

# UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Escuela Profesional de Psicología



*Una Institución Adventista*

**Estrés académico y dependencia al teléfono móvil en adolescentes**

**peruanos en el contexto de la pandemia por COVID-19**

Tesis para optar el Título Profesional de Psicólogo (a)

**Por:**

Rosita Montoya Quintana

Hilary Luemly Sandoval Acosta

**Asesor:**

Psic. Josías Trinidad Ticse

**Lima, abril de 2021**

## DECLARACIÓN JURADA DE AUTORÍA DE TESIS

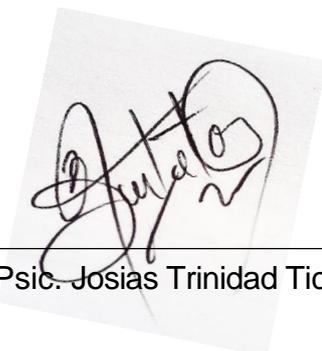
Psic. Josias Trinidad Ticse de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Psicología, de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que el presente informe de tesis: “Estrés académico y dependencia al teléfono móvil en adolescentes peruanos en el contexto de la pandemia por COVID-19” constituye la memoria que presenta los bachilleres Rosita Montoya Quintana y Hilary Luemly Sandoval Acosta para aspirar al título de Profesional de Psicóloga ha sido realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

Las opiniones y declaraciones en este informe son de entera responsabilidad del autor, sin comprometer a la institución.

Y estando de acuerdo, firmo la presente constancia en Lima, el 04 de mayo del año 2021.



---

Psic. Josias Trinidad Ticse



ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En Lima, Naña, Villa Unión, a 19 día(s) del mes de abril del año 2021, siendo las 15:00 horas, se reunieron en el Salón de Grados y Títulos de la Universidad Peruana Unión, bajo la dirección del Señor Presidente del jurado: Mg. Julio Cesar Curo Suri secretario: Psic Cristian Edwin Adriano Rengifo miembros: Mg. Mérida Emma Neina Suaña, Psic. Helen Sara Flores Mamani y el asesor: Psic. Jesús Trinidad Tise

con el propósito de administrar el acto académico de sustentación de la tesis titulada: Estrés académico y dependencia al teléfono móvil en adolescentes peruanos en el contexto de la pandemia por Covid-19

de el(los)/la(las) bachiller(es): a) Rosita Montoya Quintana b) Hilary Luemly Sandoval Acosta PSICOLOGO conducente a la obtención del título profesional de (Nombre del Título Profesional)

con mención en

El Presidente inició el acto académico de sustentación invitando al (los)/a(la)/las candidato(a)s hacer uso del tiempo determinado para su exposición. Concluida la exposición, el Presidente invitó a los demás miembros del jurado a efectuar las preguntas, y aclaraciones pertinentes, las cuales fueron absueltas por el(los)/la(las) candidato(a)s. Luego, se produjo un receso para las deliberaciones y la emisión del dictamen del jurado.

Posteriormente, el jurado procedió a dejar constancia escrita sobre la evaluación en la presente acta, con el dictamen siguiente:

Candidato (a): Rosita Montoya Quintana

Table with columns: CALIFICACIÓN, ESCALAS (Vigesimal, Literal, Cualitativa), Mérito. Row 1: Aprobado, 17, B+, Muy Bueno, Sobresaliente

Candidato (b): Hilary Luemly Sandoval Acosta

Table with columns: CALIFICACIÓN, ESCALAS (Vigesimal, Literal, Cualitativa), Mérito. Row 1: Aprobado, 17, B+, Muy bueno, Sobresaliente

(\*) Ver parte posterior Esta sustentación fue hecha de manera virtual u online sincrónica conforme al Reglamento de Grados y Títulos. Finalmente, el Presidente del jurado invitó al(los)/a(la)/las candidato(a)s a ponerse de pie, para recibir la evaluación final y concluir el acto académico de sustentación procediéndose a registrar las firmas respectivas.

Signatures and names for Presidente, Asesor, Miembro, Secretario, and Candidato/a (a) and (b)

## **Dedicatoria**

Dedicamos este trabajo a Dios, que nos guio durante el proceso y nos bendijo con los medios necesarios para llegar al final de este proyecto de investigación; también a nuestros padres y a personas muy queridas por nosotras que nos apoyaron con sus consejos, su paciencia y amor durante nuestro crecimiento personal y profesional, lo cual nos ha servido para seguir retándonos a nosotras mismas y seguir mejorando como personas al servicio de nuestro prójimo.

## **Agradecimientos**

Agradecemos a Dios en primer lugar, quien siempre está a nuestro lado y es nuestro pronto auxilio en los momentos más complicados; agradecemos a nuestros padres quienes nos han apoyado y guiado con su experiencia de la vida misma, a nuestros hermanos que nos animan a ser un buen ejemplo para ellos, agradecemos también a aquellas personas especiales en nuestras vidas que nos animan a seguir adelante y apoyan nuestros sueños y metas. Asimismo, agradecemos a nuestros docentes y en especial a nuestra asesora del curso de tesis, quien no solamente se mostró amiga en todo tiempo, sino que se preocupó por nuestro avance y tuvo paciencia para guiarnos hasta el final. Por último, agradecemos a nuestra casa de estudios, nuestra querida Universidad Peruana Unión, dónde compartimos alegrías, amistad y obtuvimos competencias para afrontar esta vida, pero, de manera especial nos preparamos para la eternidad.

## Índice de Contenido

Dedicatoria .....	iv
Agradecimientos.....	v
Índice de Contenido.....	vi
Índice de Tablas .....	viii
Índice de Anexos .....	ix
Resumen .....	x
Abstract .....	xi
Introducción.....	12
1. Planteamiento problema.....	12
2. Marco teórico.....	17
2.1. Estrés académico.....	17
2.2. Dependencia al móvil.....	20
Materiales y métodos .....	25
1. Diseño, tipo de investigación .....	25
2. Participantes.....	25
3. Instrumentos .....	26
3.1. Inventario de estrés académico SISCO SV.....	26
3.2. Test de dependencia al móvil.....	27
3.3. Ficha de registro: características sociodemográficas de los participantes	28
4. Proceso de recolección de datos.....	28
5. Análisis estadístico .....	29

Resultados.....	30
1. Resultados descriptivos .....	30
1.1. Datos sociodemográficos .....	30
1.2. Niveles de estrés académico .....	31
1.2.1 Niveles de estrés académico según sexo y edad.....	31
1.3. Niveles de dependencia al móvil.....	33
1.3.1. Niveles de estrés académico según sexo y edad .....	34
2. Prueba de normalidad de estrés académico y dependencia al móvil .....	36
3. Análisis de correlación entre estrés académico y dependencia al móvil.....	37
Discusión .....	38
Referencias .....	44

## Índice de Tablas

Tabla 1. Datos sociodemográficos de los participantes.....	30
Tabla 2. Niveles de estrés académico de los participantes .....	31
Tabla 3. Niveles de estrés académico según el sexo de los participantes .....	32
Tabla 4. Niveles de estrés académico según la edad de los participantes .....	32
Tabla 5. Niveles de dependencia al teléfono móvil de los participantes .....	33
Tabla 6. Niveles de dependencia al teléfono móvil según el sexo de los participantes .....	34
Tabla 7. Niveles de dependencia al teléfono móvil según la edad de los participantes .....	35
Tabla 8. Análisis de normalidad de estrés académico y dependencia al teléfono móvil .....	36
Tabla 9. Coeficiente de correlación entre estrés académico y dependencia al teléfono móvil .....	37

## Índice de Anexos

Anexo 1. Inventario de Estrés Académico SISCO SV .....	53
Anexo 2. Test de Dependencia al Móvil (TDM) .....	58
Anexo 3. Consentimiento informado.....	60
Anexo 4. Propiedades psicométricas del Inventario de Estrés Académico .....	61
Fiabilidad del Inventario de Estrés Académico SISCO.....	61
Validez del inventario de Estrés Académico SISCO.....	61
V de Aiken de la variable estrés académico.....	15
Baremos del inventario de estrés académico SISCO.....	16
Anexo 5. Propiedades psicométricas del Test de Dependencia al Móvil (TDM).....	17
Validez del Test de Dependencia al Móvil (TDM).....	17

# **Estrés académico y dependencia al teléfono móvil en adolescentes peruanos en el contexto de la pandemia por COVID-19**

## **Resumen**

El objetivo de este estudio consistió en determinar si existe relación significativa entre estrés académico y dependencia al teléfono móvil en adolescentes peruanos en el contexto de la pandemia por COVID-19. El presente estudio, es de enfoque cuantitativo, diseño de investigación no experimental, de corte transversal y de alcance correlacional. Los instrumentos que se utilizaron fueron el Inventario SISCO del Estrés académico de Barraza (2007) y el Test de Dependencia al móvil (TDM) de Chóliz y Villanueva (2012). La muestra estuvo conformada por 248 adolescentes de la provincia de Tocache y Lima Este, cuyas edades oscilan entre 11 a 20 años. En cuanto a los resultados, se encontró que la variable estrés académico obtuvo una relación negativa débil con la dependencia al teléfono móvil ( $r=,0,243^{**}$  \*,  $p=.000$ ), lo que indica que nuestras variables se relacionan en sentido inverso, es decir, a mayor presencia de estrés académico el adolescente tendrá menor dependencia al teléfono móvil y viceversa.

**Palabras clave:** *Estrés académico, dependencia al teléfono móvil, adolescentes.*

# **Academic stress and dependence on mobile phones in Peruvian adolescents in the context of the COVID-19 pandemic**

## **Abstract**

The objective of this study was to determine if there is a significant relationship between academic stress and dependence on mobile phones in Peruvian adolescents in the context of the COVID-19 pandemic. The present study has a quantitative approach, a non-experimental research design, cross-sectional and correlational scope. The instruments used were the SISCO Inventory of Academic Stress by Barraza (2007) and the Mobile Dependency Test (TDM) by Chóliz and Villanueva (2012). The sample consisted of 248 adolescents from the province of Tocache and East Lima, the ages range from 11 to 20 years. Regarding the results, it was found that the academic stress variable obtained a weak negative relationship with the dependence on the mobile phone ( $r = 0.243^{**}$ ,  $p = .000$ ), which indicates that our variables are related in the opposite direction. In other words, the greater the presence of academic stress the adolescent will have less dependence on the mobile phone and vice versa.

**Keywords:** *Academic stress, mobile phone dependence, adolescents.*

## Introducción

### 1. Planteamiento problema

En el mundo, una de cada cuatro personas padece algún problema grave de estrés, además se estima que, en las ciudades, que aproximadamente el 50% de las personas experimentan alguna dificultad a nivel emocional (Caldera et al., 2007). A raíz de la pandemia del Coronavirus (COVID-19), se desató una emergencia sanitaria de repercusión mundial, la población se vio obligada a realizar aislamiento social obligatorio como medida radical y preventiva para contrarrestar la propagación del virus. En Estados Unidos la Asociación Americana de Psicología (APA, 2020) reporta que, los desafíos de la educación en línea y la economía están ocasionando altos niveles de estrés en personas menores de 18 años, afectando también a los padres; esto estuvo reflejado por los resultados de una encuesta realizada a más de 3.000 personas, donde se revela que el 46 % de los progenitores reportó altos niveles de estrés relacionados con la pandemia por COVID-19, mientras que el 71 % reconoció que supervisar el aprendizaje en línea mientras trabajan desde casa es una fuente importante de estrés. Así también, Qiu y colaboradores (citado por Lozano, 2020), realizaron un estudio acerca del distrés psicológico en la población de China durante la epidemia del COVID-19, para ello aplicaron un cuestionario de autoreporte online desde el 31 de enero al 10 de febrero del 2020, contó con 52730 participantes de 36 provincias de China, donde 18 599 eran hombres (35,27%) y 34 131 eran mujeres (64,73%). El 35% experimentó distrés psicológico, un 29,29% con distrés leve a moderado y un 5,14% con distrés severo. Las personas menores de 18 años presentaron menos distrés psicológico.

En el Perú el Ministerio de Educación (MINEDU, 2020) a través del ministro Martín Benavides, comunicó a los padres de familia que las clases se realizarían hasta fin de año bajo la modalidad virtual, con la finalidad de que los menores no corran riesgo de contagiarse por la mencionada Pandemia. En ese contexto el sistema educativo es el que más cambios experimentó, implementando a nivel global la educación online, lo que representó un drástico cambio en las actividades de docentes y estudiantes en un país con un modelo educativo tradicional.

Por otro lado, en un estudio realizado en tres ciudades del Perú, en los departamentos de Lima, Arequipa y Piura, se encontró que el 86.9% de estudiantes universitarios presentaban estrés académico en niveles comprendidos desde la escala media-alta (L. Martínez, 2019). Dentro de las consecuencias de mantener altos niveles de estrés están los cuadros depresivos, de ansiedad, irritabilidad, disminución de la autoestima, insomnio, asma, hipertensión, úlceras, entre otras afecciones físicas y psicológicas (Caldera et al., 2007); afectando de modo perjudicial tanto la salud, como el rendimiento académico de los alumnos. Así mismo, los problemas emocionales como la dependencia emocional, la procrastinación académica, la dependencia al teléfono móvil, contribuyen a un mayor estrés académico; es decir, se perciben los estímulos académicos como muy demandantes y se optan por estrategias de afrontamiento desadaptativas, manteniendo el periodo de angustia o presentando dificultades en el alcance de sus metas (Mamani y Gonzales, 2019). Un considerable número de estudiantes tiene como problema principal la presencia de estrés académico, pues al pasar por una serie de experiencias desafortunadas, han llegado a la conclusión de no tener los recursos necesarios

para responder a las demandas académicas del docente, por ello, circunstancias como las evaluaciones representan una amenaza para ellos (Poma, 2019). Por otro lado, se genera distraibilidad durante las horas de clase por estar pendientes de las redes sociales o juegos; pese a esto, el celular sigue siendo necesario en la vida del ser humano (Organista-Sandoval et al., 2013; Ron et al., 2013).

Con respecto al uso del teléfono móvil o teléfono inteligente *Smartphone*, en las últimas décadas se ha convertido en un elemento indispensable en la vida cotidiana de los seres humanos, en especial en la de los adolescentes, puesto que no se emplea únicamente para el diálogo, sino también, para la interacción por diferentes aplicaciones que permiten facilitar el entretenimiento y distracción entre ellos (Ruiz et al., 2016). Cabe mencionar, que millones de adolescentes en el mundo viven una vida virtual a través de las redes sociales como Facebook, Twitter, YouTube, entre otros, y por ello, quedarse sin teléfono es quedarse sin contacto con el mundo (Cutipa y Meza, 2019). En relación a esto, las estadísticas mundiales realizadas por Ditrencia, afirman que los individuos que han adquirido un celular superan los 4.9 mil millones, lo que significa que el 66% de la población ya posee un celular. Además, el 61% de los usuarios móviles en el mundo, manifiesta que revisa su celular durante los primeros cinco minutos luego de despertarse (Ditrencia, 2017).

La presencia de los celulares en la vida cotidiana ha modificado la manera en que las personas se relacionan con la tecnología, este dispositivo ha modificado y mejorado las comunicaciones, la inclusión social, la actividad económica y la productividad en varios sectores (Pepper et al., 2012). El acceso del teléfono móvil ha hecho que los usos de estos sean cada vez más variados y la dependencia de los mismos haya aumentado de manera impresionante (Franco

y Calderon, 2019). Dentro de América del Sur, en Colombia mediante un estudio con 81 adolescentes de 12 y 17 años del Centro de Idiomas de la Universidad EAFIT, se encontraron índices de dependencia al móvil significativos en la muestra (Rincón, 2018). En el Perú, el Ministerio de Transportes y Comunicaciones (MTC, 2018) reportó que la región de Lima cuenta con 9 162 842 de suscriptores con conexión al servicio de internet móvil, seguida por las regiones de La Libertad y Arequipa con 1 304 924 y 1 186 757 de suscriptores, respectivamente. Cabe mencionar que las regiones de Lima, Loreto, Ica, Ayacucho, La Libertad, Ancash, Arequipa y Cajamarca registraron las mayores tasas de crecimiento anual, alcanzando el 16.5%, 15.4%, 15.0%, 13.7%, 13.6%, 12.9, 11.0% y 10.9%, respectivamente. Por otra parte, es importante señalar que las menores tasas de crecimiento se registraron en las regiones de Huánuco y Tacna, de 4.0% y 3.8% respectivamente. Adicionalmente, el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2020) informa que a nivel nacional al menos un miembro de la familia cuenta con un celular, este incremento se ha dado en las zonas rurales de 72,3% a 77,7% y en las zonas urbanas de 90,9% a 92,8%. En Lima y Callao, las estadísticas refieren, que en 93 de cada 100 hogares un miembro cuenta con celular, mientras que en zonas rurales es 78 de cada 100 hogares, dando muestra del incremento de la adquisición del teléfono móvil.

Por otro lado, uno de los indicadores en relación con las adicciones sugiere una posible dependencia asociada al uso excesivo y persistente del celular (Gordon, 1983). El uso desmedido trae desventajas en diversos aspectos de la vida cotidiana, a nivel interpersonal, las personas prefieren el contacto con el celular antes que los amigos o familiares, este uso desmedido del móvil ha generado problemas, debido a que las personas hacen uso por más de 3 a 4

horas diarias del internet y las redes sociales, lo cual conlleva a la postergación de sus actividades cotidianas como quitarle horas al sueño nocturno, eliminar o posponer comidas durante el día. Todo esto genera distorsión de la realidad, desmotivación o desinterés por otros temas, disminución del rendimiento académico o laboral, estrés académico así como la aparición de trastornos de conducta y un estilo de vida poco saludables; provocando en los adolescentes sedentarismo y obesidad, por el solo hecho de permanecer conectados (Haro y Contreras, 2019).

Manteniendo el enfoque en los adolescentes, estos se encuentran en una etapa de evolución entre la niñez y la adultez, un período de desarrollo, de reorganización biológica, cognitiva, emocional y social en la que el adolescente ha de tomar decisiones, adquirir compromisos y buscar su espacio en el mundo. Es en esta etapa donde aparecen cambios biológicos (el crecimiento físico, la madurez sexual), cognitivos (el pensamiento) y psicosociales (la identidad, los iguales y la familia), que requieren que los adolescentes dispongan de oportunidades adecuadas y apoyo a largo plazo (Corchado, 2012). Además, es una etapa de transición la cual es descrita por Castellana et al. (2007) como de gran relevancia debido a las características evolutivas que presenta, dentro de ellas el sentido de omnipotencia, la tendencia a culpar al exterior como causa de sus problemas, la poca experiencia de vida, dificultad de reconocer adicciones sutiles y la necesidad de normalizar conductas de riesgo. Dicho esto, Soria (2018) concluye que las características antes referidas “convierten al adolescente en un individuo altamente vulnerable de padecer o presentar conductas adictivas e indicadores de inestabilidad emocional relacionados con el uso inadecuado y desmedido de los celulares” (p. 2).

En función a lo antes mencionado, esta investigación busco identificar si existe relación entre el estrés académico y la dependencia al teléfono móvil en adolescentes de Tocache y Lima Este en el contexto de la pandemia por Covid-19.

## **2. Marco teórico**

### **2.1. *Estrés académico***

El estrés académico es un proceso sistémico que afecta el proceso adaptativo y particularmente el psicológico, el cual es manifestado por los estudiantes cuando los maestros o la institución les demandan ciertas exigencias de actuación relacionadas con su aprendizaje y estas demandas son valoradas por los propios alumnos como desbordantes para su capacidad de realizarlas con éxito (Barraza-Macías, 2006, 2018). Este tipo de estrés también es descrito como el malestar que sienten los estudiantes por aspectos emocionales, físicos o ambientales, generados para obtener un buen rendimiento académico y contar con habilidades que ayuden a resolver problemas (Quito, 2019).

En el estudio realizado por Martínez y Díaz (2007) los autores refieren que los factores que están implicados en el estrés escolar se convierten en situaciones que aparecen en cualquier periodo del ciclo vital propio de la persona, los cuales se pueden clasificar en cuatro categorías específicas: familiares, académicos, sociales y biológicos. Los cuales afectan el proceso enseñanza – aprendizaje, tanto en niveles medios como superiores de educación. Posteriormente, Toribio-Ferrer y Franco-Bárcenas (2016) encontraron que las situaciones más estresantes fueron los exámenes, la sobrecarga académica, el corto periodo de entrega y la personalidad y/o carácter del docente; estos factores se determinan

como “estresantes”, los cuales generan un impacto en el bienestar y el aprendizaje de los estudiantes.

Modelo Sistémico Cognoscitivista del Estrés Académico de Barraza (2006). Este modelo teórico es representado por el autor Barraza Macías, quien describe el proceso que ocurre cuando un estudiante presenta estrés académico. De acuerdo con Barraza hasta el momento en el amplio estudio del estrés no se ha logrado encontrar algún modelo teórico referente al estrés académico, el cual permita conceptualizar de manera adecuada este término, a diferencia del contexto laboral, en donde existen diversos modelos. Por ende, Barraza al notar esta necesidad, elaboró un modelo teórico tomando en cuenta la “Teoría General de los Sistemas”, elaborado por Bertalanfy, y el “Modelo Transaccional del Estrés”. Cabe señalar que este modelo cuenta con dos supuestos de partida, la perspectiva sistémica y la perspectiva cognoscitiva.

En este sentido, Mazo et al. (2013) señala que el modelo sistémico cognoscitivista del estrés académico de Barraza se constituye por cuatro hipótesis básicas: primero, la hipótesis de los componentes sistémicos-procesuales los cuales se refieren al constante flujo de entrada (input) y salida (output) que presentan todos los sistemas para lograr su equilibrio, en el caso de las manifestaciones de estrés en estudiantes son los estímulos estresores (input), síntomas (indicadores de desequilibrio sistémico) y las estrategias de afrontamiento (output). Segundo, la hipótesis del estrés académico como estado psicológico, esto debido a la presencia de estresores mayores, que amenazan la integridad vital del individuo y son ajenos a su valoración, y estresores menores que son constituidos por la valoración que hace la persona de ellos (Barraza, 2005). Tercero, la hipótesis del desequilibrio sistémico que implica el

estrés académico, estos indicadores o síntomas se clasifican como reacciones físicas, psicológicas y comportamentales, de forma que pueden ser manifestados de manera diferente, en cantidad y variedad, por cada persona (Barraza, 2008). Por último, la hipótesis del afrontamiento como restaurador del equilibrio sistémico, en esta situación el individuo lleva a la acción diversas estrategias de afrontamiento para restaurar el equilibrio del sistema.

Teniendo en cuenta este modelo teórico y las hipótesis antes mencionadas, en el ámbito estudiantil se refleja de la siguiente manera: en primera instancia, el estudiante percibe factores estresantes como el respeto al horario ya sea en la mañana, tarde o noche, el adaptarse a los semestres y años que debe estudiar, los exámenes, la forma de enseñanza, la relación con sus compañeros, etc. Luego, realiza una valoración de los hechos teniendo en cuenta sus propios recursos, en el caso de no poder manejar la situación, el estudiante puede presentar síntomas físicos (insomnio, cansancio, dolor de cabeza, etc.), psicológicos (tristeza, inquietud, olvidos, etc.) y comportamentales (desgano, absentismo, etc.). Finalmente la persona, con el objetivo de manejar o neutralizar la situación estresante, hace uso de un conjunto de respuestas de tipo cognitivo o conductual (gestionar su tiempo, establecer prioridades, etc.) las cuales pueden llevar al estudiante al éxito del afronte o la necesidad de realizar algunos cambios (Barraza, 2006). Respecto a las estrategias de afrontamiento, aunque son muy variadas, Barraza propone las siguientes: habilidad asertiva, elogios a sí mismo, distracciones evasivas, ventilación o confidencias, religiosidad, búsqueda de información sobre la situación, solicitud de asistencia profesional, tomar la situación con sentido del humor, elaboración de un plan y la ejecución de sus tareas (Berrio y Mazo, 2011).

## **2.2. Dependencia al móvil**

El celular es uno de los elementos de las nuevas tecnologías que introducen la posibilidad de elegir entre dos modalidades de lenguaje: oral y escrito; para los padres, el teléfono móvil constituye una “barrera de seguridad” que facilita el contacto con sus hijos y les permite localizarlos, de esa forma evitan la incertidumbre que les genera la exposición de sus hijos en la calle (Said, 2010).

El teléfono móvil es también una herramienta útil que favorece el desempeño de numerosas funciones sociales y personales, además, contiene características que hacen más atractivo su uso, como: el influenciar en el proceso de socialización y proporcionar autonomía; facilitar el establecimiento y mantenimiento de relaciones interpersonales; favorecer el proceso de adquisición de la identidad personal y brindar estatus; además de ser una fuente de ocio y un modo de disfrutar del tiempo libre; sin embargo, el uso desmedido, inapropiado o excesivo puede acarrear problemas, tanto de interacción con los padres, como en otras dimensiones (Chóliz, 2010).

Adicionalmente, se evidencia que el problema de dependencia al teléfono móvil podría estar en nuevas características, las cuales estarían provocando conductas problemáticas o adictivas. En este sentido, Chóliz (2012) señala que el principal problema se encuentra relacionado al avance de funciones tecnológicas, el desarrollo de aplicaciones y el uso de Internet, esto, no solo modificaría el patrón de uso del móvil, sino que serían algunas variables cruciales que pueden inducir al abuso o la dependencia de mismo. Ahora bien, Cuesta (2019) refiere dos particularidades del teléfono móvil, primero, la facilidad para transportarlo de manera muy cómoda permitiendo tenerlos siempre a disposición; y, en segundo lugar, permite conectarse a internet de manera

instantánea, de fácil acceso y a un precio accesible, favorecido extraordinariamente la aparición de conductas inadecuadas en relación con estos teléfonos.

Estas conductas inadecuadas estarían vinculadas al proceso de adicción a las sustancias; es decir, el uso excesivo conduce a generar tolerancia, haciendo que el organismo se habitúe a dicho consumo, lo que desemboca en la dependencia de carácter físico, psicológico y/o social. Estos pasos de iniciación pueden perfectamente explicar cualquier tipo de adicción, aunque no sean de carácter químico, en el caso de las pantallas o teléfonos móvil, no aplicaría la dependencia física (García et al., 2017).

En este contexto, la dependencia al móvil vendría a ser el uso desmedido, inapropiado y excesivo del teléfono móvil que puede acarrear problemas en dimensiones como las relaciones personales, la salud o bienestar del sujeto; además, tendría como agentes principales a los adolescentes, quienes podrían tener problemas de interacción con sus padres (Chóliz y Villanueva, 2011).

A continuación, se detallan los criterios diagnósticos para la dependencia a sustancias del Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales en su cuarta versión revisada (DSM IV – TR):

Un patrón desadaptativo de consumo de la sustancia que conlleva un deterioro o malestar clínicamente significativos, expresado por tres (o más) de los ítems siguientes en algún momento de un período continuado de 12 meses:

- a. Tolerancia, definida por cualquiera de los siguientes ítems:
  - Una necesidad de cantidades marcadamente crecientes de la sustancia para conseguir la intoxicación o el efecto deseado.

- El efecto de las mismas cantidades de sustancia disminuye claramente con su consumo continuado.

b. Abstinencia, definida por cualquiera de los siguientes ítems:

- El síndrome de abstinencia característico para la sustancia (v. Criterios a y b de los criterios diagnósticos para la abstinencia de sustancias específicas).

- Se toma la misma sustancia (o una muy parecida) para aliviar o evitar los síntomas de abstinencia.

c. La sustancia es tomada con frecuencia en cantidades mayores o durante un período más largo de lo que inicialmente se pretendía.

d. Existe un deseo persistente o esfuerzos infructuosos de controlar o interrumpir el consumo de la sustancia.

e. Se emplea mucho tiempo en actividades relacionadas con la obtención de la sustancia (p. Ej., visitar a varios médicos o desplazarse largas distancias), en el consumo de la sustancia (p. Ej., fumar un pitillo tras otro) o en la recuperación de los efectos de la sustancia.

f. Reducción de importantes actividades sociales, laborales o recreativas debido al consumo de la sustancia.

g. Se continúa tomando la sustancia a pesar de tener conciencia de problemas psicológicos o físicos recidivantes o persistentes, que parecen causados o exacerbados por el consumo de la sustancia (p. Ej., consumo de la cocaína a pesar de saber que provoca depresión, o continuada ingesta de alcohol a pesar de que empeora una úlcera).

Basado en los mismos criterios diagnósticos del DSM-IV TR para dependencia a sustancias, Chóliz y Villanueva (2011) encontraron los siguientes factores en la dependencia al teléfono móvil:

Factor 1: Abstinencia. Hace referencia al malestar presentado debido a no poder utilizar el móvil, así como al uso del mismo para aliviar problemas de orden psicológico.

Factor 2. Ausencia de control y problemas derivados del consumo. Hace referencia a la dificultad para dejar de consumir a pesar de pretenderlo, asimismo, incluye los problemas que eso les ocasiona.

Factor 3. Tolerancia e interferencia con otras actividades. Se refiere al incremento en el consumo y la interferencia que ello provoca en otras actividades importantes.

Aunque la dependencia al móvil no esté incluida como tal dentro del marco de adicciones conductuales en el DSM-V, Cia (2013) señala las siguientes semejanzas entre esta y los criterios de adicciones a sustancias: a) Clínica y fenomenología, b) Historia natural, c) Comorbilidad, d) Tolerancia y abstinencia, e) Aspectos genéticos superpuestos, f) Circuitos neurológicos implicados y g) Respuestas al tratamiento.

Para que una persona desarrolle adicción, Vera (2001) refiere que basta con que sea una persona con problemas afectivos, con dificultad para hablar con los demás, o que esté viviendo una época difícil en su vida, asimismo, señala la adolescencia como una etapa vulnerable a los múltiples estándares que invaden la publicidad como la moda, los videojuegos, la compra de productos o tener el último modelo de móvil, siendo los adolescentes quienes podrían caer en la dependencia al móvil y posteriormente en la adicción. Konok et al. (2016) luego de haber realizado un estudio entre la relación del apego al teléfono móvil con el estilo de apego interpersonal, encontraron que los jóvenes desarrollan con facilidad algún tipo de apego por su teléfono móvil, en este sentido procuran

mantener la proximidad al teléfono e incluso podrían llegar a sentir angustia al separarse de ellos, siendo que la dependencia al teléfono móvil se cumpliría por dos factores: el uso excesivo de teléfonos móviles y el uso irrazonable en lugares públicos a pesar de ser una molestia.

Por otro lado, Vera (2001) menciona los efectos más evidentes de la adicción al móvil: aislamiento de los demás y soledad, comportamiento alterado, alteraciones del estado de ánimo, comportamiento compulsivo, problemas de comunicación, problemas con el lenguaje, ya no se preocupan por escribir bien sino por escribir con rapidez. También corren el riesgo de hacer contacto con desconocidos, además, el comportamiento adictivo incrementa los sentimientos de inseguridad y se puede llegar al fracaso escolar o la agresividad, en algunos casos se produce absentismo escolar o no se respetan los horarios de estudio.

Por otro lado, a pesar del número de investigaciones con esta variable, no es clara la conceptualización entre dependencia y adicción, por lo que Li et al. (2018) recalcan la importancia de evaluar si la dependencia al teléfono móvil genera o favorece la adicción al móvil en nuevos estudios longitudinales para determinar las diferencias esenciales entre la dependencia al teléfono móvil y la adicción en sí.

## **Materiales y métodos**

### **1. Diseño, tipo de investigación**

Este estudio es de enfoque cuantitativo, puesto que se utilizarán instrumentos psicométricos para la medida de las variables, tiene un diseño no experimental, ya que no existe intervención por parte de los investigadores y considerando que los datos serán tomados tal como se los encuentra en la realidad. Finalmente, este estudio es de corte transversal de alcance descriptivo comparativo, ya que se recolecta los datos en un único momento (Hernández et al., 2018).

### **2. Participantes**

El muestreo elegido fue de tipo no probabilístico, a conveniencia de los investigadores, asimismo, los participantes fueron seleccionados teniendo en cuenta determinados criterios de inclusión y exclusión. El grupo de participantes estuvo conformado por 248 adolescentes aproximadamente, cuyas edades oscilan de 11 a 20 años (Otzen y Manterola, 2017).

#### **Criterios de inclusión.**

- Adolescentes que se encuentren estudiando en la actualidad..
- Adolescentes que acepten voluntariamente participar del estudio

#### **Criterios de exclusión.**

- Adolescentes que no se encuentren estudiando en la actualidad.
- Participantes que no se encuentren entre las edades de 11 a 20 años.
- Adolescentes que no hagan uso de un teléfono móvil, ya sea propio o de algún familiar.

- Adolescentes que afirmen que no experimentaron estrés durante el aislamiento social por la pandemia por Covid-19.

### **3. Instrumentos**

#### **3.1. *Inventario de estrés académico SISCO SV***

El Inventario SISCO para el estudio del estrés académico fue creado por Barraza en el año 2007 y adaptado a una segunda versión en 2018 por el mismo autor. Está constituido por 45 ítems distribuidos en tres dimensiones: estresores compuesto por los ítems ES1, ES2, ES3, ES4, ES5, ES6, ES7, ES8, ES9, ES10, ES11, ES12, ES13, ES14, ES15; síntomas compuesto por los ítems SI1, SI2, SI3, SI4, SI5, SI6, SI7, SI8, SI9, SI10, SI11, SI12, SI13, SI14, SI15; y estrategias de afrontamiento compuesto por los ítems EA1, EA2, EA3, EA4, EA5, EA6, EA7, EA8, EA9, EA10, EA11, EA12, EA13, EA14, EA15; con seis opciones de respuestas cada una en escala tipo Likert: nunca (0), casi nunca (1), rara vez (2), algunas veces (3), casi siempre (4) y siempre (5). La aplicación del instrumento puede ser de forma individual o colectiva con una duración aproximada de 10 minutos.

Para esta investigación el instrumento utilizado fue la versión adaptada en Perú del Inventario de Estrés Académico SISCO SV al contexto de la crisis por COVID, realizada en Junín por Rubén Alania, Rosario Llancari, Mauro De La Cruz y Daniela Ortega, quienes agregaron los ítems EA16 y EA17 a la dimensión de estrategias de afrontamiento. En cuanto a sus propiedades psicométricas tiene validez genérica y específica de contenido, con coeficientes de concordancia V de Aiken mayores a 0.75; asimismo, tiene validez de constructo, con coeficientes de correlación r de Pearson corregida mayores a 0.2; por último, es confiable, al contar con coeficientes de consistencia interna alfa de Cronbach

superiores a 0.88 (Alania-Contreras et al., 2020). Por otro lado, cabe mencionar que, dentro de la presente investigación, se realizarán pruebas que acrediten la validez y confiabilidad del instrumento.

### **3.2. *Test de dependencia al móvil***

El Test de Dependencia al Móvil (TDM) fue creado en España en el año 2010 por Chóliz y Villanueva teniendo como fundamento teórico los criterios diagnósticos del trastorno por dependencia a sustancias del Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales en su cuarta versión revisada (DSM IV – TR). Posteriormente fue adaptado a una segunda versión en el año 2012 por Mariano Chóliz, la cual consta de 22 ítems; dividida en dos partes con cinco opciones de respuestas cada una en escala tipo Likert: los 10 primeros ítems, nunca (0), rara vez (1), a veces (2), casi siempre (3) y siempre (4); y los 12 ítems restantes, completamente de acuerdo (0), de acuerdo (1), neutral (2), en desacuerdo (3), totalmente en desacuerdo (4). Cuenta con cuatro factores planteados por el autor y obtenidos estadísticamente mediante análisis factorial, y estos son: abstinencia, compuesto por los ítems 13, 15, 20, 21 y 22; abuso y dificultad en controlar el impulso, compuesto por los ítems 1, 4, 5, 6, 8, 9, 11, 16 y 18; problemas ocasionados por el uso excesivo, compuesto por los ítems 2, 3, 7 y 10) y tolerancia, compuesto por los ítems 12, 14, 17 y 19. La prueba fue validada para adolescentes de 12 a 18 años y el tiempo aproximado de aplicación de la prueba es de 10 minutos y la administración puede ser llevada a cabo de forma individual y/o colectiva.

En esta investigación el instrumento utilizado fue la segunda versión del Test de Dependencia al Móvil la cual presenta evidencias de una elevada validez y confiabilidad, cuenta con un alto coeficiente de consistencia interna alfa de

Cronbach igual a 0.95 para el conjunto de la escala y de 0.91, 0.88 y 0.86 para cada uno de los factores respectivamente; asimismo, cuenta con un índice de homogeneidad corregido para cada uno de los ítems mayor a 0.5, lo que indica que todos los ítems miden el mismo constructo; asimismo, la medida de adecuación muestral de Kaiser-Meyer-Olkin ( $KMO=0.95$ ) evidenció que la matriz de correlaciones es adecuada para el análisis (Chóliz, 2012). Así mismo, al igual que el instrumento anterior, dentro de la presente investigación, se realizarán pruebas que acrediten la validez y confiabilidad de la prueba.

### ***3.3. Ficha de registro: características sociodemográficas de los participantes***

A través de Google Forms, se presentó una ficha de datos sociodemográficos donde se solicitaron datos como sexo, lugar de procedencia, edad, modalidad de clases, tipo de institución educativa, grado académico, horas en clase durante el día, teléfono móvil personal, uso del teléfono móvil, internet en casa, los cuales deberán responder al inicio de la encuesta.

## **4. Proceso de recolección de datos**

Para la recolección de los datos se inició con el trámite documentario para obtener la autorización de una institución educativa pública del distrito de Tocache – San Martín y de los padres de adolescentes de instituciones privadas de Lima-Este donde se realizó la investigación, dicho proceso se realizó durante los meses de octubre y noviembre del presente año. Así mismo la aplicación de los instrumentos se realizó de manera virtual, mediante el uso de formularios virtuales de Google Forms.

La aplicación se inició con la presentación y el consentimiento informado, así mismo se recogieron los datos sociodemográficos a través de la información brindada por los adolescentes. Después de haber registrado todos los datos sociodemográficos, se procedió a aplicar el Inventario de Estrés Académico SISCO SV (Adaptación de Barraza, 2018) y el Test de dependencia al móvil (TDM) Chóliz, 2012, cuyo tiempo aproximado de aplicación fue de 15 minutos.

## **5. Análisis estadístico**

Una vez recogida toda la información a través de los instrumentos de medición ya mencionados, se hizo el vaciado de datos en la hoja de cálculo de Microsoft Excel 2019, donde posteriormente se trasladó al procesador del paquete estadístico SPSS 24.0; también se identificaron los valores de rango y valores perdidos, así mismo, se ejecutó la recodificación de variables, de valor numérico a las categorías y respuestas. Finalmente, la validez de contenido se realizó a través de criterio de jueces y para la validez de constructo y fiabilidad de la prueba se utilizó la V de Aiken. Así mismo, para evaluar la normalidad de las variables se utilizó la prueba de bondad de Kolmogorov Smirnov "K-S". Finalmente, para la correlación de las variables estrés académico y dependencia al teléfono móvil se utilizó el estadístico de Rho de Spearman.

## Resultados

### 1. Resultados descriptivos

#### 1.1. Datos sociodemográficos

Realizando el análisis se presentan los resultados descriptivos en la tabla 1, donde se aprecia que el 61.3% de los participantes son del sexo femenino y el 38.7% del sexo masculino, asimismo, la mayoría de los adolescentes se encuentra en el rango de edad de 15 a 16 años con una presencia del 41.9% del total. En cuanto al grado académico, solo el 4.4% de los adolescentes se encuentra en primaria actualmente y el 19% cursando los primeros ciclos de universidad, de los cuales el 58.9% pertenece a instituciones educativas privadas. Por otro lado, en cuanto al lugar de procedencia encontramos similitud entre costa, sierra y selva, sin embargo, sólo un 2.4% de los estudiantes participantes es de procedencia extranjera.

**Tabla 1.**

***Datos sociodemográficos de los participantes***

Categorías		n	%
Sexo	Femenino	152	61.3%
	Masculino	96	38.7%
Edad	11 – 14	70	28.2%
	15- 16	104	41.9%
	17- 20	74	29.8%
Grado académico	Primaria	11	4.4%
	Secundaria	190	76.6%
	Superior	47	19%
Institución educativa	Privada	146	58.9%
	Estatal	102	41.1%

Lugar de procedencia	Costa	88	35.5%
	Sierra	75	30.2%
	Selva	79	31.9%
	Extranjero	6	2.4%

## 1.2. Niveles de estrés académico

En la tabla 2, se evidencia que el 47.6% presenta un nivel de estrés académico moderado, de igual manera, en sus dimensiones de estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento, se evidenció que el 44.8%, el 48.4% y el 44% de la población evaluada presentan niveles moderados en cada dimensión mencionada respectivamente.

**Tabla 2.**

*Niveles de estrés académico de los participantes*

	Leve		Moderado		Severo	
	n	%	n	%	n	%
Estrés académico	64	25.8%	118	47.6%	66	26.6%
Estresores	68	27.4%	111	44.8%	69	27.8%
Síntomas	62	25.0%	120	48.4%	66	26.6%
Estrategias de afrontamiento	67	27.0%	109	44.0%	72	29.0%

### 1.2.1 Niveles de estrés académico según sexo y edad

En la tabla 3 se observa que, para las dimensiones de estrés académico ambos sexos presentan niveles moderados, sin embargo, en los niveles severos para la dimensión de estresores se presentan diferencias aparentemente significativas entre los participantes de sexo femenino y masculino con un 19.4% y un 8.1% respectivamente. Lo que significa que las mujeres percibieron una

mayor cantidad de estímulos estresores durante el año académico en comparación a los varones.

**Tabla 3**

*Niveles de estrés académico según el sexo de los participantes*

Estrés académico		Femenino		Masculino	
Dimensión	Nivel	n	%	n	%
Estresores	Leve	30	12.1%	38	15.3%
	Moderado	75	30.2%	38	15.3%
	Severo	48	19.4%	20	8.1%
Síntomas	Leve	28	11.3%	34	13.7%
	Moderado	68	27.4%	53	21.4%
	Severo	57	23.0%	9	3.6%
Estrategias de afrontamiento	Leve	37	14.9%	30	12.1%
	Moderado	72	29.0%	39	15.7%
	Severo	44	17.7%	27	10.9%

En la tabla 4 se observa similitud entre los resultados obtenidos de las dimensiones de estrés académico evidenciando la prevalencia de niveles moderados en todos los grupos etarios. Sin embargo, encontramos en los niveles severos una presencia significativa en el grupo etario de 15 a 16 años del 12.5%, 15.3% y 14.5% para estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento respectivamente. Lo que significa que los participantes pertenecientes a este grupo de edad, percibieron con mayor frecuencia estímulos estresantes, síntomas y asumieron estrategias de afrontamiento.

**Tabla 4**

*Niveles de estrés académico según la edad de los participantes*

Estrés académico		11 a 14		15 a 16		17 a 20	
Dimensión	Nivel	n	%	n	%	n	%
Estresores	Leve	17	6.9%	30	12.1%	21	8.5%
	Moderado	32	12.9%	43	17.3%	36	14.5%
	Severo	21	8.5%	31	12.5%	17	6.9%
Síntomas	Leve	25	10.1%	24	9.7%	13	5.2%
	Moderado	33	13.3%	42	16.9%	45	18.1%
	Severo	12	4.8%	38	15.3%	16	6.5%
Estrategias de afrontamiento	Leve	18	7.3%	31	12.5%	18	7.3%
	Moderado	31	12.5%	37	14.9%	41	16.5%
	Severo	21	8.5%	36	14.5%	15	6.0%

### 1.3. Niveles de dependencia al móvil

En la tabla 5 se observa que el 47.2% de adolescentes presenta un nivel medio de dependencia al teléfono móvil, al igual que en sus cuatro dimensiones donde se evidencia que el 46.8%, el 45.2%, el 37.9% y el 33.1% de la población presentan niveles medios de abstinencia, abuso y dificultad en controlar el impulso, problemas ocasionados por el uso y, tolerancia en el uso del teléfono móvil respectivamente.

**Tabla 5.**

*Niveles de dependencia al teléfono móvil de los participantes*

	Bajo		Medio		Alto	
	n	%	n	%	n	%
Dependencia del teléfono móvil	68	27.4%	117	47.2%	63	25.4%
Abstinencia	65	26.2%	116	46.8%	67	27.0%
Abuso y dificultad en controlar el impulso	67	27.0%	112	45.2%	69	27.8%

Problemas ocasionados por el uso excesivo	82	33.1%	94	37.9%	72	29.0%
Tolerancia	77	31.0%	97	39.1%	74	29.8%

### 1.3.1. Niveles de estrés académico según sexo y edad

La tabla 6 permite apreciar que tanto mujeres (17.3 %) como varones (9.3%), presentan un nivel alto de abstinencia, es decir, experimentan un severo malestar generado por no tener la posibilidad de utilizar el teléfono móvil. Continuando con los niveles altos, en el factor de abuso y dificultad en controlar el impulso, se encuentra que el 18.1% de mujeres y el 9.3% de varones utilizan excesivamente el teléfono móvil en cualquier momento y situación. Asimismo, en cuanto a los niveles altos del factor de problemas ocasionados por el uso excesivo, se observa que un considerable 13.3% de la población masculina ha experimentado consecuencias negativas en el área personal o familiar por la utilización excesiva del teléfono móvil. Por último, se encontraron niveles altos para el factor de tolerancia en el 10.9% de varones y el 19% mujeres, lo que significa que este grupo de adolescentes sintieron la necesidad de utilizar con más frecuencia el teléfono móvil para conseguir satisfacción.

**Tabla 6**

*Niveles de dependencia al teléfono móvil según el sexo de los participantes*

Dependencia al teléfono móvil		Femenino		Masculino	
Dimensión	Nivel	n	%	n	%
Abstinencia	Bajo	41	16.5%	24	9.7%
	Medio	69	27.8%	48	19.4%
	Alto	43	17.3%	23	9.3%
Abuso y dificultad en controlar el impulso	Bajo	40	16.1%	27	10.9%
	Medio	68	27.4%	45	18.1%

Problemas ocasionados por el uso excesivo	Alto	45	18.1%	23	9.3%
	Bajo	49	19.8%	33	13.3%
	Medio	66	26.6%	29	11.7%
Tolerancia	Alto	38	15.3%	33	13.3%
	Bajo	46	18.5%	31	12.5%
	Medio	60	24.2%	37	14.9%
	Alto	47	19.0%	27	10.9%

En la tabla 7, se evidencia en la dimensión abstinencia un 10.5% de adolescentes de 17 a 20 años que ha experimentado niveles severos de malestar generado por no tener la posibilidad de utilizar el teléfono móvil. En cuanto a la dimensión abuso y dificultad en controlar el impulso, se evidencia que un 20.2% de adolescentes entre 15 a 16 años experimentan un nivel moderado, es decir hacen uso excesivo del teléfono móvil en cualquier momento y en cualquier lugar. En la dimensión problemas ocasionados por el uso excesivo, se evidencia un 13.7% de adolescentes entre 17 y 20 años experimentan un nivel severo, es decir hacen uso excesivo e inapropiado del teléfono móvil afectando a las personas de su alrededor; y en cuanto a la dimensión tolerancia, los adolescentes de 15 a 16 años evidencian 14.9% de niveles severos, es decir tienen la necesidad de utilizar cada vez más el teléfono móvil para conseguir la misma satisfacción o que el uso moderado no llegue a ser suficiente para la persona.

### **Tabla 7**

*Niveles de dependencia al teléfono móvil según la edad de los participantes*

Dependencia al teléfono móvil		11 a 14		15 a 16		17 a 20	
Dimensión	Nivel	n	%	n	%	n	%

Abstinencia	Leve	24	9.7%	24	9.7%	17	6.9%
	Moderado	32	12.9%	53	12.9%	31	12.5%
	Severo	14	5.6%	27	5.6%	26	10.5%
Abuso y dificultad en controlar el impulso	Leve	33	13.3%	23	9.3%	11	4.4%
	Moderado	24	9.7%	50	20.2%	38	15.3%
	Severo	13	5.2%	31	12.5%	25	10.1%
Problemas ocasionados por el uso excesivo	Leve	29	11.7%	33	13.3%	20	8.1%
	Moderado	26	10.5%	48	19.4%	20	8.1%
	Severo	15	6.0%	23	9.3%	34	13.7%
Tolerancia	Leve	30	12.1%	28	11.3%	19	7.7%
	Moderado	30	12.1%	39	15.7%	28	11.3%
	Severo	10	4.0%	37	14.9%	27	10.9%

## 2. Prueba de normalidad de estrés académico y dependencia al móvil

Con el propósito de contrastar las hipótesis planteadas, se procedió a utilizar la prueba de bondad de ajuste de Kolmogorov-Smirnov (K-S) para determinar si las variables de estudio siguen una distribución normal.

En este sentido, en la tabla 8 se evidencia que las 4 dimensiones no presentan una distribución normal dado que el coeficiente obtenido (K-S) es significativo ( $p > .05$ ). Por ello, se utilizó el estadístico no paramétrico Rho de Spearman (Rho) para la contratación de las hipótesis.

**Tabla 8**

*Análisis de normalidad de estrés académico y dependencia al teléfono móvil*

	Media	D.E	K-S	p
Estrés académico	188,88	20,964	,551	,922

Dependencia al teléfono móvil	56,79	16,817	1,009	,261
Abstinencia	13,44	5,048	1,461	,028
Abuso y dificultad en controlar el impulso	26,31	7,737	1,214	,105
Problemas ocasionados por el uso excesivo	7,45	3,139	2,424	,000
Tolerancia	9,59	3,603	1,731	,005

### 3. Análisis de correlación entre estrés académico y dependencia al móvil

En la tabla 9 se presenta el análisis de relación entre las variables de estrés académico y dependencia al móvil, se observa que existe correlación negativa débil entre las variables de estudio ( $r=,243^{**}$ ,  $p=,000$ ). En este sentido, el análisis de correlación con la prueba estadística de Spearman demuestra que existe una relación negativa débil entre la dimensión estresores y dependencia al teléfono móvil ( $r=,134^*$ ,  $p=,035$ ). Asimismo, se observa que existe correlación negativa débil entre la dimensión síntomas y dependencia al teléfono móvil ( $r= -,263^{**}$ ,  $p=,000$ ), sin embargo, no se encuentra relación significativa entre la dimensión estrategias de afrontamiento y dependencia al teléfono móvil ( $r= -,052$ ,  $p=,412$ ).

**Tabla 9**

*Coefficiente de Correlación entre estrés académico y dependencia al teléfono*

	Dependencia al teléfono móvil	
	Rho	P
Estrés académico	0,243**	,000
Estresores	0,134*	,035
Síntomas	0,263**	,000
Estrategias de afrontamiento	0,052	,412

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

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

## Discusión

Durante su formación académica, los estudiantes suelen experimentar diversas situaciones estresantes, es así que ven como situaciones académicas a las tareas, evaluaciones, el tiempo limitado, etc. (Barraza, 2007; Boullosa, 2013; Correa-Prieto, 2015; Damián, 2017). En la actualidad, los adolescentes se ven inmersos bajo mayores exigencias de su entorno que pueden llegar a ser fuentes de estrés académico, lo que genera diversas problemáticas que afectan la salud física y psicológica del alumno. Así mismo, la dependencia al teléfono móvil, es un conjunto de conductas compulsivas que genera un cambio precipitado en la existencia de los adolescentes, que obstaculiza las actividades cotidianas y genera un impacto negativo en la relación con su entorno social y académico.

A partir de los hallazgos encontrados, se acepta la hipótesis alternativa general que establece que existe relación entre estrés académico y dependencia al teléfono móvil en adolescentes peruanos en el contexto de la pandemia COVID-19.

En relación a lo antes mencionado, se obtuvo una correlación altamente significativa negativa débil ( $r=,0,243^{**}$  \*,  $p=.000$ ), lo que significa que nuestras variables se relacionan en sentido inverso, es decir, a mayor presencia de estrés académico el adolescente tendrá menor dependencia al teléfono móvil y viceversa. Estos resultados difieren en cierta parte con lo que sostienen Haro y Contreras (2019), que el uso desmedido del teléfono móvil trae desventajas en diversos aspectos de la vida cotidiana, donde las personas que prolongan su uso por más de 3 a 4 horas diarias en internet y las redes sociales pueden presentar, entre otras consecuencias negativas, la disminución del rendimiento académico

o laboral, estrés académico y provocar en los adolescentes sedentarismo y obesidad, por el solo hecho de permanecer conectados. Asimismo, encontramos diferencia con los resultados obtenidos por Araujo y Pinguz (2017) quienes refieren que para bajar los niveles de estrés y alivio tensional que pueda estar atravesando en ese momento el individuo, a modo de entretenimiento, hace uso de las redes sociales y por ende del teléfono móvil.

En este sentido, en el presente estudio se evidencia que los estudiantes que experimentan niveles altos de estrés académico tienen menor dependencia al teléfono móvil, lo que podría explicarse por Czarny (2020), quien realizó una breve investigación en Argentina a raíz de la pandemia por Covid -19, donde exploró las percepciones, sentimientos y opiniones de los adolescentes en relación al uso y acceso a las tecnologías, concluyendo que durante la cuarentena predomina un mayor uso de las tecnologías, fundamentalmente de la computadora y el celular para las tareas escolares, siendo indispensables pero que su uso excesivo puede saturar y aburrir. Puesto que la realidad en nuestro país es similar, debido a las clases virtuales en todos los niveles académicos, podría generar un rechazo al uso del teléfono móvil siendo visto por los estudiantes como un elemento estresor durante el periodo de clases. Asimismo, el uso o dependencia al teléfono móvil puede verse reducido en los adolescentes de nivel socioeconómico bajo que no cuentan con un celular propio y deben compartir el mismo teléfono con otros integrantes de su familia. Lo que indica, existe un gran porcentaje de estudiantes que estarían reportando una alta intensidad de estrés académico Barraza (2007) lo que implica un nivel de malestar significativo. Este hallazgo es similar a lo encontrado en investigaciones previas con estudiantes universitarios en el contexto latinoamericano (Boullosa, 2013; Correa, 2015; Damián, 2016; Fernández & Solari, 2017; Gutiérrez, Londoño & Mazo, 2009; Mondoñedo, 2018; Ticona, Paucar & Llerena; 2006) y

mundial (Díaz, Arrieta & Gonzáles, 2014; García et al., 2012; Gonzales & Landero, 2010; Oliván et al, 2010; Mishra, 2018; Polo, Hernández & Pozo, 2011; Pozos, 2014; Pulido et al., 2011; Rivas et al., 2014) donde los niveles de estrés académico oscilaban entre medios y altos.

En relación al primer objetivo específico se encontró que existe una relación significativa negativa entre estresores y dependencia al teléfono móvil ( $\rho = -0,052$ ,  $p = 0,42$ ), es decir las demandas académicas altamente exigentes son percibidas como estímulos estresores es por ello que los estudiantes prefieren omitir las actividades académicas por percibir las y ser valoradas como estímulos estresores, Las situaciones que los estudiantes perciben como estresores fueron a la sobrecarga de tareas, las evaluaciones de los profesores y el tiempo limitado. (Boullosa, 2013); (Damián, 2017) (Barraza & Silerio, 2007); (Ferri, 2015); (Jerez-Mendoza & Oyarzo-Barría, 2015) y (Zarate et al., 2017).

En relación al segundo objetivo específico los resultados encontrados muestran que existe una relación significativa negativa entre síntomas de estrés académico y dependencia al móvil ( $\rho = -0,263^{**}$ ,  $p = 0,000$ ) es decir, a mayor cantidad de síntomas como físicos (insomnio, cansancio, dolor de cabeza, etc.), psicológicos (tristeza, inquietud, olvidos, etc.) y comportamentales (desgano, absentismo, etc. (Barraza, 2007), menor dependencia del teléfono móvil. Probablemente porque este último, causa muchos de estos síntomas, según Rodríguez y Diaz (2019), afirma que algunas de estas personas, suelen

experimentar síntomas físicos como mareos, visión borrosa, dolor en las muñecas o en la parte trasera del cuello y molestias al dormir, estos síntomas físicos, son producidos por el uso desmedido al teléfono móvil. Así mismo, Cruzado, Matos y Kendall (2006) llevaron a cabo un estudio donde encontraron que el deterioro académico es una consecuencia del uso excesivo de internet, detectando en los sujetos adictos, tendencias al aislamiento social, predisposición a la depresión, inestabilidad emocional, pobre tolerancia a la frustración, volubilidad e irritabilidad. De la misma manera, Román, Ortiz y Hernández (2008) mencionan que niveles altos de estrés puede generar una alteración en las respuestas del individuo a nivel motor, cognitivo, y fisiológico, además de influir negativamente en su rendimiento académico, así mismo puede provocar una dificultad en su aprendizaje y en otros casos la deserción a escolar.

En relación al tercer objetivo específico los resultados encontrados muestran que no existe relación entre estrategias de afrontamiento y dependencia al móvil ( $\rho = -.052$ ,  $p = .412$ ), estos resultados guardan relación con los hallados por Araujo y Pinguz (2017) que refieren que las dimensiones de nerviosismo, frecuencia de inquietud y estrategias de afrontamiento no muestran asociaciones con la adicción a redes sociales, esto podría explicarse por los sesgos ocasionados por el tamaño de la muestra. Así también, sería importante estudiar qué estrategias de afrontamiento estarían utilizando los adolescentes para hacerle frente al estrés académico en tiempos de cuarentena.

### **Limitaciones**

- Se encontraron pocos antecedentes con relación a las variables estrés académico y dependencia al teléfono móvil, que puedan respaldar la presente investigación.
- La aplicación de los cuestionarios se vio limitada al contexto virtual en la cual los adolescentes de los colegios vienen realizando sus actividades académicas.
- El acceso inmediato a la muestra se complicó debido a que no hay clases presenciales en los respectivos colegios.
- El tamaño de la muestra para este estudio no fue tan representativo por lo que se recomienda, que se pueda expandir el tamaño de la muestra para investigaciones futuras.
- Nuestra población objetivo carecía de teléfono móvil y algunos consideraron no presentar estrés, es por ello que se excluyó de este estudio,
- Los adolescentes no cumplieron a tiempo con la entrega de los formularios solicitados.

### **Recomendaciones**

A continuación, se presentan los puntos a considerar para estudios posteriores.

- Para posteriores investigaciones se recomienda instrumentos psicológicos que midan estrés académico con una menor cantidad de ítems, para reducir el tiempo de aplicación.
- Ampliar el tamaño de la muestra de modo que se pueda lograr una mayor comprensión y generalización de los resultados.

- Guardar mayor proporcionalidad entre los grupos de edad, o en todo caso delimitar mejor los grupos de edad para evitar que sean más amplios.
- Elaborar un plan de intervención para prevenir el estrés académico en adolescentes.
- Realizar talleres de orientación y prevención de la dependencia al móvil.

## Referencias

- Alania-Contreras, R. D., Llancari-Morales, R. A., Rafaele de La Cruz, M., & Ortega-Révolo, D. I. D. (2020). Adaptación del cuestionario de estrés académico SISCO SV al contexto de la crisis por COVID-19. *Socialium*, 4(2), 111-130. <https://doi.org/10.31876/sl.v4i2.79>
- Araujo, M., & Pinguz, A. (2017). *Estrés académico y adicción a redes sociales en universitarios de La Molina*. [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)
- Asociación Americana de Psicología. (2020). *Coronavirus y clases virtuales incrementan niveles de estrés en los padres*. <https://www.efe.com/efe/usa/sociedad/coronavirus-y-clases-virtuales-incrementan-niveles-de-estres-en-los-padres/50000101-4252363>
- Barraza-Macías, A. (2018). *INVENTARIO SISCO SV-21 Inventario SISTémico COgnoscitivista para el estudio del estrés académico. Segunda versión de 21 ítems*. [http://www.ecorfan.org/libros/Inventario\\_SISCO\\_SV-21/Inventario\\_sistémico\\_cognoscitivista\\_para\\_el\\_estudio\\_del\\_estrés.pdf](http://www.ecorfan.org/libros/Inventario_SISCO_SV-21/Inventario_sistémico_cognoscitivista_para_el_estudio_del_estrés.pdf)
- Barraza, A. (2005). Características del estrés académico de los alumnos de educación media superior. *Investigación Educativa*, 4(4), 15-20.
- Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 9(3), 110-129.
- 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.

Barraza, A. (2007). Inventario SISCO del estrés académico. México: Universidad Pedagógica de Durango, Investigación Educativa

Berrio, N., & Mazo, R. (2011). Estrés Académico. *Revista de Psicología: Universidad de Antioquia*, 3(2), 65-82.

Boullosa, G. (2013). Estrés académico y afrontamiento en un grupo de estudiantes de una universidad privada de Lima. Tesis para optar por el Título de Licenciada en Psicología con mención en Psicología Clínica. Lima, Perú.

Caldera, J., Pulido, B., & Martinez, 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*, 7, 77-82.  
[http://www.cucs.udg.mx/revistas/edu\\_desarrollo/anteriores/7/007\\_Caldera.pdf](http://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/7/007_Caldera.pdf)

Castellana, M., Sánchez-carbonell, X., Graner, C., & Beranuy, M. (2007). El adolescente ante las tecnologías de la información y la comunicación: internet, móvil y videojuegos. *Papeles del Psicólogo*, 28(3), 196-204.  
[https://www.researchgate.net/publication/242199439\\_EL\\_ADOLESCENTE\\_ANTE\\_LAS\\_TECNOLOGIAS\\_DE\\_LA\\_INFORMACION\\_Y\\_LA\\_COMUNICACION\\_INTERNET\\_MOVIL\\_Y\\_VIDEOJUEGOS](https://www.researchgate.net/publication/242199439_EL_ADOLESCENTE_ANTE_LAS_TECNOLOGIAS_DE_LA_INFORMACION_Y_LA_COMUNICACION_INTERNET_MOVIL_Y_VIDEOJUEGOS)

Chóliz, M. (2010). Mobile phone addiction: a point of issue. *Addiction*, 105, 373-374. [http://www.emcdda.europa.eu/attachements.cfm/att\\_](http://www.emcdda.europa.eu/attachements.cfm/att_)

Chóliz, M. (2012). Mobile-Phone Addiction in Adolescence: The Test of Mobile Phone Dependence (TMD). *Progress in Health Sciences*, 2(1), 33-44.  
<http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&profile=ehost&scope=>

site&authype=crawler&jrnl=20831617&AN=78040680&h=wphb8c4wPyj5Y  
cT1/vqPudXDBkNUljaaRiQjdQ6NKMAYG/VOmymP2FqL/WjglEElaALzzXR  
kxi26TNJ9EtX4zQ==&crl=c

- Chóliz, M., & Villanueva, V. (2011). Evaluación de la adicción al móvil en la adolescencia. *Revista Española de Drogodependencias*, 36(2), 165-183.
- Cía, A. (2013). Las adicciones no relacionadas a sustancias (DSM-5, APA, 2013): un primer paso hacia la inclusión de las Adicciones Conductuales en las clasificaciones categoriales vigentes. *Revista Neuro-Psiquiatría*, 76(4), 210-217. <https://doi.org/10.1080/01418610208240037>
- Corchado, A. (2012). Conductas De Riesgo En Las Adolescencias [Universidad Complutense de Madrid]. En *Universidad Complutense de Madrid*. <https://eprints.ucm.es/17437/1/T34028.pdf>
- Cruzado, L., Matos, L. & Kendall, R. (2006). Adicción a internet: perfil clínico y epidemiológico de pacientes hospitalizados en un instituto nacional de salud mental. *Revista Médica Herediana*, 17(4), 196-205.
- Cuesta, V. (2019). *Bases psicológicas de la adicción al «smartphone»*.
- Cutipá, J. A., & Meza, B. J. (2019). *Influencia de la dependencia al celular en la interacción social en los estudiantes del nivel secundario de la institución educativa Politécnico Rafael Santiago Loayza Guevara en el distrito de Mariano Melgar, Arequipa-2019* (Vol. 24, Número 4). <https://doi.org/10.1145/1390630.1390641>
- Czarny, M. (2020, septiembre). *Adolescentes en pandemia*. 1-19. <https://www.chicos.net/wp->

content/uploads/2020/09/chicosnet\_informe\_adolescentes\_en\_pandemia\_2020.pdf

Damián, L. (2016). Estrés académico y conductas de salud en estudiantes universitarios de Lima. Tesis para optar por el Título de Licenciada en Psicología con mención en Psicología Clínica. Lima, Perú.

Díaz, S., Arrieta, K. & González, F. (2014). Estrés académico y funcionalidad familiar en estudiantes de odontología. *Salud Uninorte*, 30(2), 121-132

Ditrendia. (2017). *Informe Mobile en España Informe ditrendia 2017: Mobile en España y en el Mundo*. 1-84. <https://mktefa.ditrendia.es/hubfs/Ditrendia-Informe-Mobile-en-España-y-en-el-Mundo-2017.pdf>

Franco, D., & Calderon, L. A. (2019). *Adicción a internet, adicción a las redes sociales, dependencia al móvil y su influencia sobre la procrastinación académica en una muestra de adolescentes de la ciudad de Juliaca-2019* [Universidad Peruana Union campus Juliaca]. [https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/2132/Dalia\\_Tesis\\_Licenciatura\\_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/2132/Dalia_Tesis_Licenciatura_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

García, J., López, C., & Castillo, D. E. L. (2017). *Medios de comunicación, publicidad y adicciones*. Editoria EDAF. <https://books.google.com.pe/books?id=IErLDgAAQBAJ&pg=PT352&dq=pasos+de+iniciación+pueden+perfectamente+explicar+cualquier+tipo+de+adicción+García+del+Castillo+y+López-Sánchez,+2017&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwjMuL27tNDsAhWwLLkGHZu6AikQ6AEwAHoECAQQA#v=onepage&q>

Gordon, R. S. (1983). An operational classification of disease prevention. *Public*

*Health Reports*, 98(2), 107-109.  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1424415/pdf/pubhealthrep0112-0005.pdf>

Haro, G., & Contreras, A. T. (2019). *Relación entre dependencia al teléfono móvil y procrastinación en estudiantes de una universidad privada de Lima Este*. Universidad Peruana Uniony-+.

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2018). *Metodología de la Investigación* (6ta ed.). McGraw Hill.  
<http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>

Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2020). *74 de cada 100 hogares del área rural cuentan con telefonía móvil*.  
<http://m.inei.gob.pe/prensa/noticias/74-de-cada-100-hogares-del-area-rural-cuentan-con-telefonía-movil-8479/>

Konok, V., Gigler, D., Bereczky, B. M., & Miklósi, Á. (2016). Humans' attachment to their mobile phones and its relationship with interpersonal attachment style. *Computers in Human Behavior*, 61, 537-547.

Li, T., Cui, L., Ma, S., Zhang, S., Zheng, J., Xiao, J., & Zhang, Q. (2018). An 8-week group cognitive behavioral therapy intervention for mobile dependence. *Psychology*, 9, 2031-2041.  
<https://doi.org/10.4236/psych.2018.98116>

Lozano, A. (2020). Impacto de la epidemia del Coronavirus (COVID-19) en la salud mental del personal de salud y en la población general de China.

*Revista Neuropsiquiátrica*, 83(1), 51-56.

[http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S0034-85972020000100051&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S0034-85972020000100051&script=sci_arttext)

Mamani, A. L., & Gonzales, D. (2019). Adicción a redes sociales y su relación con la procrastinación académica en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Privada en Lima-Este. *Universidad Peruana Unión*, 112.

Martínez, E. S., & Díaz, D. A. (2007). Una aproximación psicosocial al estrés escolar. *Educación y Educadores*, 10(2), 11-22.

<https://www.redalyc.org/pdf/834/83410203.pdf>

Martínez, L. (2019). Estrés académico y adaptación a la vida universitaria en estudiantes de Lima, Arequipa y Piura. En *Tesis PUCP*. [http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/14775/Martínez\\_Quispe\\_Estrés\\_académico\\_adaptación1.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/14775/Martínez_Quispe_Estrés_académico_adaptación1.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Mazo, R., Londoño, K., & Gutiérrez, Y. (2013). Niveles de estrés académico en estudiantes universitarios. *Informes Psicológicos*, 13(2), 121-134.

<https://revistas.upb.edu.co/index.php/informespsicologicos/article/view/2796/2441>

Ministerio de Educación. (2020). *Clases escolares serían virtuales hasta fin de año*. [https://noticia.educacionenred.pe/2020/04/minedu-clases-escolares-serian-virtuales-hasta-fin-ano-informo-ministro-educacion-](https://noticia.educacionenred.pe/2020/04/minedu-clases-escolares-serian-virtuales-hasta-fin-ano-informo-ministro-educacion-196972.html?m=1)

[196972.html?m=1](https://noticia.educacionenred.pe/2020/04/minedu-clases-escolares-serian-virtuales-hasta-fin-ano-informo-ministro-educacion-196972.html?m=1)

Ministerio de Transportes y Comunicaciones. (2018). *Principales indicadores de*

*servicios públicos de telecomunicaciones.*  
[https://portal.mtc.gob.pe/comunicaciones/regulacion\\_internacional/estadistica\\_catastro/documentos/2018/Boletín\\_III\\_2018.pdf](https://portal.mtc.gob.pe/comunicaciones/regulacion_internacional/estadistica_catastro/documentos/2018/Boletín_III_2018.pdf)

Mondoñedo, A. (2018). Bienestar y estrés académico en universitarios deportistas y no deportistas. (Tesis de licenciatura). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima.

Oliván, B., Boira, S. & López, Y. (2011). Estrés y otros factores psicológicos asociados en estudiantes de fisioterapia. *Fisioterapia*, 33(1), 19-24. Doi: 10.1016/j.ft.2010.12.002

Organista-Sandoval, J., Serrano-Santoyo, A., McAnally-Salas, L., & Lavigne, G. (2013). Apropiación y usos educativos del celular por estudiantes y docentes universitarios. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 15(3), 139-156. [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S1607-40412013000300010&script=sci\\_arttext&tIng=pt%0Ahttp://www.scielo.org.mx/pdf/redie/v15n3/v15n3a10.pdf](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S1607-40412013000300010&script=sci_arttext&tIng=pt%0Ahttp://www.scielo.org.mx/pdf/redie/v15n3/v15n3a10.pdf)

Otzen, T., & Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *Int. J. Morphol*, 35(1), 227-232. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/ijmorphol/v35n1/art37.pdf>

Pepper, R., Gabriel, S., & Chris, W. (2012). *What is the impact of mobile telephony on economic growth. November*, 1-32. <https://www.gsma.com/publicpolicy/wp-content/uploads/2012/11/gsma-deloitte-impact-mobile-telephony-economic-growth.pdf>

Poma, R. (2019). *Estrés académico y manejo del tiempo en estudiantes universitarios de una universidad privada de lima sur.*

Quito, N. (2019). *Propiedades psicométricas del inventario SISCO del estrés académico en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa pública del distrito de Breña - 2019*. <https://orcid.org/0000-0001-7045-4954>

Rincón, C. (2018). *Adolescentes escolarizados y el uso del teléfono inteligente: relación de dependencia*. [https://repository.eafit.edu.co/bitstream/handle/10784/13312/ClaudiaStenfa\\_ny\\_RinconGutierrez\\_2018.pdf?sequence=2&isAllowed=y](https://repository.eafit.edu.co/bitstream/handle/10784/13312/ClaudiaStenfa_ny_RinconGutierrez_2018.pdf?sequence=2&isAllowed=y)

Rivas, V., Jiménez, C., Méndez, H., Cruz, M., Castillo, M. & Victorino, A. (2014). Frecuencia e Intensidad del Estrés en Estudiantes de Licenciatura en Enfermería de la DACS. *Horizonte sanitario*, 13(1), 162-169.

Ron, R., Álvarez, A., & Núñez, P. (2013). *Los efectos del marketing digital en niños y jóvenes: smartphones y tablets ¿enseñan o distraen?* ESIC Editorial. <https://ebookcentral.proquest.com/lib/bibliocauladechsp/reader.action?docID=5885846&query=aplicaciones%2Bmoviles#>

Rodríguez Ceberio, Marcelo, Diaz Videla, Marcos, Agostinelli, Jesica, & Daverio, Romina. (2019). Adicción y uso del teléfono celular. *Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UCBSP*, 17(2), 211-235. Recuperado en 20 de diciembre de 2020, de [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2077-21612019000200001&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-21612019000200001&lng=es&tlng=es).

Ruiz, J., Sánchez, J., & Trujillo, J. (2016). Utilización de Internet y dependencia a teléfonos móviles en adolescentes. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 14(2), 1357-1369. <https://doi.org/10.11600/1692715x.14232080715>

Said, E. (2010). *TIC, comunicación y periodismo digital. Tomo I: Normatividad, accesibilidad y escenarios de desarrollo*. Ediciones Uninorte.  
[https://books.google.com.pe/books?id=WdQhhApdM2AC&pg=PA270&dq=Said+2010+dependencia+al+movil&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwiAiZnSI9DsAhWiH7kGHagHB5YQ6AEwAHoECAAQAg#v=onepage&q=Said 2010 dependencia al movil&f=false](https://books.google.com.pe/books?id=WdQhhApdM2AC&pg=PA270&dq=Said+2010+dependencia+al+movil&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwiAiZnSI9DsAhWiH7kGHagHB5YQ6AEwAHoECAAQAg#v=onepage&q=Said%20dependencia%20al%20movil&f=false)

Soria, L. (2018). *Dependencia al celular y felicidad en colegios privados de Villa El Salvador en Lima* [Universidad Ricardo Palma].  
[https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/URP/1629/Tesis Lisset Soria C.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/URP/1629/Tesis%20Lisset%20Soria%20C.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Toribio-Ferrer, C., & Franco-Bárceñas, S. (2016). Estrés Académico: El Enemigo Silencioso del Estudiante. *Salud y Administración.*, 3(7), 11-18.

Vera, R. (2001). Adicción al teléfono móvil o nomofobia. *Vértices Psicólogos*, 1, 1-5.

## Anexo 1

### Inventario de Estrés Académico SISCO SV

(Adaptación de Barraza, 2018)

**Género:** Femenino ( ) Masculino ( )

**Edad:** \_\_\_\_\_ años

**Distrito de Procedencia:** \_\_\_\_\_

**Estudia actualmente:** Si ( ) No ( )

**Institución:** Privada ( ) Estatal ( )

**Tiene clases virtuales:** Si ( ) No ( )

**N° de horas en clases:** \_\_\_\_\_ horas diarias

**Grado Académico:**

**¿Tienes un celular personal?** Si ( ) No ( )

Superior ( )

**¿Qué uso le da mayormente teléfono móvil?**

Secundaria ( )

Clases y tareas ( )

Primaria ( )

Redes sociales ( )

**Tiempo usando el móvil:** \_\_\_\_\_ horas al día

Videojuegos ( )

**¿Tienes internet en casa?** Si ( ) No ( )

Otros ( ) **Especifique:** \_\_\_\_\_

1. Durante el transcurso de este semestre ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo (estrés)?

Sí

No

En caso de seleccionar la alternativa “no”, el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa “sí”, 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 estrés, donde (1) es poco y (5) mucho.

1	2	3	4	5

### 3. Estresores

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de aspectos que, en mayor o menor medida, suelen estresar a algunos alumnos. Responde, señalando con una X, ¿Con qué frecuencia cada uno de esos aspectos te estresa? tomando en consideración la siguiente escala de valores:

Nunca	Casi nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
N	CN	RV	AV	CS	S

¿Con que frecuencia te estresa...?:

N°	ITEMS	N	CN	RV	AV	CS	S
ES1	La competitividad con o entre mis compañeros de clases						
ES2	La sobrecarga de tareas y trabajos académicos que tengo que realizar todos los días						
ES3	La personalidad y el carácter de mis profesores/as que me imparten clases						
ES4	La forma de evaluación de los(as) profesores/as de las tareas, foros, proyectos, lecturas, ensayos, trabajos de investigación, organizadores, búsquedas en Internet, etc.						
ES5	El nivel de exigencia de mis profesores/as						
ES6	El tipo de trabajo que me piden mis profesores/as (análisis de lecturas, proyectos, ensayos, mapas conceptuales, grabaciones, ejercicios y problemas, búsquedas en Internet etc.)						
ES7	Que me enseñen profesores/as muy teóricos/as						
ES8	Mi participación en clase (conectarme a la clase, responder a preguntas, hacer comentarios, desarrollar argumentaciones, etc.						
ES9	Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan mis profesores/as						
ES10	La realización de exámenes, prácticas o trabajos de aplicación						

N°	ITEMS	N	CN	RV	AV	CS	S
ES11	Exposición de un tema ante la clase						
ES12	La poca claridad que tengo sobre lo que solicitan mis profesores/as						
ES13	Que mis profesores/as están mal preparados/as (contenido de la asignatura y/o manejo de tecnología)						
ES114	Asistir o conectarme a clases aburridas o monótonas						
ES15	No entender los temas que se abordan en la clase						

#### 4. Síntomas

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de reacciones que, en mayor o menor medida, suelen presentarse en algunos alumnos cuando están estresados. Responde, señalando con una X, ¿con que frecuencia se te presentan cada una de estas reacciones cuando estás estresado? tomando en consideración la misma escala de valores del apartado anterior.

**¿Con qué frecuencia se te presentan las siguientes reacciones cuando estás estresado?:**

N°	ITEMS	N	CN	RV	AV	CS	S
SI1	Trastornos del sueño (insomnio o pesadilla)						
SI2	Fatiga crónica (cansancio permanente)						
SI3	Dolores de cabeza o migrañas						
SI4	Problemas de digestión, dolor de estómago o diarrea						
SI5	Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.						
SI6	Somnolencia o mayor necesidad de dormir						
SI7	Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).						
SI8	Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)						

N°	ITEMS	N	CN	RV	AV	CS	S
SI9	Ansiedad (nerviosismo), angustia o desesperación						
SI10	Dificultad para concentrarse						
SI11	Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad						
SI12	Conflictos o tendencia a polemizar, contradecir, discutir o pelear						
SI13	Aislamiento de los demás						
SI14	Desgano para realizar las labores académicas						
SI15	Aumento o reducción del consumo de alimentos						

### 5. Estrategias de afrontamiento

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de acciones que, en mayor o menor medida, suelen utilizar algunos alumnos para enfrentar su estrés. Responde, encerrando en un círculo, ¿con qué frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés? tomando en consideración la misma escala de valores del apartado anterior.

**¿Con qué frecuencia para enfrentar tu estrés te orientas a...?:**

N°	ITEMS	N	CN	RV	AV	CS	S
EA1	Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros)						
EA2	Escuchar música o distraerme viendo televisión						
EA3	Concentrarse en resolver la situación que me preocupa						
EA4	Elogiar mi forma de actuar para enfrentar la situación que me preocupa						
EA5	La religiosidad (encomendarse a Dios o asistir a la iglesia)						
EA6	Búsqueda de información sobre la situación que me preocupa						

N°	ITEMS	N	CN	RV	AV	CS	S
EA7	Solicitar el apoyo de mi familia o de mis amigos						
EA8	Contar lo que me pasa a otros (verbalización de la situación que preocupa)						
EA9	Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa						
EA10	Evaluar lo positivo y negativo de mis propuestas ante una situación estresante						
EA11	Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa						
EA12	Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucione						
EA13	Hacer ejercicio físico						
EA14	Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas						
EA15	Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa						
EA16	Navegar en internet						
EA17	Jugar videojuegos						

## Anexo 2

### Test de Dependencia al Móvil (TDM)

Chóliz, 2012

**Instrucciones:** Indica con qué frecuencia te identificas con las afirmaciones que aparecen a continuación. Recuerda que no existen respuestas buenas ni malas, y que no es necesario dedicar mucho tiempo a cada frase.

N°	ITEMS	Nunca	Rara vez	A veces	A menudo	Frecuentemente
1	Me han llamado la atención o me han hecho alguna advertencia por usar demasiado mi teléfono.					
2	Me he puesto un límite al uso de mi teléfono móvil y no lo he podido cumplir					
3	He discutido con mis padres o familiares por el costo de mi teléfono móvil					
4	Paso más tiempo del que me gustaría hablando por teléfono, enviando mensajes de texto o usando WhatsApp.					
5	Envié más de cinco mensajes en un día					
6	Me acosté más tarde, o dormí menos porque estaba usando mi teléfono móvil					
7	Gasto más dinero en mi teléfono móvil (llamadas, mensajes de texto...) del que había previsto					
8	Cuando me aburro, utilizo mi teléfono móvil					
9	Utilizo mi teléfono móvil (llamadas, mensajes de texto o WhatsApp...) en situaciones que, aunque no son peligrosas, no es correcto hacerlo (comiendo, mientras otras personas me hablan, etc.)					
10	Me han criticado por el gasto económico de mi teléfono móvil					

N°	ITEMS	Totalmente en desacuerdo	Algo en desacuerdo	Neutral	Algo de acuerdo	Totalmente de acuerdo
11	Cuando no he usado mi teléfono móvil por un tiempo, siento la necesidad de llamar a alguien, enviar un mensaje de texto o usa WhatsApp					
12	Desde que obtuve mi teléfono móvil, he aumentado el número de llamadas que hago					
13	Si se rompiera mi teléfono móvil por un largo periodo de tiempo y tardaran en arreglarlo, me sentiría muy mal					
14	Cada vez necesito utilizar con más frecuencia mi teléfono móvil					
15	Si no tengo mi teléfono celular, me siento mal					
16	Cuando tengo mi teléfono móvil conmigo no puedo dejar de usarlo					
17	Desde que obtuve mi teléfono móvil, he aumentado la cantidad de mensajes de texto que mando					
18	Tan pronto como me levanto, lo primero que hago es ver quien me ha llamado al teléfono celular, o si alguien me ha mandado un mensaje de texto					
19	Ahora gasto más dinero en mi teléfono móvil que cuando lo compré					
20	No creo que pueda soportar pasar una semana sin un teléfono móvil					
21	Cuando me siento solo, uso el teléfono móvil (llamadas, mensajes de texto, WhatsApp...)					
22	Cogería mi teléfono móvil y enviaría un mensaje o haría una llamada ahora mismo					

**Consentimiento informado**

Yo..... deseo participar en el proyecto de investigación del estudiante ....., que tiene el objetivo investigar la “relación entre estrés académico y dependencia al teléfono móvil”, de forma libre y voluntariamente. Así mismo, estoy en mi derecho de retirarme de la investigación, dejar de llenar los cuestionarios en cualquier momento y cuando quiera, sin tener que dar explicaciones.

Ya que la información recolectada será confidencial y no se utilizará para ninguna otra cosa que sea fuera de la investigación.

Confirmando que estoy dando mi consentimiento para participar en este estudio.

Nombre del participante: .....

Fecha:.....

## Anexo 4

### Propiedades psicométricas del Inventario de Estrés Académico

#### ***Fiabilidad del Inventario de Estrés Académico SISCO***

La fiabilidad global del cuestionario y de sus dimensiones, se valoró calculando el índice de consistencia interna mediante el coeficiente Alpha de Cronbach. La tabla 10 permite apreciar que la consistencia interna global de la escala (47 ítems) en la muestra estudiada es de ,885 que puede ser valorado como indicador de una elevada fiabilidad. Asimismo, se aprecia que las dimensiones presentan adecuados niveles de fiabilidad.

**Tabla 10**

*Estimaciones de consistencia interna del inventario de Estrés Académico SISCO*

Dimensiones	Nº de ítems	Alpha
Estrés académico global	47	,511
Estresores	15	,720
Síntomas	15	,759
Estrategias de afrontamiento	17	,775

#### ***Validez del inventario de Estrés Académico SISCO***

Como se observa en la tabla 11 los coeficientes de correlación Producto-Momento de Pearson ( $r$ ) entre las dimensiones y el constructo global es significativo, lo cual confirma que la escala presenta validez de constructo.

**Tabla 11**

*Correlación Sub test- test del inventario de Estrés Académico SISCO*

Dimensiones	Estrés académico	
	$r$	$p$
Estrés académico global	1	,000
Estresores	,783**	,000
Síntomas	,697**	,000
Estrategias de afrontamiento	,664**	,000

## **Carta a los jueces N° 1**

Lima, 04 de octubre de 2020

Estimado,

Psic. Obed Abanto Abanto

Presente:

Nos dirigimos a usted con la finalidad de solicitar su valiosa colaboración en calidad de JUEZ para validar el contenido del instrumento:

### **Inventario de Estrés Académico SISCO SV (Adaptación de Barraza, 2018)**

Para lo cual se hace entrega formal de la delimitación conceptual y operacional del constructo, formatos de evaluación y el protocolo de aplicación, el cual deberá llenar siguiendo su criterio profesional y teórico, a fin de evaluar la relevancia, coherencia, claridad y contexto de los ítems.

Agradecemos de antemano su receptividad y colaboración, su apoyo permitirá utilizar un instrumento con garantía de validez científica en contexto peruano. Quedamos de Ud. en espera de su evaluación.

Muy Atentamente:

Rosita Montoya Quintana

Bachiller en Psicología

EP de Psicología

Universidad Peruana Unión

Hilary Luemly Sandoval Acosta

Bachiller en Psicología

EP de Psicología

Universidad Peruana Unión

## Validez de contenido

### I. CRITERIOS GENERALES DE EVALUACIÓN

1.- ¿Está de acuerdo con las características, instrucciones y estructura del instrumento?

Si ( X )

No ( )

Observaciones y/o sugerencias:

2.- A su parecer ¿el orden de las preguntas es el adecuado?

Si ( X )

No ( )

Observaciones y/o sugerencias:

3.- ¿Las opciones de respuesta están suficientemente graduados y pertinentes para cada ítem o reactivo del instrumento?

Si ( X )

No ( )

Observaciones y/o sugerencias:

### II. BREVE DELIMITACIÓN CONCEPTUAL DEL CONSTRUCTO

#### **Estrés académico**

El estrés académico es un proceso sistémico de carácter adaptativo y esencialmente psicológico (Barraza, 2006). Este tipo de estrés es manifestado por los estudiantes cuando los maestros o la institución les demandan ciertas exigencias de actuación relacionadas con su aprendizaje y estas demandas son valoradas por los propios alumnos como desbordantes para su capacidad de realizarlas con éxito (Barraza, 2018).

- **Estresores:** Hace referencia a las demandas y exigencias que provienen del entorno. Estas demandas, según la valoración de la persona, sobrepasan sus recursos y con considerados como estresores (Barraza, 2006).
- **Síntomas:** Hace referencia a los indicadores somáticos debido al desequilibrio sistémico provocado por los agentes estresores (Barraza, 2006).
- **Estrategias de afrontamiento:** Hace referencia a la capacidad de afrontar la situación estresante, donde la persona determina cuál es la mejor manera de enfrentar la situación y el sistema responde con estrategias de afrontamiento a las demandas del entorno (Barraza, 2006).

### III. EVALUACIÓN DE LOS ÍTEMS

#### Criterios de calificación

**Relevancia:** Grado en que el ítem es esencial o importante y por tanto debe ser incluido para evaluar el constructo.

Nada relevante	Poco relevante	Relevante	Totalmente relevante
0	1	2	3

**Coherencia:** Grado en que el ítem guarda relación con la dimensión y el constructo que se está midiendo.

Nada coherente	Poco coherente	Coherente	Totalmente coherente
0	1	2	3

**Claridad:** Grado en que el ítem es entendible, claro y comprensible.

Nada claro	Poco claro	Claro	Totalmente claro
0	1	2	3

**Contexto:** Grado en que el ítem no contiene palabras inusuales o poco frecuentes para nuestro contexto.

No hay contexto	Pobre contexto	En contexto	Totalmente en contexto
0	1	2	3



N°	Ítems	Relevancia				Coherencia				Claridad				Contexto				Sugerencias
		0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	
ES10	La realización de exámenes, prácticas o trabajos de aplicación				X				X				X				X	
ES11	Exposición de un tema ante la clase				X				X				X				X	
ES12	La poca claridad que tengo sobre lo que solicitan mis profesores/as				X				X				X				X	
ES13	Que mis profesores/as están mal preparados/as (contenido de la asignatura y/o manejo de tecnología)				X				X				X				X	
ES11 4	Asistir o conectarme a clases aburridas o monótonas				X				X				X				X	
ES15	No entender los temas que se abordan en la clase				X				X				X				X	
<b>Dimensión: Síntomas</b>																		
SI1	Trastornos del sueño (insomnio o pesadilla)				X				X				X				X	
SI2	Fatiga crónica (cansancio permanente)				X				X				X				X	
SI3	Dolores de cabeza o migrañas				X				X				X				X	
SI4	Problemas de digestión, dolor de estómago o diarrea				X				X				X				X	
SI5	Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.				X				X				X				X	
SI6	Somnolencia o mayor necesidad de dormir				X				X				X				X	
SI7	Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).				X				X				X				X	

N°	Ítems	Relevancia				Coherencia				Claridad				Contexto				Sugerencias
		0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	
SI8	Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)				X				X				X				X	
SI9	Ansiedad (nerviosismo), angustia o desesperación				x				x				x				x	Eliminar nerviosismo
SI10	Dificultades para concentrarse				X				X				X				X	
SI11	Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad				X				X				X				X	
SI12	Conflictos o tendencia a polemizar, contradecir, discutir o pelear				X				X				X				X	
SI13	Aislamiento de los demás				X				X				X				X	
SI14	Desgano para realizar las labores académicas				X				X				X				X	
SI15	Aumento o reducción del consumo de alimentos				X				X				X				X	
<b>Dimensión: Estrategias de afrontamiento</b>																		
EA1	Aumento o reducción del consumo de alimentos				X				X				X				X	
EA2	Aumento o reducción del consumo de alimentos																	Repetido
EA3	Concentrarse en resolver la situación que me preocupa			X				X				X				X		Concentrarme
EA4	Elogiar mi forma de actuar para enfrentar la situación que me preocupa			X				X				X				X		
EA5	La religiosidad (encomendarse a Dios o asistir a misa)				X				X				X				X	

N°	Ítems	Relevancia				Coherencia				Claridad				Contexto				Sugerencias
		0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	
EA6	Búsqueda de información sobre la situación que me preocupa				X				X				X				X	
EA7	Solicitar el apoyo de mi familia o de mis amigos				X				X				X				X	
EA8	Contar lo que me pasa a otros. (verbalización de la situación que preocupa)				X				X				X				X	
EA9	Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa				X				X				X				X	
EA10	Evaluar lo positivo y negativo de mis propuestas ante una situación estresante				X				X				X				X	
EA11	Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa				X				X				X				X	
EA12	Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucione				X				X				X				X	
EA13	Hacer ejercicio físico				X				X				X				X	
EA14	Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas				X				X				X				X	
EA15	Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa				X				X				X				X	
EA16	Navegar en interne				X				X				X				X	
EA17	Jugar videojuegos				X				X				X				X	

Gracias por su colaboración

## **Carta a los jueces Nº 2**

Lima, 04 de octubre de 2020

Estimada,  
Psic. Jackelyn Esther Bravo Martínez

Presente:

Nos dirigimos a usted con la finalidad de solicitar su valiosa colaboración en calidad de JUEZ para validar el contenido del instrumento:

### **Inventario de Estrés Académico SISCO SV (Adaptación de Barraza, 2018)**

Para lo cual se hace entrega formal de la delimitación conceptual y operacional del constructo, formatos de evaluación y el protocolo de aplicación, el cual deberá llenar siguiendo su criterio profesional y teórico, a fin de evaluar la relevancia, coherencia, claridad y contexto de los ítems.

Agradecemos de antemano su receptividad y colaboración, su apoyo permitirá utilizar un instrumento con garantía de validez científica en contexto peruano. Quedamos de Ud. en espera de su evaluación.

Muy Atentamente:

Rosita Montoya Quintana

Bachiller en Psicología

EP de Psicología

Universidad Peruana Unión

Hilary Luemly Sandoval Acosta

Bachiller en Psicología

EP de Psicología

Universidad Peruana Unión

## Validez de contenido

### I. CRITERIOS GENERALES DE EVALUACIÓN

1.- ¿Está de acuerdo con las características, instrucciones y estructura del instrumento?

Si (X)            No ( )

Observaciones y/o sugerencias:

Antes de cada dimensión, se podría eliminar los dos puntos (:) después de la pregunta y añadirle como parte de la tabla.

2.- A su parecer ¿el orden de las preguntas es el adecuado?

Si (X)            No ( )

Observaciones y/o sugerencias:

3.- ¿Las opciones de respuesta están suficientemente graduados y pertinentes para cada ítem o reactivo del instrumento?

Si (X )            No ( )

Observaciones y/o sugerencias:

### II. BREVE DELIMITACIÓN CONCEPTUAL DEL CONSTRUCTO

#### **Estrés académico**

El estrés académico es un proceso sistémico de carácter adaptativo y esencialmente psicológico (Barraza, 2006). Este tipo de estrés es manifestado por los estudiantes cuando los maestros o la institución les demandan ciertas exigencias de actuación relacionadas con su aprendizaje y estas demandas son valoradas por los propios

alumnos como desbordantes para su capacidad de realizarlas con éxito (Barraza, 2018).

- **Estresores:** Hace referencia a las demandas y exigencias que provienen del entorno. Estas demandas, según la valoración de la persona, sobrepasan sus recursos y con considerados como estresores (Barraza, 2006).
- **Síntomas:** Hace referencia a los indicadores somáticos debido al desequilibrio sistémico provocado por los agentes estresores (Barraza, 2006).
- **Estrategias de afrontamiento:** Hace referencia a la capacidad de afrontar la situación estresante, donde la persona determina cuál es la mejor manera de enfrentar la situación y el sistema responde con estrategias de afrontamiento a las demandas del entorno (Barraza, 2006).

### III. EVALUACIÓN DE LOS ÍTEMS

#### Criterios de calificación

**Relevancia:** Grado en que el ítem es esencial o importante y por tanto debe ser incluido para evaluar el constructo.

Nada relevante	Poco relevante	Relevante	Totalmente relevante
0	1	2	3

**Coherencia:** Grado en que el ítem guarda relación con la dimensión y el constructo que se está midiendo.

Nada coherente	Poco coherente	Coherente	Totalmente coherente
0	1	2	3

**Claridad:** Grado en que el ítem es entendible, claro y comprensible.

Nada claro	Poco claro	Claro	Totalmente claro
0	1	2	3

**Contexto:** Grado en que el ítem no contiene palabras inusuales o poco frecuentes para nuestro contexto.

No hay contexto	Pobre contexto	En contexto	Totalmente en contexto
0	1	2	3

N°	Ítems	Relevancia				Coherencia				Claridad				Contexto				Sugerencias
		0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	
	<b>Dimensión: Estresores</b>																	
ES1	La competitividad con o entre mis compañeros de clases				X				X				X					X
ES2	La sobrecarga de tareas y trabajos académicos que tengo que realizar todos los días				X				X				X					X
ES3	La personalidad y el carácter de mis profesores/as que me imparten clases				X				X				X					X
ES4	La forma de evaluación de los(as) profesores/as de las tareas, foros, proyectos, lecturas, ensayos, trabajos de investigación, organizadores, búsquedas en Internet, etc.				X				X				X					X
ES5	El nivel de exigencia de mis profesores/as				X				X				X					X
ES6	El tipo de trabajo que me piden mis profesores/as (análisis de lecturas, proyectos, ensayos, mapas conceptuales, grabaciones, ejercicios y problemas, búsquedas en Internet etc.)				X				X				X					X
ES7	Que me enseñen profesores/as muy teóricos/as				X				X				X					X
ES8	Mi participación en clase (conectarme a la clase, responder a preguntas, hacer comentarios, desarrollar argumentaciones, etc.				X				X				X					X

ES9	Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan mis profesores/as				X				X				X				
ES10	La realización de exámenes, prácticas o trabajos de aplicación				X				X				X				
ES11	Exposición de un tema ante la clase				X				X				X				
ES12	La poca claridad que tengo sobre lo que solicitan mis profesores/as				X				X				X				
ES13	Que mis profesores/as están mal preparados/as (contenido de la asignatura y/o manejo de tecnología)				X				X				X				
ES11 4	Asistir o conectarme a clases aburridas o monótonas				X				X				X				
ES15	No entender los temas que se abordan en la clase				X				X				X				
<b>Dimensión: Síntomas</b>																	
SI1	Trastornos del sueño (insomnio o pesadilla)				X				X				X				
SI2	Fatiga crónica (cansancio permanente)				X				X				X				
SI3	Dolores de cabeza o migrañas				X				X				X				
SI4	Problemas de digestión, dolor de estómago o diarrea				X				X				X				
SI5	Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.				X				X				X				
SI6	Somnolencia o mayor necesidad de dormir				X				X				X				

SI7	Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).				X				X				X				X
SI8	Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)				X				X				X				X
SI9	Ansiedad (nerviosismo), angustia o desesperación				X				X				X				X
SI10	Dificultades para concentrarse				X				X				X				X
SI11	Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad				X				X				X				X
SI12	Conflictos o tendencia a polemizar, contradecir, discutir o pelear				X				X				X				X
SI13	Aislamiento de los demás				X				X				X				X
SI14	Desgano para realizar las labores académicas				X				X				X				X
SI15	Aumento o reducción del consumo de alimentos				X				X				X				X
<b>Dimensión: Estrategias de afrontamiento</b>																	
EA1	Aumento o reducción del consumo de alimentos				X				X				X				X
EA2	Aumento o reducción del consumo de alimentos				X				X				X				X
EA3	Concentrarse en resolver la situación que me preocupa				X				X				X				X
EA4	Elogiar mi forma de actuar para enfrentar la situación que me preocupa				X				X				X				X
EA5	La religiosidad (encomendarse a Dios o asistir a misa)				X				X				X				X

EA6	Búsqueda de información sobre la situación que me preocupa				X				X				X				X
EA7	Solicitar el apoyo de mi familia o de mis amigos				X				X				X				X
EA8	Contar lo que me pasa a otros. (verbalización de la situación que preocupa)				X				X				X				X
EA9	Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa				X				X				X				X
EA10	Evaluar lo positivo y negativo de mis propuestas ante una situación estresante				X				X				X				X
EA11	Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa				X				X				X				X
EA12	Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucione				X				X				X				X
EA13	Hacer ejercicio físico				X				X				X				X
EA14	Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas				X				X				X				X
EA15	Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa				X				X				X				X
EA16	Navegar en internet				X				X				X				X
EA17	Jugar videojuegos				X				X				X				X

**Gracias por su colaboración**

### **Carta a los jueces N° 3**

Lima, 01 de octubre de 2020

Estimada:

Lic. Danitza Lupaca Huaroc

Presente:

Nos dirigimos a usted con la finalidad de solicitar su valiosa colaboración en calidad de JUEZ para validar el contenido del instrumento:

#### **Inventario de Estrés Académico SISCO SV (Adaptación de Barraza, 2018)**

Para lo cual se hace entrega formal de la delimitación conceptual y operacional del constructo, formatos de evaluación y el protocolo de aplicación, el cual deberá llenar siguiendo su criterio profesional y teórico, a fin de evaluar la relevancia, coherencia, claridad y contexto de los ítems.

Agradecemos de antemano su receptividad y colaboración, su apoyo permitirá utilizar un instrumento con garantía de validez científica en contexto peruano. Quedamos de Ud. en espera de su evaluación.

Muy Atentamente:

Rosita Montoya Quintana

Bachiller en Psicología

EP de Psicología

Universidad Peruana Unión

Hilary Luemly Sandoval Acosta

Bachiller en Psicología

EP de Psicología

Universidad Peruana Unión

## Validez de contenido

### II. CRITERIOS GENERALES DE EVALUACIÓN

1.- ¿Está de acuerdo con las características, instrucciones y estructura del instrumento?

Si ( x )      No ( )

Observaciones y/o sugerencias:

2.- A su parecer ¿el orden de las preguntas es el adecuado?

Si ( X )      No ( )

Observaciones y/o sugerencias:

3.- ¿Las opciones de respuesta están suficientemente graduados y pertinentes para cada ítem o reactivo del instrumento?

Si ( X )      No ( )

Observaciones y/o sugerencias:

### III. BREVE DELIMITACIÓN CONCEPTUAL DEL CONSTRUCTO

#### **Estrés académico**

El estrés académico es un proceso sistémico de carácter adaptativo y esencialmente psicológico (Barraza, 2006). Este tipo de estrés es manifestado por los estudiantes cuando los maestros o la institución les demandan ciertas exigencias de actuación relacionadas con su aprendizaje y estas demandas son valoradas por los propios alumnos como desbordantes para su capacidad de realizarlas con éxito (Barraza, 2018).

- **Estresores:** Hace referencia a las demandas y exigencias que provienen del entorno. Estas demandas, según la valoración de la persona, sobrepasan sus recursos y son considerados como estresores (Barraza, 2006).

- **Síntomas:** Hace referencia a los indicadores somáticos debido al desequilibrio sistémico provocado por los agentes estresores (Barraza, 2006).
- **Estrategias de afrontamiento:** Hace referencia a la capacidad de afrontar la situación estresante, donde la persona determina cuál es la mejor manera de enfrentar la situación y el sistema responde con estrategias de afrontamiento a las demandas del entorno (Barraza, 2006).

#### IV. EVALUACIÓN DE LOS ÍTEMS

##### Criterios de calificación

**Relevancia:** Grado en que el ítem es esencial o importante y por tanto debe ser incluido para evaluar el constructo.

Nada relevante	Poco relevante	Relevante	Totalmente relevante
0	1	2	3

**Coherencia:** Grado en que el ítem guarda relación con la dimensión y el constructo que se está midiendo.

Nada coherente	Poco coherente	Coherente	Totalmente coherente
0	1	2	3

**Claridad:** Grado en que el ítem es entendible, claro y comprensible.

Nada claro	Poco claro	Claro	Totalmente claro
0	1	2	3

**Contexto:** Grado en que el ítem no contiene palabras inusuales o poco frecuentes para nuestro contexto.

No hay contexto	Pobre contexto	En contexto	Totalmente en contexto
0	1	2	3

N°	Ítems	Relevancia				Coherencia				Claridad				Contexto				Sugerencias
		0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	
	<b>Dimensión: Estresores</b>																	
ES1	La competitividad con o entre mis compañeros de clases				X				X				X					X
ES2	La sobrecarga de tareas y trabajos académicos que tengo que realizar todos los días				X				X				X					X
ES3	La personalidad y el carácter de mis profesores/as que me imparten clases				X				X				X					X
ES4	La forma de evaluación de los(as) profesores/as de las tareas, foros, proyectos, lecturas, ensayos, trabajos de investigación, organizadores, búsquedas en Internet, etc.				X				X				X					X
ES5	El nivel de exigencia de mis profesores/as				X				X				X					X
ES6	El tipo de trabajo que me piden mis profesores/as (análisis de lecturas, proyectos, ensayos, mapas conceptuales, grabaciones, ejercicios y problemas, búsquedas en Internet etc.)				X				X				X					X
ES7	Que me enseñen profesores/as muy teóricos/as				X				X				X					X
ES8	Mi participación en clase (conectarme a la clase, responder a preguntas, hacer comentarios, desarrollar argumentaciones, etc.				X				X				X					X
ES9	Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan mis profesores/as				X				X				X					X

N°	Ítems	Relevancia				Coherencia				Claridad				Contexto				Sugerencias
		0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	
ES10	La realización de exámenes, prácticas o trabajos de aplicación				X				X				X				X	
ES11	Exposición de un tema ante la clase				X				X				X				X	
ES12	La poca claridad que tengo sobre lo que solicitan mis profesores/as				X				X				X				X	
ES13	Que mis profesores/as están mal preparados/as (contenido de la asignatura y/o manejo de tecnología)				X				X				X				X	
ES11 4	Asistir o conectarme a clases aburridas o monótonas				X				X				X				X	
ES15	No entender los temas que se abordan en la clase				X				X				X				X	
<b>Dimensión: Síntomas</b>																		
SI1	Trastornos del sueño (insomnio o pesadilla)				X				X				X				X	
SI2	Fatiga crónica (cansancio permanente)				X													
SI3	Dolores de cabeza o migrañas				X				X				X				X	
SI4	Problemas de digestión, dolor de estómago o diarrea				X				X				X				X	
SI5	Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.				X				X				X				X	
SI6	Somnolencia o mayor necesidad de dormir				X				X				X				X	
SI7	Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).				X				X				X				X	



N°	Ítems	Relevancia				Coherencia				Claridad				Contexto				Sugerencias
		0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	
EA6	Búsqueda de información sobre la situación que me preocupa				X				X								X	
EA7	Solicitar el apoyo de mi familia o de mis amigos				X				X								X	
EA8	Contar lo que me pasa a otros. (verbalización de la situación que preocupa)				X				X								X	
EA9	Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa				X				X								X	
EA10	Evaluar lo positivo y negativo de mis propuestas ante una situación estresante				X				X								X	
EA11	Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa				X				X								X	
EA12	Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucione				X				X								X	
EA13	Hacer ejercicio físico				X				X								X	
EA14	Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas				X				X								X	
EA15	Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa				X				X								X	
EA16	Navegar en interne				X				X								X	
EA17	Jugar videojuegos				X				X								X	

Gracias por su colaboración

***V de Aiken de la variable estrés académico***

Ítems	V(Rele)	V(Cohe)	V(Clar)	V(Cont)
1	1,00	1,00	1,00	1,00
2	1,00	1,00	1,00	1,00
3	1,00	1,00	1,00	1,00
4	1,00	1,00	1,00	1,00
5	1,00	1,00	1,00	1,00
6	1,00	1,00	1,00	1,00
7	1,00	1,00	1,00	1,00
8	1,00	1,00	1,00	1,00
9	1,00	1,00	1,00	1,00
10	1,00	1,00	1,00	1,00
11	1,00	1,00	1,00	1,00
12	1,00	1,00	1,00	1,00
13	1,00	1,00	1,00	1,00
14	1,00	1,00	1,00	1,00
15	1,00	1,00	1,00	1,00
16	1,00	1,00	1,00	1,00
17	1,00	1,00	1,00	1,00
18	1,00	1,00	1,00	1,00
19	1,00	1,00	1,00	1,00
20	1,00	1,00	1,00	1,00
21	1,00	1,00	1,00	1,00
22	1,00	1,00	1,00	1,00

**Baremos del inventario de estrés académico SISCO**

		<b>Estresores</b>	<b>Síntomas</b>	<b>Estrategias de afrontamiento</b>	<b>Estres Académico</b>
Valores	Válido	248	248	248	248
	Perdidos	0	0	0	0
Media		58.90	58.01	71.98	188.88
Desviación estándar		9.053	10.260	10.132	20.964
Percentiles	1	42.49	37.49	47.47	143.49
	2	43.98	38.00	50.96	149.96
	3	44.47	39.94	52.47	151.94
	4	45.00	42.00	53.00	153.00
	5	46.00	43.00	54.00	156.00
	10	48.00	46.00	59.00	163.00
	20	51.00	49.00	63.00	170.80
	<b>25</b>	<b>52.00</b>	<b>50.25</b>	<b>65.00</b>	<b>173.00</b>
	30	53.00	52.00	66.00	176.70
	40	56.00	55.00	70.00	184.00
	50	58.00	57.00	71.00	189.00
	60	60.00	59.00	74.40	193.00
	70	63.30	62.00	78.00	200.00
	<b>75</b>	<b>65.00</b>	<b>64.00</b>	<b>79.00</b>	<b>202.00</b>
	80	67.00	66.00	81.00	207.00
	90	71.00	74.00	86.00	218.00
	95	74.55	77.55	89.00	223.00
	96	76.04	79.04	89.00	232.04
	97	79.00	80.00	90.00	235.53
98	81.02	82.02	93.02	237.00	
99	84.04	85.55	96.02	242.59	
100	86.00	90.00	98.00	247.00	

<b>Niveles</b>	<b>Estresores</b>	<b>Síntomas</b>	<b>Estrategias de afrontamiento</b>	<b>Estrés académico</b>
Bajo	0 - 52	0 - 50	0 - 65	0 - 173
Medio	53 - 64	51 - 63	66 - 78	174 - 201
Alto	65 - 100	64 - 100	79 - 100	202 - 500

## Anexo 5

### Propiedades psicométricas del Test de Dependencia al Móvil (TDM)

#### *Fiabilidad del Test de Dependencia al Móvil (TDM)*

La fiabilidad global del cuestionario y de sus dimensiones, se valoró calculando el índice de consistencia interna mediante el coeficiente Alpha de Cronbach. La tabla 12 permite apreciar que la consistencia interna global de la escala (22 ítems) en la muestra estudiada es de ,823 que puede ser valorado como indicador de una elevada fiabilidad. Asimismo, se aprecia que las dimensiones presentan adecuados niveles de fiabilidad.

**Tabla 12**

#### *Estimaciones de consistencia interna del Test de Dependencia al Móvil (TDM)*

Dimensiones	Nº de ítems	Alpha
Dependencia del teléfono móvil	22	,823
Abstinencia	5	,765
Abuso y dificultad en controlar el impulso	9	,708
Problemas ocasionados por el uso excesivo	4	,821
Tolerancia	4	,800

#### *Validez del Test de Dependencia al Móvil (TDM)*

Como se observa en la tabla 13 los coeficientes de correlación Producto-Momento de Pearson ( $r$ ) entre las dimensiones y el constructo global es significativo, lo cual confirma que la escala presenta validez de constructo.

**Tabla 13**

#### *Correlación Sub test- test del Test de Dependencia al Móvil (TDM)*

Dimensiones	Dependencia del teléfono móvil	
	$r$	$p$
Dependencia del teléfono móvil	1	,000
Abstinencia	,880**	,000
Abuso y dificultad en controlar el impulso	,932**	,000
Problemas ocasionados por el uso excesivo	,703**	,000
Tolerancia	,822**	,000

## **Carta a los jueces Nº 1**

Lima, 04 de octubre de 2020

Estimado,  
Psic. Obed Abanto Abanto

Presente:

Nos dirigimos a usted con la finalidad de solicitar su valiosa colaboración en calidad de JUEZ para validar el contenido del instrumento:

### **Test de dependencia al móvil (TDM) Chóliz, 2012**

Para lo cual se hace entrega formal de la delimitación conceptual y operacional del constructo, formatos de evaluación y el protocolo de aplicación, el cual deberá llenar siguiendo su criterio profesional y teórico, a fin de evaluar la relevancia, coherencia, claridad y contexto de los ítems.

Agradecemos de antemano su receptividad y colaboración, su apoyo permitirá utilizar un instrumento con garantía de validez científica en contexto peruano. Quedamos de Ud. en espera de su evaluación.

**Muy Atentamente:**

Rosita Montoya Quintana

Bachiller en Psicología

EP de Psicología

Universidad Peruana Unión

Hilary Luemly Sandoval Acosta

Bachiller en Psicología

EP de Psicología

Universidad Peruana Unión

## Validez de contenido

### I. CRITERIOS GENERALES DE EVALUACIÓN

1.- ¿Está de acuerdo con las características, instrucciones y estructura del instrumento?

Si ( x )                  No (   )

Observaciones y/o sugerencias:

2.- A su parecer ¿el orden de las preguntas es el adecuado?

Si ( x )                  No (   )

Observaciones y/o sugerencias:

3.- ¿Las opciones de respuesta están suficientemente graduados y pertinentes para cada ítem o reactivo del instrumento?

Si ( x )                  No (   )

Observaciones y/o sugerencias:

### II. BREVE DELIMITACIÓN CONCEPTUAL DEL CONSTRUCTO

#### **Dependencia al móvil**

Es el uso desmedido, inapropiado y excesivo del teléfono móvil que puede acarrear problemas en dimensiones como las relaciones personales, la salud o bienestar del sujeto; además, tiene como agentes principales a los adolescentes, quienes podrían tener problemas de interacción con sus padres (Chóliz y Villanueva, 2011). El principal problema se encuentra relacionado al avance de funciones tecnológicas, el desarrollo de aplicaciones y el uso de Internet, esto, no solo modificaría el patrón de uso del

móvil, sino que serían algunas variables cruciales que pueden inducir al abuso o la dependencia de mismo (Chóliz, 2012).

Dimensiones de la dependencia al móvil:

- **Abstinencia**  
Hace referencia a un severo malestar generado por no tener la posibilidad de utilizar el móvil o el tiempo que lleva sin que se pueda usar (Chóliz, 2012).
- **Abuso y dificultad en controlar el impulso**  
Hace referencia a la utilización excesiva del móvil en cualquier momento y situación, que está relacionada con una de las características principales de los trastornos adictivos: la dificultad para dejar de consumir, en este caso, para dejar de utilizar el móvil (Chóliz, 2012).
- **Problemas ocasionados por el uso excesivo**  
Hace referencia a las consecuencias negativas que tiene la utilización excesiva del móvil o su uso inapropiado en el área personal o familiar (Chóliz, 2012).
- **Tolerancia**  
Hace referencia a la necesidad de utilizar cada vez más el móvil para conseguir la misma satisfacción o que el uso moderado no llegue a ser suficiente para la persona (Chóliz, 2012).

### III. EVALUACIÓN DE LOS ÍTEMS

#### Criterios de calificación

**Relevancia:** Grado en que el ítem es esencial o importante y por tanto debe ser incluido para evaluar el constructo.

<b>Nada relevante</b>	<b>Poco relevante</b>	<b>Relevante</b>	<b>Totalmente relevante</b>
0	1	2	3

**Coherencia:** Grado en que el ítem guarda relación con la dimensión y el constructo que se está midiendo.

<b>Nada coherente</b>	<b>Poco coherente</b>	<b>Coherente</b>	<b>Totalmente coherente</b>
0	1	2	3

**Claridad:** Grado en que el ítem es entendible, claro y comprensible.

<b>Nada claro</b>	<b>Poco claro</b>	<b>Claro</b>	<b>Totalmente claro</b>
0	1	2	3

**Contexto:** Grado en que el ítem no contiene palabras inusuales o poco frecuentes para nuestro contexto.

<b>No hay contexto</b>	<b>Pobre contexto</b>	<b>En contexto</b>	<b>Totalmente en contexto</b>
0	1	2	3

N°	Ítems	Relevancia				Coherencia				Claridad				Contexto				Sugerencias
		0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	
	<b>Dimensión 1: Abstinencia</b>																	
13	Si se rompiera mi teléfono móvil por un largo periodo de tiempo y tardaran en arreglarlo, me sentiría muy mal				X				X				X				X	
15	Si no tengo mi teléfono celular, me siento mal				X				X				X				X	
20	No creo que pueda soportar pasar una semana sin un teléfono móvil				X				X				X				X	
21	Cuando me siento solo, uso el teléfono móvil (llamadas, SMS, WhatsApp...).				X				X				X				X	
22	Cogería mi teléfono móvil y enviaría un mensaje o haría una llamada ahora mismo.				X				X				X				X	
	<b>Dimensión 2: Abuso y dificultad en controlar el impulso</b>																	
1	Me han llamado la atención o me han hecho alguna advertencia por usar demasiado mi teléfono.				X				X				X				X	
4	Paso más tiempo del que me gustaría hablando por teléfono, enviando SMS o usando WhatsApp.				X				X				X				X	
5	Envié más de cinco mensajes en un día				X				X				X				X	
6	Me acosté más tarde, o dormí menos porque estaba usando mi teléfono móvil				X				X				X				X	

N°	Ítems	Relevancia				Coherencia				Claridad				Contexto				Sugerencias
		0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	
8	Cuando me aburro, utilizo mi teléfono móvil				X				X				X				X	
9	Utilizo mi teléfono móvil (llamadas, SMS o WhatsApp...) en situaciones que, aunque no son peligrosas, no es correcto hacerlo (comiendo, mientras otras personas me hablan, etc.)				X				X				X				X	
11	Cuando no he usado mi teléfono móvil por un tiempo, siento la necesidad de llamar a alguien, enviar un SMS o usa WhatsApp				X				X				X				X	
16	Cuando tengo mi teléfono móvil conmigo no puedo dejar de usarlo				X				X				X				X	
18	Tan pronto como me levanto, lo primero que hago es ver quien me ha llamado al teléfono celular, o si alguien me ha mandado un SMS				X				X				X				X	
<b>Dimensión 3: Problemas ocasionados por el uso excesivo</b>																		
2	Me he puesto un límite al uso de mi teléfono móvil y no lo he podido cumplir				X				X				X				X	
3	He discutido con mis padres o familiares por el costo de mi teléfono móvil				X				X				X				X	
7	Gasto más dinero en mi teléfono móvil (llamadas, mensajes...) del que había previsto				X				X				X				X	

N°	Ítems	Relevancia				Coherencia				Claridad				Contexto				Sugerencias
		0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	
10	Me han criticado por el gasto económico de mi teléfono móvil				X				X				X				X	
	<b>Dimensión 4: Tolerancia</b>																	
12	Desde que obtuve mi teléfono móvil, he aumentado el número de llamadas que hago				X				X				X				X	
17	Desde que obtuve mi teléfono móvil, he aumentado la cantidad de SMS que mando				X				X				X				X	
14	Cada vez necesito utilizar con más frecuencia mi teléfono móvil.				X				X				X				X	
19	Ahora gasto más dinero en mi teléfono móvil que cuando lo compré.				X				X				X				X	

**Gracias por su colaboración**

## **Carta a los Jueces N° 2**

Lima, 04 de octubre de 2020

Estimada,  
Psic. Jackelyn Esther Bravo Martínez

Presente:

Nos dirigimos a usted con la finalidad de solicitar su valiosa colaboración en calidad de JUEZ para validar el contenido del instrumento:

### **Test de dependencia al móvil (TDM) Chóliz, 2012**

Para lo cual se hace entrega formal de la delimitación conceptual y operacional del constructo, formatos de evaluación y el protocolo de aplicación, el cual deberá llenar siguiendo su criterio profesional y teórico, a fin de evaluar la relevancia, coherencia, claridad y contexto de los ítems.

Agradecemos de antemano su receptividad y colaboración, su apoyo permitirá utilizar un instrumento con garantía de validez científica en contexto peruano. Quedamos de Ud. en espera de su evaluación.

**Muy Atentamente:**

Rosita Montoya Quintana

Bachiller en Psicología

EP de Psicología

Universidad Peruana Unión

Hilary Luemly Sandoval Acosta

Bachiller en Psicología

EP de Psicología

Universidad Peruana Unión

## validez de contenido

### I. CRITERIOS GENERALES DE EVALUACIÓN

1.- ¿Está de acuerdo con las características, instrucciones y estructura del instrumento?

Si (X)      No ( )

Observaciones y/o sugerencias:

2.- A su parecer ¿el orden de las preguntas es el adecuado?

Si (X)      No ( )

Observaciones y/o sugerencias:

3.- ¿Las opciones de respuesta están suficientemente graduados y pertinentes para cada ítem o reactivo del instrumento?

Si (X)      No ( )

Observaciones y/o sugerencias:

### II. BREVE DELIMITACIÓN CONCEPTUAL DEL CONSTRUCTO

#### **Dependencia al móvil**

Es el uso desmedido, inapropiado y excesivo del teléfono móvil que puede acarrear problemas en dimensiones como las relaciones personales, la salud o bienestar del sujeto; además, tiene como agentes principales a los adolescentes, quienes podrían tener problemas de interacción con sus padres (Chóliz y Villanueva, 2011). El principal

problema se encuentra relacionado al avance de funciones tecnológicas, el desarrollo de aplicaciones y el uso de Internet, esto, no solo modificaría el patrón de uso del móvil, sino que serían algunas variables cruciales que pueden inducir al abuso o la dependencia de mismo (Chóliz, 2012).

Dimensiones de la dependencia al móvil:

- **Abstinencia**

Hace referencia a un severo malestar generado por no tener la posibilidad de utilizar el móvil o el tiempo que lleva sin que se pueda usar (Chóliz, 2012).

- **Abuso y dificultad en controlar el impulso**

Hace referencia a la utilización excesiva del móvil en cualquier momento y situación, que está relacionada con una de las características principales de los trastornos adictivos: la dificultad para dejar de consumir, en este caso, para dejar de utilizar el móvil (Chóliz, 2012).

- **Problemas ocasionados por el uso excesivo**

Hace referencia a las consecuencias negativas que tiene la utilización excesiva del móvil o su uso inapropiado en el área personal o familiar (Chóliz, 2012).

- **Tolerancia**

Hace referencia a la necesidad de utilizar cada vez más el móvil para conseguir la misma satisfacción o que el uso moderado no llegue a ser suficiente para la persona (Chóliz, 2012).

### III. EVALUACIÓN DE LOS ÍTEMS

#### Criterios de calificación

**Relevancia:** Grado en que el ítem es esencial o importante y por tanto debe ser incluido para evaluar el constructo.

<b>Nada relevante</b>	<b>Poco relevante</b>	<b>Relevante</b>	<b>Totalmente relevante</b>
0	1	2	3

**Coherencia:** Grado en que el ítem guarda relación con la dimensión y el constructo que se está midiendo.

<b>Nada coherente</b>	<b>Poco coherente</b>	<b>Coherente</b>	<b>Totalmente coherente</b>
0	1	2	3

**Claridad:** Grado en que el ítem es entendible, claro y comprensible.

<b>Nada claro</b>	<b>Poco claro</b>	<b>Claro</b>	<b>Totalmente claro</b>
0	1	2	3

**Contexto:** Grado en que el ítem no contiene palabras inusuales o poco frecuentes para nuestro contexto.

<b>No hay contexto</b>	<b>Pobre contexto</b>	<b>En contexto</b>	<b>Totalmente en contexto</b>
0	1	2	3

N°	Ítems	Relevancia				Coherencia				Claridad				Contexto				Sugerencias
		0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	
	<b>Dimensión 1: Abstinencia</b>																	
13	Si se rompiera mi teléfono móvil por un largo periodo de tiempo y tardaran en arreglarlo, me sentiría muy mal				X				X				X				X	
15	Si no tengo mi teléfono celular, me siento mal				X				X				X				X	
20	No creo que pueda soportar pasar una semana sin un teléfono móvil				X				X				X				X	
21	Cuando me siento solo, uso el teléfono móvil (llamadas, SMS, WhatsApp...).				X				X				X				X	
22	Cogería mi teléfono móvil y enviaría un mensaje o haría una llamada ahora mismo.				X				X				X				X	
	<b>Dimensión 2: Abuso y dificultad en controlar el impulso</b>																	
1	Me han llamado la atención o me han hecho alguna advertencia por usar demasiado mi teléfono.				X				X				X				X	
4	Paso más tiempo del que me gustaría hablando por teléfono, enviando SMS o usando WhatsApp.				X				X				X				X	
5	Envié más de cinco mensajes en un día				X				X				X				X	

6	Me acosté más tarde, o dormí menos porque estaba usando mi teléfono móvil				X				X				X				X
8	Cuando me aburro, utilizo mi teléfono móvil				X				X				X				X
9	Utilizo mi teléfono móvil (llamadas, SMS o WhatsApp...) en situaciones que, aunque no son peligrosas, no es correcto hacerlo (comiendo, mientras otras personas me hablan, etc.)				X				X				X				X
11	Cuando no he usado mi teléfono móvil por un tiempo, siento la necesidad de llamar a alguien, enviar un SMS o usa WhatsApp				X				X				X				X
16	Cuando tengo mi teléfono móvil conmigo no puedo dejar de usarlo				X				X				X				X
18	Tan pronto como me levanto, lo primero que hago es ver quien me ha llamado al teléfono celular, o si alguien me ha mandado un SMS				X				X				X				X
<b>Dimensión 3: Problemas ocasionados por el uso excesivo</b>																	
2	Me he puesto un límite al uso de mi teléfono móvil y no lo he podido cumplir				X				X				X				X
3	He discutido con mis padres o familiares por el costo de mi teléfono móvil				X				X				X				X
7	Gasto más dinero en mi teléfono móvil (llamadas, mensajes...) del que había previsto				X				X				X				X

10	Me han criticado por el gasto económico de mi teléfono móvil				X				X				X			X	
<b>Dimensión 4: Tolerancia</b>																	
12	Desde que obtuve mi teléfono móvil, he aumentado el número de llamadas que hago				X				X				X			X	
17	Desde que obtuve mi teléfono móvil, he aumentado la cantidad de SMS que mando				X				X				X			X	
14	Cada vez necesito utilizar con más frecuencia mi teléfono móvil.				X				X				X			X	
19	Ahora gasto más dinero en mi teléfono móvil que cuando lo compré.				X				X				X			X	

**Gracias por su colaboración**

### **Carta a los jueces N° 3**

Lima, 04 de octubre de 2020

Estimada:

Psic. Emily Danitza Lupaca Huaroc

Presente:

Nos dirigimos a usted con la finalidad de solicitar su valiosa colaboración en calidad de JUEZ para validar el contenido del instrumento:

#### **Test de dependencia al móvil (TDM) Chóliz, 2012**

Para lo cual se hace entrega formal de la delimitación conceptual y operacional del constructo, formatos de evaluación y el protocolo de aplicación, el cual deberá llenar siguiendo su criterio profesional y teórico, a fin de evaluar la relevancia, coherencia, claridad y contexto de los ítems.

Agradecemos de antemano su receptividad y colaboración, su apoyo permitirá utilizar un instrumento con garantía de validez científica en contexto peruano. Quedamos de Ud. en espera de su evaluación.

**Muy Atentamente:**

Rosita Montoya Quintana

Bachiller en Psicología

EP de Psicología

Universidad Peruana Unión

Hilary Luemly Sandoval Acosta

Bachiller en Psicología

EP de Psicología

Universidad Peruana Unión

## Formato de validez de contenido

### I. DATOS FILIACIÓN:

**Género:** Femenino ( ) Masculino ( )

**Edad:** \_\_\_\_\_ años

**Distrito de Procedencia:** \_\_\_\_\_

**Club de Conquistadores:** \_\_\_\_\_

**Estudia actualmente:** Si ( ) No ( )

**Institución:** Privada ( ) Estatal ( )

**Tiene clases virtuales:** Si ( ) No ( )

**N° de horas en clases:** \_\_\_\_\_ horas diarias

**Grado Académico:**

**¿Tienes un celular personal?** Si ( ) No ( )

Estudiante universitario ( )

**¿Qué uso le da mayormente teléfono móvil?**

Estudiante de secundaria ( )

Clases y tareas ( )

Estudiante de primaria ( )

Redes sociales ( )

**Tiempo usando el móvil:** \_\_\_\_\_ horas al día

Videojuegos ( )

**¿Tienes internet en casa?** Si ( ) No ( )

Otros ( ) **Especifique:** \_\_\_\_\_

### II. CRITERIOS GENERALES DE EVALUACIÓN

1.- ¿Está de acuerdo con las características, instrucciones y estructura del instrumento?

Si ( x )      No ( )

Observaciones y/o sugerencias:

2.- A su parecer ¿el orden de las preguntas es el adecuado?

Si ( x )      No ( )

Observaciones y/o sugerencias:

3.- ¿Las opciones de respuesta están suficientemente graduados y pertinentes para cada ítem o reactivo del instrumento?

Si ( x )      No ( )

Observaciones y/o sugerencias:

### III. BREVE DELIMITACIÓN CONCEPTUAL DEL CONSTRUCTO

#### **Dependencia al móvil**

Es el uso desmedido, inapropiado y excesivo del teléfono móvil que puede acarrear problemas en dimensiones como las relaciones personales, la salud o bienestar del sujeto; además, tiene como agentes principales a los adolescentes, quienes podrían tener problemas de interacción con sus padres (Chóliz y Villanueva, 2011). El principal problema se encuentra relacionado al avance de funciones tecnológicas, el desarrollo de aplicaciones y el uso de Internet, esto, no solo modificaría el patrón de uso del móvil, sino que serían algunas variables cruciales que pueden inducir al abuso o la dependencia de mismo (Chóliz, 2012).

Dimensiones de la dependencia al móvil:

- **Abstinencia**  
Hace referencia a un severo malestar generado por no tener la posibilidad de utilizar el móvil o el tiempo que lleva sin que se pueda usar (Chóliz, 2012).
- **Abuso y dificultad en controlar el impulso**  
Hace referencia a la utilización excesiva del móvil en cualquier momento y situación, que está relacionada con una de las características principales de los trastornos adictivos: la dificultad para dejar de consumir, en este caso, para dejar de utilizar el móvil (Chóliz, 2012).
- **Problemas ocasionados por el uso excesivo**  
Hace referencia a las consecuencias negativas que tiene la utilización excesiva del móvil o su uso inapropiado en el área personal o familiar (Chóliz, 2012).
- **Tolerancia**  
Hace referencia a la necesidad de utilizar cada vez más el móvil para conseguir la misma satisfacción o que el uso moderado no llegue a ser suficiente para la persona (Chóliz, 2012).

#### IV. EVALUACIÓN DE LOS ÍTEMS

##### Criterios de calificación

**Relevancia:** Grado en que el ítem es esencial o importante y por tanto debe ser incluido para evaluar el constructo.

<b>Nada relevante</b>	<b>Poco relevante</b>	<b>Relevante</b>	<b>Totalmente relevante</b>
0	1	2	3

**Coherencia:** Grado en que el ítem guarda relación con la dimensión y el constructo que se está midiendo.

<b>Nada coherente</b>	<b>Poco coherente</b>	<b>Coherente</b>	<b>Totalmente coherente</b>
0	1	2	3

**Claridad:** Grado en que el ítem es entendible, claro y comprensible.

<b>Nada claro</b>	<b>Poco claro</b>	<b>Claro</b>	<b>Totalmente claro</b>
0	1	2	3

**Contexto:** Grado en que el ítem no contiene palabras inusuales o poco frecuentes para nuestro contexto.

<b>No hay contexto</b>	<b>Pobre contexto</b>	<b>En contexto</b>	<b>Totalmente en contexto</b>
0	1	2	3

N°	Ítems	Relevancia				Coherencia				Claridad				Contexto				Sugerencias
		0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	
	<b>Dimensión 1: Abstinencia</b>																	
13	Si se rompiera mi teléfono móvil por un largo periodo de tiempo y tardaran en arreglarlo, me sentiría muy mal				x				x				x				x	
15	Si no tengo mi teléfono celular, me siento mal				x				x				x				x	
20	No creo que pueda soportar pasar una semana sin un teléfono móvil				x				x				x				x	
21	Cuando me siento solo, uso el teléfono móvil (llamadas, SMS, WhatsApp...).				x				x				x				x	
22	Cogería mi teléfono móvil y enviaría un mensaje o haría una llamada ahora mismo.				x				x				x				x	
	<b>Dimensión 2: Abuso y dificultad en controlar el impulso</b>																	
1	Me han llamado la atención o me han hecho alguna advertencia por usar demasiado mi teléfono.				x				x				x				x	
4	Paso más tiempo del que me gustaría hablando por teléfono, enviando SMS o usando WhatsApp.				x				x				x				x	
5	Envié más de cinco mensajes en un día				x				x				x				x	
6	Me acosté más tarde, o dormí menos porque estaba usando mi teléfono móvil				x				x				x				x	
8	Cuando me aburro, utilizo mi teléfono móvil				x				x				x				x	



N°	Ítems	Relevancia				Coherencia				Claridad				Contexto				Sugerencias
		0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	
12	Desde que obtuve mi teléfono móvil, he aumentado el número de llamadas que hago				x				x				x				x	
17	Desde que obtuve mi teléfono móvil, he aumentado la cantidad de SMS que mando				x				x				x				x	
14	Cada vez necesito utilizar con más frecuencia mi teléfono móvil.				x				x				x				x	
19	Ahora gasto más dinero en mi teléfono móvil que cuando lo compré.				x				x				x				x	

**Gracias por su colaboración**