza por el miedo persistente y las situaciones sociales en la que una persona puede ser evaluada negativamente por otra, en estas situaciones pueden encontrarse debates de clase, fiestas, participar en actividades, ir a encuentros sociales; al exponerse ante estas situaciones pueden generar respuestas psicofisiológicas de ansiedad como: sentir un nudo en la garganta, ruborizarse, palpitaciones, sensaciones de desmayo, temblores, dolores de cabeza y estómago y por ultimo pánico.

Escurra y Salas (2014) citado por Mohanna y Romero (2019), mencionan que, mediante la realización de estudios empíricos y literatura especializada, se ha podido corroborar la comorbilidad que existe por la adicción a internet, partiendo de la utilización inmoderada de las redes sociales, logrando asociarlo a trastornos emocionales, afectivos y psiquiátricos. La ansiedad destaca en los trastornos generados y es un factor que tiene estrecha relación con las conductas adictivas, ya que, al establecerse un hábito, este va a generar estados de necesidad que son incontrolables, es en este momento donde se desencadena la ansiedad. Para atenuar la presencia de ansiedad, se desarrolla un comportamiento adictivo que no está guiado por la sensación de placer o gratificación, sino por la necesidad de disminuir los niveles de ansiedad que por no realizar la actividad se producen.

La salud mental se ve comprometida cuando una persona hace uso de las redes sociales de manera compulsiva, ya que, se encuentran dificultades para tener un control, dependencia extrema, problemas

## Adicción a las redes sociales y ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa de la Ciudad de Quito

psicológicos, el aislamiento y la ansiedad (Moreira de Freitas et al., 2021).

Esta realidad tecnológica por el uso de las redes sociales puede verse mejor reflejada en los niños, adolescentes y adulto joven, dado que, es una forma divertida y rápida de compartir gustos, conocimientos, experiencias, entre otros. Sin embargo, pueden presentarse algunos aspectos negativos, entorno al excesivo y mal uso de las redes sociales.

Las redes sociales se actualizan constantemente para brindar a sus usuarios un mejor servicio, cautivándolos e incrementando usuarios, por la idea de alcanzar información ilimitada de todo tipo, entretenimiento, social, entre otros. Razón por la que surge la necesidad de realizar una investigación que pueda establecer una relación entre sus usos favorables, la utilidad que representa en su educación, las debilidades que posee, y los peligros que se pueden presentar (Mendoza, 2018).

Los adolescentes son sin duda una población vulnerable, cuando se aborda la temática de adicción a redes sociales, puede significar la edad un factor de riesgo, puesto que, ellos se encuentran expuestos constantemente a nuevas emociones por el trabajo mental gradual que supone la elaboración de una identidad definitiva, siendo esta una etapa de transición entre un estado infantil a su culminación como adulto. Por esta razón, las redes sociales son tan llamativas para los adolescentes, brindan nuevas experiencias gracias al acceso casi ilimitado de información y la relación que pueden entablar con grupos afines a sus gustos y expectativas.

Las redes sociales han roto casi toda brecha comunicativa, hablando de idioma, cultura, espacio y tiempo; sin embargo, puede haber repercusiones considerables en adolescentes. Tener acceso a internet tiene su lado negativo, se la puede considerar una herramienta precursora de adicción, especialmente para adolescentes que quedan deslumbrados por las diferentes redes sociales. En algún momento el simple ocio que significa estar conectado pasa a transformarse en el eje principal de su vida social, por ende, los jóvenes se ven afectados no solo en el ámbito académico, también en el psicosocial (Romero, 2018).

Gonzales (2009) citado por Lombeida (2018), menciona que, dentro del estudio de las adicciones en base a las redes sociales, se puede aludir que estas se han convertido en un fenómeno que da libertad a sus usuarios de pertenecer y crear comunidades virtuales con similares intereses, teniendo así una interacción continua, agradable e inmediata con este medio, lo que provoca una satisfacción y vuelve a las personas dependientes.

Al investigar sobre el ámbito social y los problemas que se presentan, hay factores que tienen una influencia significativa en el diario vivir de los individuos, se puede observar que tienen gran relevancia las redes sociales, sumando a esto los estresores comunes a los que una persona está expuesta, pueden desencadenar varios conflictos que afectan a niños, adolescentes y adultos, ya sea dentro del campo laboral, familiar o social, siendo precursor de la generación frecuente de síntomas ansiosos (Güemes, Ceñal y Hidalgo, 2017).

## Adicción a las redes sociales y ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa de la Ciudad de Quito

Uno de los trastornos con más prevalencia en adolescentes es la ansiedad, la cual se encuentra directamente relacionado con problemas emocionales. Un estudio llevado a cabo en Guayaquil – Ecuador mostró que, de una población de 183 adolescentes entre 14 y 18 años, solo un 4% constató no tener algún nivel de ansiedad, mientras que, un 42% presentaron niveles moderados, el 33% leve y un 21% severo. Evidenciando también que, son las mujeres quienes tienen más frecuencia de signos y síntomas relacionados con la ansiedad y que invierten en redes sociales más de su tiempo, con un uso aproximado de 5 a 10 horas (Estrella y Sacoto, 2019).

El presente estudio va en torno al uso excesivo de las redes sociales. En el mundo moderno se utiliza mucho las aplicaciones que tienen como fin la comunicación, pero en el caso de adolescentes que tienden a abusar de las diferentes herramientas tecnológicas, esto representa un riesgo, ya que, son precursoras para el desencadenamiento de trastornos como el caso de la adicción a las redes sociales y ansiedad.

Por otro lado, la adolescencia es una etapa crucial en el desarrollo de las personas, surgen conflictos emocionales y conductuales que dificultan su diario vivir, pueden tener gran influencia las aplicaciones como Instagram, Facebook, WhatsApp, TikTok, YouTube, que son las más utilizadas, porque son llamativas por sus logos, color y diseño; su actualización implica en cada red el uso de su propio algoritmo cuyo significado tiene según Arellanes e Iñigo (2020), que “toman las decisiones de lo que aparece en la página de inicio y en las sugerencias

de posibles páginas, amigos y publicidad que podrían ser de interés, hacer sentir cómodo y atendido a sus usuarios” (p. 105). Para que las diversas redes sociales recomienden información o productos que se asocien a los gustos de cada usuario es por ello que los adolescentes se dejan cautivar en estas aplicaciones por lo que le restan importancia a sus responsabilidades, lo que podría generar una adicción que no reconocen o no la admiten por estar constantemente en la red y la interrelación con el posible desarrollo de ansiedad con una manifestación sintomática que pudiera desencadenar, siendo importante comprender a profundidad esta problemática que forma parte del diario vivir.

Por lo mencionado anteriormente es que se plantean las siguientes interrogantes de interés: ¿Cómo se relaciona la adicción a redes sociales y la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Quito?; ¿Cuál es el nivel de adicción que presentan los adolescentes?; ¿Cuál es el nivel de ansiedad que muestran los adolescentes?; ¿Cómo los aspectos sociodemográficos se relacionan con el desarrollo de la adicción a las redes sociales en adolescentes?

Es crucial poseer conocimientos amplios sobre este tema, se pueden sentar bases que servirán en un futuro para el establecimiento de pautas psicoeducativas, socializarlas a tutores o padres de familia y a docentes de unidades educativas, en relación a cuáles podrían ser algunos factores de riesgo que impulsan a la permanencia constante en redes sociales, así como poder establecer factores protectores y mitigar las posibilidades de que se generen niveles

# Adicción a las redes sociales y ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa de la Ciudad de Quito

preocupantes de ansiedad, priorizando de esta manera el bienestar psicológico. Además, es fundamental aportar al conocimiento científico y continuar con futuras investigaciones, que profundicen en esta problemática permitiendo transpolar a diversos grupos generacionales.

Por último, para la realización de esta investigación existieron elementos que lo hicieron factible, como el apoyo de las autoridades de la institución educativa y la participación de estudiantes; también se contaron con los reactivos necesarios para obtención de los datos.

En función de dar respuesta a las interrogantes planteadas, se propuso el siguiente objetivo general: Determinar la relación entre la adicción a redes sociales y la ansiedad; y, como objetivos específicos: 1. Establecer las medidas de tendencia central de las puntuaciones obtenidas en la evaluación de adicción a redes sociales y sus dimensiones; 2. Describir las medidas de tendencia central de las puntuaciones obtenidas en la evaluación de ansiedad y sus niveles; e 3. Identificar la relación entre los factores sociodemográficos y la adicción a las redes sociales en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Quito.

## 2. MARCO METODOLÓGICO.

La población, tomada en cuenta para esta investigación son adolescentes pertenecientes de una institución educativa de la ciudad de Quito; siendo seleccionados un total de 100 estudiantes. La técnica de muestreo aplicada es no probabilística de tipo intencional, según los autores Otzen y Manterola (2017),

plantean que este tipo de muestreo permite seleccionar casos característicos de una población limitando la muestra a esos casos, se la utiliza en escenarios donde la población es muy variable y en cantidad reducida. (p.230)

La metodología de estudio es de enfoque cuantitativo que permite la recolección y análisis de los datos para contestar las preguntas de investigación y comprobar las hipótesis; confía en la medición numérica, el conteo y el uso frecuente de la estadística para establecer patrones de comportamiento en una población. (Sampieri, Collado, y Baptista, 2003)

El diseño es no experimental con un eje transversal, un alcance correlacional, cuyo objetivo es comparar las variables presentadas en la investigación, siendo la adicción a las redes sociales en adolescentes y la ansiedad, las cuales serán estudiadas en un tiempo y lugar determinado. Esta investigación adopta el paradigma positivista.

Ricoy (2006), menciona que “el paradigma positivista se califica de cuantitativo, empírico - analítico, racionalista, sistemático gerencial y científico tecnológico”. Por tanto, este paradigma sustentará al proceso investigativo que tiene como objetivo comprobar una hipótesis por medios estadísticos o determinar parámetros de una variable mediante una expresión numérica. (Ramos, 2015, p.14).

La investigación se realizó en una institución educativa particular de la ciudad de Quito, la población seleccionada consta de 100 estudiantes, pertenecientes al ciclo básico y bachillerato entre las edades de 11 a 19

## Adicción a las redes sociales y ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa de la Ciudad de Quito

años. Se proporcionó un consentimiento informado dirigido a los padres de familia, posterior a su aceptación; se presentó una ficha sociodemográfica con el fin de obtener los datos personales; edad, sexo, conocer con quien vive, entre otros aspectos; se aplicaron dos reactivos que permitieron recabar información en base a las variables trabajadas en la investigación, se realizó de manera virtual por la plataforma Google Forms.

### **Criterios de inclusión y exclusión**

#### **Criterios de inclusión:**

- Adolescentes pertenecientes a una institución.
- En edades comprendidas entre los 11 a 19 años.
- Aceptación de los padres de familia para la participación del menor mediante un consentimiento informado.

#### **Criterios de exclusión:**

- Adolescentes con discapacidad intelectual o déficit sensoriales que impiden la realización de los test.
- Que no utilicen redes sociales.
- Que no deseen participar del estudio.
- Que no presenten los consentimientos firmados por los padres.

Los reactivos utilizados fueron (test de adicción, y el de ansiedad). Escala de adicción a las redes sociales (ARS) creada por Miguel Ecurra Mayute y Edwin Salas Blas en la ciudad de Lima- Perú en el

2014 y validada en una muestra de 380 participantes. Está conformada por 24 ítems en una escala Likert que va de nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre obteniendo como puntaje de 0 a 4; tiene 2 ítems directos y uno inverso. Este instrumento está conformado por tres partes la cual los autores González, Tortolero y Silva (2021), mencionan el significado de estas: Obsesión por las redes sociales se caracteriza por pensar constantemente y sentir preocupación al no poder tener acceso o no estar conectado a las redes sociales. La falta de control personal en el uso de las redes sociales se refiere a la preocupación por la falta de control al hacer uso de las redes sociales, y genera problemas como dejar de cumplir las actividades, el uso excesivo de la red social es la percepción de estar conectado mucho tiempo. El instrumento presenta una confiabilidad de alfa Cronbach de .91, .89 y .92 por cada dimensión a investigar, por lo que tiene una alta consistencia interna (Ecurra & Salas, 2014).

Respecto al segundo reactivo, se empleó el Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo, es un instrumento específicamente diseñado en la medición de ansiedad. Posee dos escalas de autoevaluación las cuales miden dos dimensiones independientes de ansiedad, como estado y como rasgo. La primera dimensión es comprendida como una condición transitoria emocional del organismo, algo que la caracteriza son los sentimientos subjetivos de tensión y aprensión. Mientras que, la ansiedad como rasgo es definida como una propensión ansiosa estable, en este caso las personas y las situaciones son percibidas como amenazadoras, elevando de esta manera

# Adicción a las redes sociales y ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa de la Ciudad de Quito

la ansiedad. Esta escala contiene 20 ítems para cada factor, se puntúan en una escala tipo Likert con cuatro opciones de respuesta que van de 0 a 3. Este cuestionario en la adaptación española presenta una alta consistencia interna, entre 0.9 y 0.93 en la ansiedad/estado y entre 0.84 y 0.87 en ansiedad/rasgo. (Spielberger, 2015)

Una vez compartido el link de Google Forms a los estudiantes y después de que los padres o tutor legal dieron su aprobación en los consentimientos informados, se aplicaron los test.

El procesamiento de los datos obtenidos se tabularon en el programa SPSS, el que según Rivadeneira, Suarez y Barrera (2020), es un programa que fue creado en 1968, y sus siglas en ingles son Statistical Package for the Social Sciences - Paquete Estadístico para las Ciencias Sociales siendo referente mundial para el mundo estadístico, este programa esta diversificado en su totalidad, siendo desarrollado por Norman H. Nie, C. Hadai Hull y Dale H. Bent en la universidad de Stanford; el cual facilita la comprensión de los análisis de datos de acuerdo con la investigación.

## Consideraciones éticas

El principio de beneficencia tiene como significado el no causar daños a otros, en prevenir, eliminar, y hacer el bien a otros, hace referencia a actos de buena voluntad, amabilidad, caridad, altruismo, mientras que la no maleficencia implica la ausencia de acción, la obligación de no infringir un daño (Siurana, 2010).

Este estudio se realizó, tomando en cuenta el cumplimiento de las

consideraciones éticas como el consentimiento informado para los padres y participantes, ofreciendo así la capacidad de elegir formar parte de la investigación sin engaños, considerando los principio de beneficencia donde se aborda el transferir conocimientos que sirven como un aporte para el mejoramiento de la comunidad, y no maleficencia evitando una afectación a los estudiantes al no violentar su privacidad y manejar de manera cuidadosa la información obtenida. Por último, los resultados tuvieron un proceso adecuado sin manipulación para propia conveniencia de los investigadores.

## 3. RESULTADOS.

A continuación, se presentan los resultados alcanzados durante la investigación.

Tabla 1:

*Edades de los adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Quito*

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	11	12	12%
	12	13	13%
	13	12	12%
	14	12	12%
	15	14	14%
	16	12	12%
	17	11	11%
	18	9	9%
	19	5	5%
Total	100	100%	

Elaborado por García y Montenegro, (2022)

En el estudio realizado se incluyó a 100 adolescentes, en las edades de: el 5% en

## Adicción a las redes sociales y ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa de la Ciudad de Quito

19 años; el 9% en 18 años, seguido del 11% en 17 años, el 12% en 11, 13, 14 y 16 años; el 13% en 12 años y por último el 14% en 15 años. (ver tabla 1)

Tabla 2:

*Sexo*

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Hombre	44	44%
	Mujer	56	56%
	Total	100	100.0

Elaborado por García y Montenegro, (2022)

Se observa con respecto al sexo que el 44% son hombres y el 56% son mujeres. (ver tabla 2)

Tabla 3:

*Correlación de la obsesión de las redes sociales y ansiedad estado-rasgo.*

			Nivel de ansiedad estado	Nivel de ansiedad rasgo
Rho de Spearman	Nivel de obsesión de las redes sociales	Coefficiente de correlación	.062	.155
		Sig. (bilateral)	.538	.123
		N	100	100

Elaborado por García y Montenegro, (2022)

La correlación entre la obsesión a las redes sociales y ansiedad estado indica -.062 y un nivel de significancia de .538 lo cual quiere decir que no hay correlación significativa.

La correlación entre obsesión a las redes sociales y ansiedad rasgo indica .155 y un

nivel de significancia de .123 lo cual quiere decir que no hay correlación significativa. (ver tabla 3)

Tabla 4:

*Correlación de falta de control personal y ansiedad estado-rasgo.*

			Nivel de ansiedad estado	Nivel de ansiedad rasgo
Rho de Spearman	Nivel de falta de control personal	Coefficiente de correlación	.171	.246*
		Sig. (bilateral)	.088	.014
		N	100	100

\*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (2 colas).

Elaborado por García y Montenegro, (2022)

La correlación entre la falta de control personal y ansiedad estado indica .171 y un nivel de significancia de .088 lo cual quiere decir que no hay correlación significativa.

La correlación entre falta de control personal y ansiedad rasgo indica .246\* y un nivel de significancia de .014 lo cual quiere decir que es significativo teniendo una correlación positiva < 0,05. (ver tabla 4)

Tabla 5:

*Correlación de uso excesivo de las redes sociales y ansiedad estado rasgo.*

## Adicción a las redes sociales y ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa de la Ciudad de Quito

			Nivel de ansiedad	Nivel de ansiedad rasgo
Rho de Spearman	Nivel de uso excesivo de las redes sociales	Coeficiente de correlación	.230*	.150
		Sig. (bilateral)	.022	.135
		N	100	100
*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (2 colas).				

Elaborado por García y Montenegro, (2022)

La correlación entre uso excesivo de las redes sociales y ansiedad estado indica .230\* y un nivel de significancia de .022 lo cual quiere decir que es significativo teniendo una correlación positiva  $< 0,05$ . La correlación entre el uso excesivo de las redes sociales y ansiedad rasgo indica .150 y un nivel de significancia de .135 lo cual quiere decir que no tiene una correlación significativa. (ver tabla 5)

Tabla 6:

*Escala de medidas de tendencia central de adicción a las redes sociales dimensión obsesión por las redes sociales.*

	Media	Mediana	Moda	Desviación estándar
Obsesión por las redes sociales.	15.8	15	7	8.36

Elaborado por García y Montenegro, (2022)

En relación a la puntuación obtenida en la escala adicción a las redes sociales en la dimensión obsesión a las redes sociales las medidas de tendencia central son: media con el 15.8, mediana 15, moda 7 y de desviación estándar 8.36. (ver tabla 6)

Tabla 7:

*Escala de medidas de tendencia central de adicción a las redes sociales dimensión de falta de control personal.*

	Media	Mediana	Moda	Desviación estándar
Falta de control personal.	10.59	11	15	4.95

Elaborado por García y Montenegro, (2022)

Con relación a la puntuación obtenida en la escala adicción a las redes sociales en la dimensión falta de control personal las medidas de tendencia central son: media con el 10.59, mediana 11, moda 15 y de desviación estándar 4.95. (ver tabla 7)

Tabla 8:

*Escala de medidas de tendencia central de adicción a las redes sociales dimensión de uso excesivo de las redes sociales.*

	Media	Mediana	Moda	Desviación estándar
Uso excesivo de las redes sociales.	14.78	13	13	6.17

Elaborado por García y Montenegro, (2022)

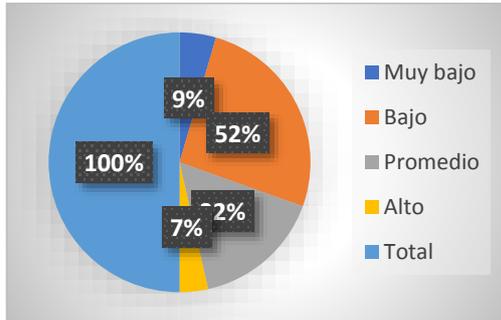
En relación a la puntuación obtenida en la escala adicción a las redes sociales en la dimensión uso excesivo de las redes

## Adicción a las redes sociales y ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa de la Ciudad de Quito

sociales las medidas de tendencia central son: media con el 14.78, mediana 13, moda 13 y de desviación estándar 6.17. (ver tabla 8)

Gráfico1:

*Nivel en general de adicción a las redes sociales.*

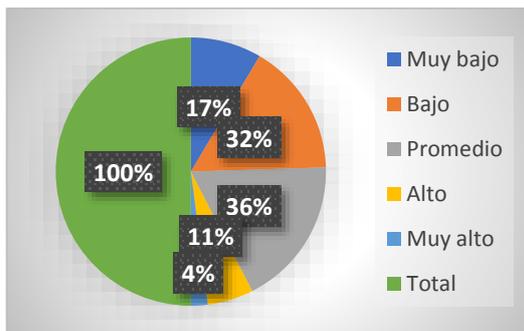


Elaborado por García y Montenegro, (2022)

De acuerdo a los niveles de adicción a las redes sociales en general tenemos que el 7% tiene alto, 9% muy bajo, 32% promedio y 52% bajo. (ver gráfico1)

Gráfico 2:

*Escala de nivel obsesión de las redes sociales.*

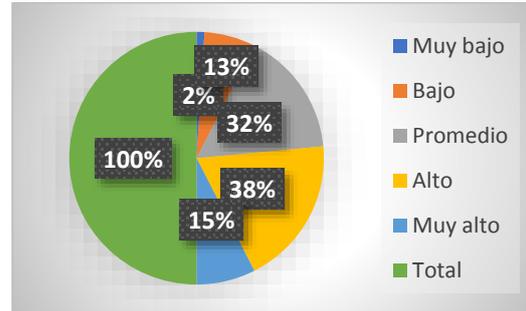


Elaborado por García y Montenegro, (2022)

De acuerdo a los niveles de obsesión de las redes sociales tenemos que el 4% tiene muy alto, 11% alto, 17% muy bajo, 32% bajo y 36% promedio. (ver gráfico 2)

Gráfico 3:

*Escala de nivel falta de control*

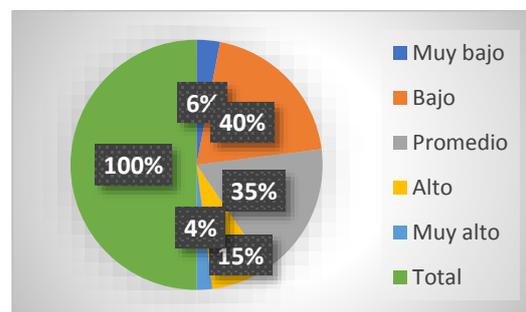


Elaborado por García y Montenegro, (2022)

De acuerdo con los niveles de falta de control personal tenemos que el 2% tiene muy bajo, 13% bajo, 15% muy alto, 32% promedio y 38% alto. (ver gráfico 3)

Gráfico 4:

*Escala de nivel uso excesivo de las redes sociales*



Elaborado por García y Montenegro, (2022)

De acuerdo a los niveles de uso excesivo de las redes sociales tenemos que el 4% tiene muy alto, 6% muy bajo, 15% alto, 35% promedio y 40% bajo. (ver gráfico 4)

Tabla 9:

*Escala de medidas de tendencia central de la escala de ansiedad/ estado.*

	Media	Mediana	Moda	Desviación estándar

## Adicción a las redes sociales y ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa de la Ciudad de Quito

Ansiedad estado	32.79	29	29	8.38
-----------------	-------	----	----	------

Elaborado por García y Montenegro, (2022)

En relación a la puntuación obtenida en la escala de ansiedad estado- rasgo tenemos en estado las medidas de tendencia central son: media con el 32.79, mediana 29, moda 29 y de desviación estándar 8.38. (ver tabla 9)

Tabla 10:

*Escala de medidas de tendencia central de la escala de ansiedad / rasgo.*

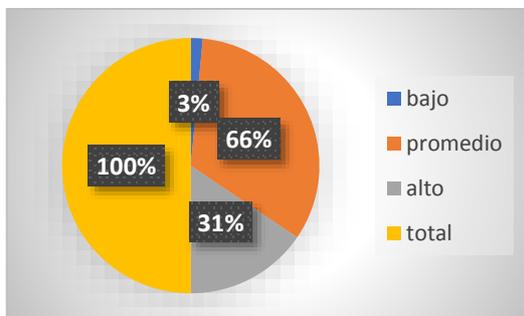
	Media	Mediana	Moda	Desviación estándar
Ansiedad rasgo	32.79	32	27	7.89

Elaborado por García y Montenegro, (2022)

En relación a la puntuación obtenida en la escala de ansiedad estado-rasgo tenemos en rasgo las medidas de tendencia central son: media con el 32.79, mediana 32, moda 27 y de desviación estándar 7.89. (ver tabla 10)

Gráfico 5:

*Nivel ansiedad / estado*

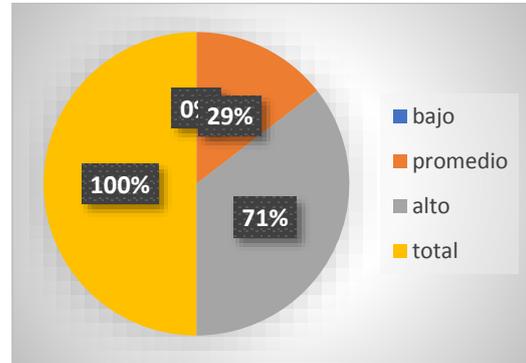


Elaborado por García y Montenegro, (2022)

De acuerdo a los niveles de ansiedad estado tenemos que el 3% tiene bajo, 31% alto y 66% promedio. (ver gráfico 5)

Gráfico 6:

*Nivel ansiedad / rasgo*



Elaborado por García y Montenegro, (2022)

De acuerdo a los niveles de ansiedad rasgo tenemos que el 0% tiene bajo 29% promedio y el 71% alto. (ver gráfico 6)

Tabla 11.

*Correlación de variable problemática adicción con lo sociodemográfico.*

			Nivel de obsesión de las redes sociales	Nivel de falta de control personal	Nivel de uso excesivo de las redes sociales
Rho de Spearman	Edad	Coefficiente de correlación	-.089	-.022	-.013
		Sig. (bilateral)	.377	.827	.900
		N	100	100	100

## Adicción a las redes sociales y ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa de la Ciudad de Quito

	Sexo	Coeficiente de correlación	.006	.051	-.023
		Sig. (bilateral)	.954	.612	.824
		N	100	100	100

Elaborado por García y Montenegro, (2022)

*Nota: No se utilizó toda la ficha sociodemográfica solo las dos variables correspondientes edad y sexo para la correlación.*

La correlación entre obsesión de las redes sociales y edad indica  $-.089$  y un nivel de significancia de  $.377$  lo cual quiere decir que no hay correlación significativa.

La correlación entre falta de control personal y edad indica  $-.022$  y un nivel de significancia de  $.827$  lo cual quiere decir que no hay correlación significativa.

La correlación entre uso excesivo de las redes sociales y edad indica  $-.013$  y un nivel de significancia de  $.900$  lo cual quiere decir que no hay correlación significativa.

La correlación entre obsesión de las redes sociales y sexo indica  $.006$  y un nivel de significancia de  $.954$  lo cual quiere decir que no hay correlación significativa

La correlación entre falta de control personal sexo indica  $.051$  y un nivel de significancia de  $.612$  lo cual quiere decir que no hay correlación significativa.

La correlación entre uso excesivo de las redes sociales y sexo indica  $-.023$  y un nivel de significancia de  $.824$  lo cual quiere decir que no hay correlación significativa. ( ver tabla 11)

### 4. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.

En la presente investigación se da a conocer los resultados de variados estudios que muestran a los adolescentes

como vulnerables ante el desencadenamiento de patologías como son la adicción a redes sociales y la ansiedad que se genera al no tener interacción con aquellas aplicaciones que para los jóvenes resulta ser tan llamativas por las posibilidades que ofrecen.

En la investigación realizada por Mohanna y Romero (2019), sus resultados de análisis correlacional indican que la adicción a las redes sociales correlacionó de manera positiva, significativa y moderada con ansiedad. En otras palabras, cuando es mayor la adicción a redes sociales, también se presenta mayor ansiedad. La relación establecida puede deberse a que la ansiedad forma parte de la adicción, también se la considera como un síntoma manifestado mayormente durante el síndrome de abstinencia frente a un lapso de tiempo en el que no hay la posibilidad de acceder a las redes sociales. Por lo tanto, las personas con mayor uso problemático de sus redes sociales despliegan conductas que interfieren con sus emociones, actitudes y pensamientos. Lo comentado anteriormente fortalece la explicación de Romero de Armas (2018) el cual nos indica que la adicción a redes sociales en adolescentes genera repercusiones negativas en su vida cotidiana, ya que, se evidencia una ansiedad por estar conectados, con un efecto similar al experimentado con drogas. Se obtuvieron resultados similares en la presente investigación, partiendo de la hipótesis general que establece una correlación entre las variables de adicción a redes sociales y la ansiedad estado-rasgo en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Quito, se encontró que en la dimensión obsesión de las redes sociales no hay una correlación significativa con los dos factores de ansiedad expuestos, mientras que, el uso excesivo de las redes sociales tiene una correlación positiva con un

## Adicción a las redes sociales y ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa de la Ciudad de Quito

nivel de significancia  $< 0,05$ , lo que significa que a mayor nivel de ansiedad estado, mayor es el nivel de uso excesivo, en cambio la dimensión falta de control personal guarda una correlación positiva con una significancia  $< 0,05$ , a mayor nivel de ansiedad rasgo, mayor es el nivel de falta de control.

En la investigación llevada a cabo por Loja (2015), indica que, de una muestra con un total de 120 participantes, solo el 0,45% presenta una adicción, mientras que el 26,40% exponen problemas con tendencias a generar una. Otra investigación hecha por Soria y Tandalla (2021) presentan resultados globales de una muestra de 111 participantes, exponiendo que el 7,21 % de estudiantes presentaron riesgo muy elevado de adicción, el 3,60% presentó riesgo de adicción, el 1,80% con sospecha de riesgo de adicción al internet y el 87, 39% no presentó riesgo de adicción. La presente investigación muestra resultados muy similares a las antes mencionadas, pues no hay un porcentaje significativo de la muestra que evidencie niveles preocupantes de adicción, en los resultados generales solo el 7% presenta niveles altos de adicción, el 32% niveles promedio, el 52% niveles bajos y el 9% niveles muy bajos. Por otra parte, en el estudio desarrollado por Estrada et al (2020), indican de una muestra de 195 estudiantes, el 52.3% presentó un nivel alto, 23,6% nivel moderado y 24,1% presentaban un nivel bajo, sugiriendo que la adicción a redes sociales fue más elevada en comparación a la investigación actual, esto se puede deber a los niveles de disfunción familiar hallados por el investigador.

En el estudio realizado por Trinidad y Varillas (2021) nos indican que, de una muestra de 215 estudiantes, un 49% mostraba niveles altos de ansiedad estado, seguido de un 39% de nivel medio y un 12% de un nivel bajo, mientras que, en

ansiedad rasgo, un 25% exhiben niveles altos, un 35% niveles medios y un 40% niveles bajos, esto como consecuencia de la adicción a las redes sociales. Corroborando así, mayor número de porcentaje en los niveles elevados de ansiedad estado y mostrando un menor índice de altos niveles en ansiedad rasgo en comparación a la investigación actual en la cual se constató que en la mayoría de participantes se evidencia niveles preocupantes en los dos factores valorados, habiendo en ansiedad estado un 31% con altos niveles, un 66% con niveles promedio y un 3% con niveles bajos, en cambio en ansiedad rasgo un 71% muestra niveles altos y un 29% niveles promedio, esto posiblemente debido a que los datos se obtuvieron al culminar el periodo académico, que implica pruebas, exámenes y entrega de calificaciones, lo cual puede generar en estudiantes una ansiedad constante en el transcurso de los días o semanas, esto también es explicado por Castillo et al (2021) el cual nos indica que un factor que potencia el desencadenamiento de la ansiedad son las demandas del entorno escolar, que puede generar pensamientos negativos sobre un eventual fracaso.

En la investigación llevada a cabo por Peris, Maganto y Garaigordobil (2018) que mediante la aplicación de una escala para medir riesgo de adicción a las redes sociales en adolescentes, de una muestra conformada por un total de 2417 participantes entre 12 y 17 años, se identificó que el sexo y la edad guarda relación con los resultados, hay diferencias estadísticamente significativas, puesto que, los hombres a comparación de las mujeres obtuvieron mayores puntuaciones en el total de adicción, de igual forma los adolescentes de 15-17 años frente a los de 12-14 años. Lo que contrasta con la investigación actual, en la que las variables sexo y edad no tienen una correlación significativa con la

## Adicción a las redes sociales y ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa de la Ciudad de Quito

adicción a redes sociales, esto podría deberse a la diferencia sustancial en la cantidad de participantes de ambas investigaciones, habiendo mayores posibilidades de correlación en una muestra más grande.

Se concluye que a pesar de que no hubo muchos casos de adolescentes que presentaran niveles altos de adicción a redes sociales y solo dos de sus dimensiones hayan tenido una correlación significativa con ansiedad estado-rasgo, se constata que en gran parte de la muestra hay una falta de control personal ante el uso de redes sociales que puede ser un indicativo de posibles complicaciones a futuro. La información aportada puede ayudar en el desarrollo de estrategias institucionales, que prevengan el desencadenamiento de sintomatologías relacionadas con el tema mencionado en la presente investigación.

Se evidenció que la adicción a redes sociales está presente en la vida de los estudiantes; sin embargo, no es una cantidad representativa de la muestra obtenida que cumplen con los criterios suficientes para tener indicios de un trastorno bien marcado, ya que, se analizó tres dimensiones importantes como son la obsesión, la falta de control personal y el uso excesivo, mostrando solo preocupantes índices en la falta de control, ya que, hubo niveles altos en más de la mitad de la muestra.

El factor de ansiedad que predomina por sus niveles elevados en la muestra es de rasgo, lo que indica mayor prevalencia de conflictos emocionales en el estado

emocional estable que involucra malestar en la mayoría de las ocasiones, esto frente al contraste existente con otra investigación cuya muestra es similar, sugiere la presencia de otros estímulos negativos presentes en el entorno que también ayudan en el desencadenamiento del trastorno.

Pese a que el sexo puede determinar cierta tendencia a realizar con más frecuencia actividades relacionadas con el uso de redes sociales como se ha evidenciado en diferentes estudios, en la presente investigación no influye mucho en los resultados obtenidos con el primer reactivo que califica la adicción a redes sociales. Lo mismo sucede con la variable edad en la que a pesar de haber cambios en el ámbito social, personal y académico, no es un factor que condicione de sobremanera los niveles de adicción.

Se presentó dificultades de acceso a la población disponible para el estudio por tema de virtualidad y culminación de periodo académico, no se pudo realizar una adecuada socialización previa con los adolescentes.

Dificultades de comunicación con autoridades de la institución para coordinar la aplicación de los instrumentos, debido a la problemática político-social que se vivió en el país.

Existen pocas investigaciones que vinculen la ansiedad como consecuencia de la adicción a redes sociales en adolescentes.

# Adicción a las redes sociales y ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa de la Ciudad de Quito

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

- Arrellanes-Juárez, N. & A. Iñigo-Dehud, L. S. (2020). Las redes sociales y el consumismo: del futuro colectivo al algoritmo de Facebook. *Dialnet*, 7(1), 100-107.
- Cabero-Almenara, J., Pérez, J. L. & Valencia, R. (2020). Escala para medir la adicción de estudiantes a las redes sociales. *Scielo*, 27. ISSN 2448-5799.
- Castillo-Riquelme, V., Cabezas-Maureira, M., Vera-Navarro, C. & Toledo-Puente, C. (2021). Ansiedad al aprendizaje en línea: relación con actitud, género, entorno y salud mental en universitarios. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 15(1).
- Critikián, D. M. & Núñez, M. M. (2021). Redes sociales y la adicción al like de la generación z. *Dialnet*, 11(1), 58-59. ISSN-e 2173-1675.
- Chacón, E., Xatruch De la Cera, D., Fernández, M. & Murillo, R. (2021). Generalidades sobre el trastorno de ansiedad. *Revista Cúpula*, 35(1), 23-36.
- Echeverría, M. I. (2013). “Adicción a redes sociales en jóvenes” (estudio realizado con jóvenes de 14-16 años del colegio liceo san luis de quetzaltenango ), [Trabajo de titulación, Universidad Rafael Landívar]. Repositorio Institucional URL.
- Elizondo-Arias, Y. (2016). Trastorno de ansiedad social (fobia social). *Dialnet*, 1(4), 20-24. .ISSN-e 2215-4523.
- Estrella, L. & Sacoto, J. (2019). *Ansiedad en adolescentes de 14 a 18 años asociados a redes sociales en un Centro Educativo de la ciudad de Guayaquil en el año 2018 -2019*. [trabajo de titulación, Universidad Católica de Santiago de Guayaquil]. Repositorio Institucional UCSG.
- Estrada-Araoz, E. G. & Gallegos-Ramos, N. A. (2020). Funcionamiento Familiar y Adicción a redes sociales en estudiantes de educación secundaria de Puerto Maldonado. *Revista San Gregorio*.
- García, L. J., Piqueras, J., Díaz, M. & Inglés, C. (2008). Trastorno de Ansiedad Social en la infancia y adolescencia. *Behavioral Psychology*, 16(3).
- Güemes-Hidalgo, M., Ceñal-González, M., & Hidalgo-Vicario, M. (2017). Desarrollo durante la adolescencia. Aspectos físicos, psicológicos y sociales. *Pediatría integral*, 21(4), 233-244.
- Gómez del Castillo, M. T. (2017). Utilización de WhatsApp para la Comunicación en Titulados Superiores. *Redalyc*, 15(4), 52.
- González, K. E., Tortolero, R. & Silva, C. (2021). Valoración psicométrica del Cuestionario. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 8(03), 26-34.
- Hernández, G. J., Aldape, M. A., Pineda, C. V. & López, H. L. (2018). Redes sociales y habilidades sociales en alumnos de la Preparatoria 6 de Tuxtla Gutiérrez, Chiapas. *Revista de Educación Básica*, 2(5), 28-39.

## Adicción a las redes sociales y ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa de la Ciudad de Quito

- Hernández-Mite, K. D., Yanez-Palacios, J. F. & Carrera-Rivera, A. A. (2017). Las redes sociales y adolescencias. Repercusión en la actividad física. *Universidad y Sociedad*, 9(2), 242-247. ISSN 2218-3620.
- Jasso-Medrano, J., López-Rosale, F. & Díaz-Loving, R. (2017). Conducta adictiva a las redes sociales y su relación con el uso problemático del móvil. *Elsevier*, 07(3), 2832-2838.
- Loja-Villazhiñay, A. K. (2015). *Uso del tiempo libre y adicción a redes sociales en adolescentes de 15 a 18 años* [trabajo de titulación, Universidad de Cuenca]. Repositorio Institucional UC.
- Lombeida-Miranda, F. J. (2018). *Jóvenes y redes sociales. Análisis de comportamiento por uso excesivo de facebook en la facultad de comunicación social, para determinar aporte académico para el desarrollo profesional* [trabajo de titulación, Universidad Central del Ecuador]. Repositorio Institucional UCE.
- Méndez, M., Romero, B., Cortés, J., Ruíz, A. & Prospéro, O. (Enero/Febrero de 2017). Neurobiología de las adicciones. *Scielo*, 60(1). ISSN 2448-4865.
- Mendoza-Lipa, J. R. (2018). "Uso excesivo de redes sociales de internet y rendimiento académico en estudiantes de cuarto año de la carrera de psicología UMSA. *Scielo*, 05(02).
- Mohanna-Velásquez, G. & Romero-Espinoza, D. V. (2019). *Adicción a las redes sociales y ansiedad en estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana*. [Trabajo de titulación, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. Repositorio Académico UPC.
- Moreira de Freitas, R. J., Carvalho, T. N., Lopes, J. A., Vale e Silva, J., Oliveira, K. & Fontes, S. (2021). Percepciones de los adolescentes sobre el uso de las redes sociales y su influencia en la salud mental. *Scielo*, 20(64).
- Otzen, T. & Manterola, C. (2017). Técnicas de muestreo sobre una población a estudio. *Int. J. Morphol.*, 35(1), 227-232.
- Paredes, I. (2020). Uso de las redes sociales: Facebook, WhatsApp, Instagram y su influencia en la ortografía de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Unión, 2020 [tesis de maestría, Universidad Peruana Unión]. Repositorio Institucional UPeU.
- Peris, M., Maganto, C. & Garaigordobil, M. (2018). Escala de riesgo de adicción-adolescente a las redes sociales e internet: fiabilidad y validez (ERA-RSI). *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 5(2), 30-36.
- Ramos, C. A. (2015). Los paradigmas de la investigación científica. *Unife*, 23(1), 9-17.
- Rivadeneira, J. L., Suarez, A. I. & Barrera, M. V. (2020). Análisis general del spss y su utilidad en la estadística. *Journal Of Business Sciences*, 2(4), 17-25.
- Romero de Armas, L. (2018). *Adicción a las redes sociales en los adolescentes*. [Trabajo de titulación, Universidad Autónoma de Madrid]. Repositorio Institucional UAM.

## Adicción a las redes sociales y ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa de la Ciudad de Quito

- Sampieri, R., Collado, C. & Baptista, L. (2003). Metodología de la Investigación. Método de comunicación Sociales.
- Sierra, J. & Barrientos, A. (2021). *Cosmovisión de la comunicación en redes sociales en la era postdigital*. En C. 6. Gáinz-7rápaga (Ed.). ISBN 978-84-486-2584-9.
- Siurana, J. C. (2010). Los principios de la bioética y el surgimiento de una bioética intercultural. *Scielo*(22), 124-125. ISSN- 0717-4675.
- Soria-Sánchez, A. S. & Tandalla-Gallardo, C. M. (2021). *Adicción a internet en estudiantes de bachillerato de una unidad educativa particular de la ciudad de Quito*. [Trabajo de titulación, Universidad Tecnológica Indoamérica]. Repositorio Institucional UTI.
- Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L. & Lushene, R. E. (2015). Manual STAI, Cuestionario de Ansiedad Estado Rasgo. Madrid: TEA Ediciones
- Trinidad-Grados, L. A. & Varillas-Estupiñán, G. V. (2021). *Adicción a redes sociales y ansiedad estado – rasgo en estudiantes de secundaria del colegio privado Nikola Tesla, Huacho 2021*. [Trabajo de titulación, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional UCV.
- Zabala-Baquero, S. S. (2021). *Ansiedad, síntomas de adicción a las redes sociales y procrastinarian en adolescentes de colegios públicos de Villavicencio*. [Trabajo de titulación, Universidad Santo de Tomás]. Repositorio Institucional UST.

# Adicción a las redes sociales y ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa de la Ciudad de Quito

## ANEXO 1

Solicitud de donde se desarrollo la investigación



Quito, 6 de junio del 2022

Sra. Msc.  
Stephanie Gaybor

**RECTORA DE LA UNIDAD EDUCATIVA PARTICULAR BILINGÜE WILLIAM THOMSON INTERNACIONAL.**

De nuestra consideración:

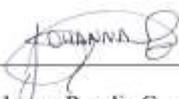
Por medio de la presente, nos dirigimos a usted para solicitar muy comedidamente su autorización para realizar el Proyecto de Titulación "*Adicción a las Redes Sociales y Ansiedad en Adolescentes de una Institución Educativa de la Ciudad de Quito*", de Johanna Rosalia García Paredes con C.I. 1727374108 y Cristian Alexander Montenegro Guachamin con C.I. 1724521362, estudiantes de la carrera de Psicología pertenecientes a la Universidad Tecnológica Indoamérica, cuyo objetivo es investigar la dependencia a las redes sociales y los factores de ansiedad que afectan a la mayoría de adolescentes entre los 11 a 19 años, mediante la utilización de instrumentos psicológicos, validados y estandarizados.

En caso de ser aceptada esta solicitud, contactar a los siguientes números telefónicos: 0959945067 - 0962942025

Anticipamos nuestro cordial agradecimiento.

Atentamente,

**ESTUDIANTE DE PSICOLOGÍA**

  
\_\_\_\_\_  
Johanna Rosalia Garcia Paredes

**ESTUDIANTE DE PSICOLOGÍA**

  
\_\_\_\_\_  
Cristian Alexander Montenegro Guachamin

# Adicción a las redes sociales y ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa de la Ciudad de Quito

## ANEXO 2

Solicitud, aceptación de la institución donde se desarrollo la investigación



Quito, 6 de junio del 2022

Sra. Msc.  
Stephanie Gaybor

**RECTORA DE LA UNIDAD EDUCATIVA PARTICULAR BILINGÜE WILLIAM THOMSON INTERNACIONAL**

De nuestra consideración:

Por medio de la presente, nos dirigimos a usted para solicitar muy comedidamente su autorización para realizar el Proyecto de Titulación "*Adicción a las Redes Sociales y Ansiedad en Adolescentes de una Institución Educativa de la Ciudad de Quito*", de Johanna Rosalia García Paredes con C.I. 1727374108 y Cristian Alexander Montenegro Guachamin con C.I. 1724521362, estudiantes de la carrera de Psicología pertenecientes a la Universidad Tecnológica Indoamérica, cuyo objetivo es investigar la dependencia a las redes sociales y los factores de ansiedad que afectan a la mayoría de adolescentes entre los 11 a 19 años, mediante la utilización de instrumentos psicológicos, validados y estandarizados.

En caso de ser aceptada esta solicitud, contactar a los siguientes números telefónicos: 0959945067 - 0962942025

Anticipamos nuestro cordial agradecimiento.

Atentamente,



**ESTUDIANTE DE PSICOLOGÍA**

  
\_\_\_\_\_  
Johanna Rosalia García Paredes

**ESTUDIANTE DE PSICOLOGÍA**

  
\_\_\_\_\_  
Cristian Alexander Montenegro Guachamin

# Adicción a las redes sociales y ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa de la Ciudad de Quito

## ANEXO 3

Consentimiento informado para los estudiantes



### CONSENTIMIENTO INFORMADO

#### ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y ANSIEDAD EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE LA CIUDAD DE QUITO

Responsables: Johanna García & Cristian Montenegro

En el marco de la investigación titulada *Adicción a las redes sociales y ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Quito*, se ha invitado a estudiantes de séptimo, octavo, noveno, décimo de básica y primero, segundo, tercero de bachillerato con edades de 11 a 19 años a participar de una investigación que tiene por objetivo principal determinar la relación entre la adicción a redes sociales y la ansiedad en adolescentes de una institución educativa., a partir de su propia experiencia vivencial, la misma que implica la aplicación de dos instrumentos psicológicos "Cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS)" y "Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI)" de manera virtual por medio de la plataforma Google Forms con una duración aproximada de 15 a 20 minutos. Con estos elementos en cuenta es que se solicita su consentimiento de participación, así como también se le asegura que la información que emerja de ella será absolutamente confidencial y sólo utilizada con fines académicos por el equipo de investigación del proyecto. Del mismo modo, es conveniente indicar que, durante el período de participación y ejecución del proyecto de investigación, se le solicitará aprobación de los análisis y conclusiones como una condición previa a cualquier tipo de publicación que se realice, siempre omitiendo cualquier dato personal.

Desde ya le agradecemos su participación,

  
\_\_\_\_\_  
Johanna Rosalía García Paredes  
**Investigadora Responsable**

  
\_\_\_\_\_  
Cristian Alexander Montenegro Guachamin  
**Investigador Responsable**

## Adicción a las redes sociales y ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa de la Ciudad de Quito

### ANEXO 4

Escala para evaluar la adicción a las redes sociales

*Escala de adicción a las redes sociales (ARS) de Miguel Escurra Mayute y Edwin Salas Blas creado en el 2014*

#### Escala de Adicción a Redes Sociales (ARS)

A continuación, se presentan 24 ítems referidos al uso de las redes sociales, no existe respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas, o malas. Asegúrate de no dejar sin responder ninguna pregunta. Marque un aspa (X) en el espacio que corresponda a lo que Ud. siente, piensa o hace:

No	DESCRIPCIÓN	RESPUESTAS				
		Siempre	Casi Siempre	Algunas Veces	Rara Veces	Nunca
1	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales	S	CS	AV	RV	N
2	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales	S	CS	AV	RV	N
3	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.	S	CS	AV	RV	N
4	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.	S	CS	AV	RV	N
5	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.	S	CS	AV	RV	N
6	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.	S	CS	AV	RV	N
7	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.	S	CS	AV	RV	N
8	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.	S	CS	AV	RV	N
9	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.	S	CS	AV	RV	N
10	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.	S	CS	AV	RV	N
11	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.	S	CS	AV	RV	N
12	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.	S	CS	AV	RV	N
13	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.	S	CS	AV	RV	N
14	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.	S	CS	AV	RV	N
15	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.	S	CS	AV	RV	N
16	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.	S	CS	AV	RV	N
17	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.	S	CS	AV	RV	N
18	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.	S	CS	AV	RV	N
19	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.	S	CS	AV	RV	N
20	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.	S	CS	AV	RV	N
21	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.	S	CS	AV	RV	N
22	Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.	S	CS	AV	RV	N
23	Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).	S	CS	AV	RV	N
24	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.	S	CS	AV	RV	N

# Adicción a las redes sociales y ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa de la Ciudad de Quito

## ANEXO 5

Escala para evaluar la adicción a las redes sociales (Digitalizado en la plataforma Google Forms)

*Escala de adicción a las redes sociales (ARS) de Miguel Escurra Mayute y Edwin Salas Blas creado en el 2014*

Questionario de adicción a las redes sociales (ARS)

A continuación, se presentan 24 ítems referidos al uso de las redes sociales, no existe respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas, o malas. Asegúrate de no dejar sin responder ninguna pregunta. Marque un aspa (X) en el espacio que corresponda a lo que Ud. siente, piensa o hace:

0. Nunca N  
1. Rara Vezes RV  
2. Algunas Vezes AV  
3. Casi Siempre CS  
4. Siempre S

SIGUE EL ORDEN PORFAVOR  
ATENCIÓN  
EN LA PREGUNTA 13 ES A LA INVERSA Y VAS A EMPEZAR ASÍ

0. Siempre  
1. Casi siempre  
2. Algunas Vezes  
3. Rara Vezes  
4. Nunca

1 Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales \*

0 1 2 3 4

N      S

2 Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales \*

0 1 2 3 4

N      S

3 El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más. \*

0 1 2 3 4

N      S

## Adicción a las redes sociales y ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa de la Ciudad de Quito

4 Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales. \*

	0	1	2	3	4	
N	<input type="radio"/>	S				

5 No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales. \*

	0	1	2	3	4	
N	<input type="radio"/>	S				

6 Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales. \*

	0	1	2	3	4	
N	<input type="radio"/>	S				

7 Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales. \*

	0	1	2	3	4	
N	<input type="radio"/>	S				

8 Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja. \*

	0	1	2	3	4	
N	<input type="radio"/>	S				

9 Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo. \*

	0	1	2	3	4	
N	<input type="radio"/>	S				

## Adicción a las redes sociales y ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa de la Ciudad de Quito

10 Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado. *						
	0	1	2	3	4	
N	<input type="radio"/>	S				

---

11 Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales. *						
	0	1	2	3	4	
N	<input type="radio"/>	S				

---

12 Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales. *						
	0	1	2	3	4	
N	<input type="radio"/>	S				

---

13 Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días. *						
	0	1	2	3	4	
S	<input type="radio"/>	N				

---

14 Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales. *						
	0	1	2	3	4	
N	<input type="radio"/>	S				

## Adicción a las redes sociales y ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa de la Ciudad de Quito

15 Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales. \*

	0	1	2	3	4	
N	<input type="radio"/>	S				

16 Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales. \*

	0	1	2	3	4	
N	<input type="radio"/>	S				

17 Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales. \*

	0	1	2	3	4	
N	<input type="radio"/>	S				

18 Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora. \*

	0	1	2	3	4	
N	<input type="radio"/>	S				

19 Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales. \*

	0	1	2	3	4	
N	<input type="radio"/>	S				

## Adicción a las redes sociales y ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa de la Ciudad de Quito

20 Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales. \*

	0	1	2	3	4	
N	<input type="radio"/>	S				

21 Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales. \*

	0	1	2	3	4	
N	<input type="radio"/>	S				

22 Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales. \*

	0	1	2	3	4	
N	<input type="radio"/>	S				

23 Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a). \*

	0	1	2	3	4	
N	<input type="radio"/>	S				

24 Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entró y uso la red social. \*

	0	1	2	3	4	
N	<input type="radio"/>	S				

*Elaborado por García y Montenegro, (2022)*

# Adicción a las redes sociales y ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa de la Ciudad de Quito

## ANEXO 6

Test para evaluar los niveles de Ansiedad

*State-Trait Anxiety Inventory (STAI) Spielberg, Gorsuch y Lushene (1970)*

*Adaptación al español, Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo, Buela, Guillén y Seisdedos (2015)*

STAI

Apellidos y nombre:

Edad:  Años:  Varón  Mujer Fecha:  /  /

Centro:  Curso/puesto:

Otros datos:

A-E	A continuación, encontrará unas frases que se utilizan corrientemente para describirse uno a sí mismo. Lea cada frase y rodee la puntuación (0 a 3) que indique mejor cómo se SIENTE VD. AHORA MISMO, en este momento. No hay respuestas buenas ni malas. No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalando la respuesta que mejor describa su situación presente.	Nada	Algo	Bastante	Mucho
1	Me siento calmado.	0	1	2	3
2	Me siento seguro.	0	1	2	3
3	Estoy tenso.	0	1	2	3
4	Estoy contrariado.	0	1	2	3
5	Me siento cómodo (estoy a gusto).	0	1	2	3
6	Me siento alterado.	0	1	2	3
7	Estoy preocupado por posibles desgracias futuras.	0	1	2	3
8	Me siento descansado.	0	1	2	3
9	Me siento angustiado.	0	1	2	3
10	Me siento confortable.	0	1	2	3
11	Tengo confianza en mí mismo.	0	1	2	3
12	Me siento nervioso.	0	1	2	3
13	Estoy desasosegado.	0	1	2	3
14	Me siento muy "atado" (como oprimido).	0	1	2	3
15	Estoy relajado.	0	1	2	3
16	Me siento satisfecho.	0	1	2	3
17	Estoy preocupado.	0	1	2	3
18	Me siento aturdido y sobreexcitado.	0	1	2	3
19	Me siento alegre.	0	1	2	3
20	En este momento me siento bien.	0	1	2	3
A-R	A continuación, encontrará unas frases que se utilizan corrientemente para describirse uno a sí mismo. Lea cada frase y rodee la puntuación (0 a 3) que indique mejor cómo se SIENTE VD. EN GENERAL, en la mayoría de las ocasiones. No hay respuestas buenas ni malas. No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalando la que mejor describa cómo se siente Vd. generalmente.	Casi nunca	A veces	A menudo	Casi siempre
21	Me siento bien.	0	1	2	3
22	Me canso rápidamente.	0	1	2	3
23	Siento ganas de llorar.	0	1	2	3
24	Me gustaría ser tan feliz como otros.	0	1	2	3
25	Pierdo oportunidades por no decidirme pronto.	0	1	2	3
26	Me siento descansado.	0	1	2	3
27	Soy una persona tranquila, serena y sosegada.	0	1	2	3
28	Veo que las dificultades se amontonan y no puedo con ellas.	0	1	2	3
29	Me preocupo demasiado por cosas sin importancia.	0	1	2	3
30	Soy feliz.	0	1	2	3
31	Suelo tomar las cosas demasiado seriamente.	0	1	2	3
32	Me falta confianza en mí mismo.	0	1	2	3
33	Me siento seguro.	0	1	2	3
34	Evito enfrentarme a las crisis o dificultades.	0	1	2	3
35	Me siento triste (melancólico).	0	1	2	3
36	Estoy satisfecho.	0	1	2	3
37	Me rondan y molestan pensamientos sin importancia.	0	1	2	3
38	Me afectan tanto los desengaños, que no puedo olvidarlos.	0	1	2	3
39	Soy una persona estable.	0	1	2	3
40	Cuando pienso sobre asuntos y preocupaciones actuales, me pongo tenso y agitado.	0	1	2	3

COMPRUEBE SI HA CONTESTADO A TODAS LAS FRASES CON UNA SOLA RESPUESTA.

Autor: C. D. Spielberger.  
 Copyright © 1982, 2008 by TEA Ediciones, S.A.U., Madrid, España - Este ejemplar está impreso en dos tintas. Si le presentan otro en tinta negra es una reproducción ilegal. En beneficio de la profesión y en el suyo propio. NO LA UTILICE - Todos los derechos reservados. Prohibida la reproducción total o parcial. Impreso en España. Printed in Spain.

# Adicción a las redes sociales y ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa de la Ciudad de Quito

# STAI

Apellidos y nombre

Edad  Sexo:  Varón  Mujer Fecha  /  /

Centro  Curso/puesto

Otros datos

**A-E** Sume las puntuaciones de esta parte (1 a 20) y traslade el resultado a la casilla correspondiente. Una vez obtenida la puntuación directa (PD) consulte los baremos en el manual para obtener la puntuación transformada.

	Nada	Algo	Bastante	Mucho
1	3	2	1	0
2	3	2	1	0
3	0	1	2	3
4	0	1	2	3
5	3	2	1	0
6	0	1	2	3
7	0	1	2	3
8	3	2	1	0
9	0	1	2	3
10	3	2	1	0
11	3	2	1	0
12	0	1	2	3
13	0	1	2	3
14	0	1	2	3
15	3	2	1	0
16	3	2	1	0
17	0	1	2	3
18	0	1	2	3
19	3	2	1	0
20	3	2	1	0

A-E =  $\frac{\text{Suma 1 a 20}}{\text{PD}}$   $\Rightarrow$   $\text{Puntuación transformada}$

**A-R** Sume las puntuaciones de esta parte (21 a 40) y traslade el resultado a la casilla correspondiente. Una vez obtenida la puntuación directa (PD) consulte los baremos en el manual para obtener la puntuación transformada.

	Casi nunca	A veces	A menudo	Casi siempre
21	3	2	1	0
22	0	1	2	3
23	0	1	2	3
24	0	1	2	3
25	0	1	2	3
26	3	2	1	0
27	3	2	1	0
28	0	1	2	3
29	0	1	2	3
30	3	2	1	0
31	0	1	2	3
32	0	1	2	3
33	3	2	1	0
34	0	1	2	3
35	0	1	2	3
36	3	2	1	0
37	0	1	2	3
38	0	1	2	3
39	3	2	1	0
40	0	1	2	3

A-R =  $\frac{\text{Suma 21 a 40}}{\text{PD}}$   $\Rightarrow$   $\text{Puntuación transformada}$

Autor: C. D. Spielberger. Copyright © 1982, 2008 by TEA Ediciones, S.A.U., Madrid, España. Si le presentas otro en tinta negra es una reproducción ilegal. En beneficio de la profesión y en el suyo propio, NO LA UTILICE. Todos los derechos reservados. Prohibida la reproducción total o parcial. Impreso en España. Printed in Spain.



# Adicción a las redes sociales y ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa de la Ciudad de Quito

## ANEXO 7

Test para evaluar los niveles de Ansiedad (Digitalizado en la plataforma GoogleForms)

*State-Trait Anxiety Inventory (STAI) Spielberg, Gorsuch y Lushene (1970)*

*Adaptación al español, Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo, Buela, Guillén y Seisdedos (2015)*

Adicción a las Redes Sociales y Ansiedad en Adolescentes en una Institución Educativa de la Ciudad de Quito.

Condicionales de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI)

Por favor leer las siguientes instrucciones:

A-E

1- Me siento cansado. \*

2- Me siento seguro. \*

3- Estoy tenso. \*

4- Estoy controlado. \*

5- Me siento cómodo (dentro y fuera). \*

6- Me siento aliviado. \*

7- Estoy preocupado por posibles problemas futuros. \*

8- Me siento desanimado. \*

9- Me siento angustiado. \*

10- Me siento controlado. \*

11- Tengo confianza en mí mismo. \*

12- Me siento sereno. \*

13- Estoy desorganizado. \*

14- Me siento muy "staid" (como opuesto). \*

15- Estoy satisfecho. \*

16- Me siento satisfecho. \*

17- Estoy preocupado. \*

18- Me siento alegre. \*

19- En este momento me siento bien. \*

A-R

20- Me siento confiado en mí mismo. \*

21- Me siento bien. \*

22- Me siento rápidamente. \*

23- Siento pánico de forma. \*

24- Me gustaría ser tan feliz como otros. \*

25- Puedo aprovecharme por mi propios medios. \*

26- Me siento desanimado. \*

27- Soy una persona tranquila, serena y serena. \*

28- Voy que los dificultades se arrojan y no puedo con ellas. \*

29- Me preocupo demasiado por cosas que no son importantes. \*

30- Soy feliz. \*

31- Siento temor por cosas demasiado importantes. \*

32- Me falta confianza en mí mismo. \*

33- Me siento seguro. \*

34- Estoy escribiendo a los otros con dificultades. \*

35- Me siento triste (preocupado). \*

36- Estoy satisfecho. \*

37- Me vuelvo y vuelvo a preocuparme sin importancia. \*

38- Me aflijo con cosas que desorganizo, que no puedo controlar. \*

39- Soy una persona estable. \*

40- Cuando puedo estar tranquilo y preocupaciones actuales, me pongo tenso y agitado. \*

Google Forms

Reservados todos los derechos. No se permite la explotación económica ni la transformación de esta obra. Queda permitida la impresión en su totalidad.

Elaborado por García y Montenegro, (2022)

# Adicción a las redes sociales y ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa de la Ciudad de Quito

## ANEXO 8

Ficha sociodemográfica para la investigación



UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA  
FACULTAD DE LAS CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD  
FICHA SOCIODEMOGRÁFICA

### OBJETIVO:

Recolectar información mediante la aplicación de la siguiente ficha sociodemográfica en adolescentes de una Institución Educativa con el fin de tener información actual.

### DATOS PERSONALES:

Edad: \_\_\_\_\_ Sexo: Hombre: ( ) Mujer ( )

### CON QUIEN VIVE:

Papá y mamá: ( ) Solo mama: ( ) Solo papa: ( )

Otros (especifique): \_\_\_\_\_

### ¿CUÁNTO TIEMPO COMPARTE CON PAPÁ?

Poco ( ) Mucho ( ) Casi siempre ( )

### ¿CUÁNTO TIEMPO COMPARTE CON MAMÁ?

Poco ( ) Mucho ( ) Casi siempre ( )

### LAS REDES SOCIALES

#### ¿Usa usted las redes sociales?

Si respondió Si, continúe con la ficha sociodemográfica, de lo contrario solo llenar hasta este punto.

Si ( ) No ( )

#### ¿Cuál es el dispositivo que usa más para navegar por las redes sociales?

Celular ( ) Tablet ( ) Computadora ( ) Otros:.....

#### ¿Cuál de las siguientes redes utilizas con más frecuencia? (Puede ser más de una opción)

Instagram ( )

Facebook ( )

WhatsApp ( )

TikTok ( )

YouTube ( )

#### ¿Por qué motivo usas las redes sociales? (Puede ser más de una opción)

Compartir imágenes ( )

Chatear ( )

Actividades Académicas ( )

Ver o realizar videos ( )

Buscar Información de tu interés ( )

Perfiles de personas ( )

## Adicción a las redes sociales y ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa de la Ciudad de Quito

Otros (especifique): \_\_\_\_\_

*Elaborado por García y Montenegro, (2022)*

# Adicción a las redes sociales y ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa de la Ciudad de Quito

## ANEXO 9

Ficha sociodemográfica realizada en Google Forms

Ficha Sociodemográfica

OBJETIVO:  
Recolectar información mediante la aplicación de la siguiente ficha sociodemográfica en los adolescentes de una Institución Educativa con el fin de tener información actual.

---

**DATOS PERSONALES**  
Descripción (opcional)

---

**EDAD \***

1. 11 años
2. 12 años
3. 13 años
4. 14 años
5. 15 años
6. 16 años
7. 17 años
8. 18 años
9. 19 años

---

**SEXO \***

HOMBRE

MUJER

---

## Adicción a las redes sociales y ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa de la Ciudad de Quito

CON QUIEN VIVE: \*

- Papá y mamá
- Solo mamá
- Solo papá

¿CUÁNTO TIEMPO COMPARTE CON PAPÁ? \*

- Poco
- Mucho
- Casi siempre

¿CUÁNTO TIEMPO COMPARTE CON MAMÁ? \*

- Poco
- Mucho
- Casi siempre

### LAS REDES SOCIALES

Si respondió SI, continúe con la ficha sociodemográfica, de lo contrario solo llenar hasta este punto.

¿Usa usted las redes sociales? \*

- SI
- No

## Adicción a las redes sociales y ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa de la Ciudad de Quito

¿Cuál es el dispositivo que usa más para navegar por las redes sociales? \*

Celular

Tablet

Computadora

Otra...

¿Cuál de las siguientes redes utilizas con más frecuencia? (Puede ser más de una opción) \*

Instagram

Facebook

WhatsApp

TikTok

YouTube

¿Por qué motivo usas las redes sociales? (Puede ser más de una opción) \*

Compartir imágenes

Chatear

Actividades Académicas

Ver o realizar videos

Buscar información de tu interés

Perfiles de personas

Otra...

*Elaborado por García y Montenegro, (2022)*