

Adicción a redes sociales y cansancio emocional en estudiantes Universitarios de la carrera de Psicología de una universidad privada en la ciudad de Juliaca, 2022



OPEN ACCESS

EDITADO POR
Glendy Larico-Calla
Universidad Peruana Unión,
Lima, Perú

*CORRESPONDENCIA

Tania Condori Sinty
✉ taniacondori@upeu.edu.pe

RECIBIDO 31 Oct 2023
ACEPTADO 09 Dic 2023
PUBLICADO 26 Dic 2023

CITACIÓN

Condori Sinty, T., Quispe Mamani, A. & Quiro Sucapuca, Y. (2023). Adicción a redes sociales y cansancio emocional en estudiantes Universitarios de la carrera de Psicología de una universidad privada en la ciudad de Juliaca, 2022. *Revista Científica De Ciencias De La Salud*, 16(2), 18 - 32.
ISSN. 2411-0094
doi:
<https://doi.org/10.17162/rccs.v16i2.1959>

COPYRIGHT

© 2023 Este es un artículo escrito por Condori Sinty, T., Quispe Mamani, A. & Quiro Sucapuca, Y., presentado para su posible publicación de acceso abierto bajo la licencia Creative Commons Attribution (CC BY) (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>). La licencia CC BY permite el uso, distribución y reproducción del artículo en otros foros, siempre y cuando se den crédito a los autores originales y al propietario de los derechos de autor, y se cite la publicación original en esta revista, de acuerdo con la práctica académica aceptada. Cualquier uso, distribución o reproducción que no cumpla con estos términos está prohibido.

Addiction to social networks and emotional exhaustion in university students studying Psychology at a private university in the city of Juliaca, 2022

Tania Condori Sinty¹, Alcides Quispe Mamani¹, Yeny Quiro Sucapuca²

¹Universidad Peruana Unión, Juliaca, Perú

²Clínica Luz, Arequipa, Perú

ORCID ID: 0009 0009 7284 8653

ORCID ID: 0000-0002-7404-7464

Correspondencia:

Tania Condori Sinty
taniacondori@upeu.edu.pe

Resumen

Objetivo: determinar la relación entre Adicción a las redes sociales y cansancio emocional en estudiantes Universitarios de la Carrera de Psicología. **Metodología:** diseño no experimental de corte transversal, de enfoque cuantitativo de un estudio de tipo correlacional. La población estuvo conformada por 300 estudiantes de III a VII ciclo de psicología. Los instrumentos para evaluar fueron el Cuestionario de Adicción A Las Redes Sociales (ARS), prueba construida y validada por Ecurra y Salas (2014) en Perú y la Escala de cansancio emocional (ECE) dicha prueba fue creada por Ramos, Maga y Moran, 2005, en la presente investigación se utilizó la versión adaptada en Perú por Lavaggi (2017). **Resultados:** existe relación entre la adicción a las redes sociales y cansancio emocional ($Rho=0.555$; $p<0.05$) tratándose de una relación moderada y significativa que indica que el 55% del comportamiento de adicción a las redes sociales se relaciona con el cansancio emocional. Este efecto repercute sobre las dimensiones pudiéndose observar relaciones que oscilan entre $Rho=0.496$ a $Rho=0.541$ con significancias menores a 0.05. **Conclusión:** con niveles mayores a la adicción a las redes sociales mayor cansancio emocional.

Palabras clave

Adicción a las redes sociales; cansancio emocional; uso excesivo de redes sociales.

Abstract

Objective: determine the relationship between addiction to social networks and emotional exhaustion in university students of the Psychology major. **Methodology:** non-experimental cross-sectional design, quantitative approach of a correlational study. The population was made up of 300 students from III to VII cycle of psychology. The instruments to evaluate were the Social Network Addiction Questionnaire (ARS), a test constructed and validated by Ecurra and Salas (2014) in Peru, and the Emotional Exhaustion Scale (ECE), said test was created by Ramos, Maga and Moran, 2005, in the present investigation the version adapted in Peru by Lavaggi (2017) was used. **Results:** there is a relationship between addiction to social networks and emotional exhaustion ($Rho=0.555$; $p<0.05$), which is a moderate and significant relationship that indicates that 55% of addiction behavior to social networks is related to emotional exhaustion. . This effect has an impact on the dimensions and relationships can be observed that range between $Rho=0.496$ to $Rho=0.541$ with significances less than 0.05. **Conclusion:** with higher levels of addiction to social networks, greater emotional exhaustion.

Keywords

Adicción a las redes sociales, cansancio emocional, uso excesivo de redes sociales.

I Introducción

El avance tecnológico en la sociedad que vivimos nos proporciona mayor comunicación, entretenimiento, información. Además, permite la interacción con otros familiares, amigos desde el anonimato, sin embargo, en los años actuales se evidencia las secuelas negativas con el uso o abuso de utilizar las aplicaciones que proporciona la tecnología. Los usuarios con Adicción a las redes sociales, disminuyen la concentración o pierden el interés ante cualquier actividad como: tareas escolares, universitarias, actividades dentro del hogar, con la familia, practicar el deporte. Al mismo tiempo también existen algunos aspectos desfavorables relacionados al uso de estas aplicaciones como: la depresión, ansiedad, estrés, entre otros todos estos aspectos podrían englobarse como cansancio emocional.

Sahagún & Cuevas (2015) en Latinoamérica el uso de las redes sociales llega a 1600 millones de personas, que utilizan redes sociales entre las más usadas están el WhatsApp (85%) seguida por Facebook (81%), YouTube (70%) Instagram (59%) y en quinto lugar el Twitter. Además, menciona que en la actualidad la red social que creció considerablemente durante la pandemia fue Tik Tok, esta aplicación en años pasados mostraba un 3% de actividad y en los tres últimos años muestra un crecimiento de 16%. Siendo las edades de 16 a 24 años que demandan su tiempo en redes sociales.

En efecto según Bedoya (2021) menciona que a nivel mundial los 4.540 millones son los que acceden a internet en cual engloba a la mitad de la población detallando un 59%. De igual forma, los peruanos somos 24.000 millones de internautas, cifra que el total es el 73% de la población de los cuales el 73,8% se conecta a través del computador portátil, por el portal web más utilizado el cual Google, así como la red social muestra el primer lugar esta Facebook, que utiliza el 92% de todos lo que acceden a internet. En este sentido también señala que la adicción a las redes sociales en el Perú durante el año 2020, muestra que un 88,7% utilizaron diariamente alguna red social, según el género los hombres hacen uso de alguna red social en un 89,6% y mujeres en un 87,9%, de igual manera se evidencia que un 87,7% de la población accede a internet mediante un teléfono móvil, mostrando que los hombres son los que mayor uso de le dan a diferencia de las mujeres.

Así mismo según el Instituto Nacional de Estadística e Informática 2020 la población que hace uso significativo de las redes sociales oscila entre las edades de 19 y 24 años con un porcentaje de 90,9%.

Durante el último trimestre del año 2020 los niños de entre 6 años en adelante del área rural utilizan el teléfono celular en un 83,1% (Bedoya, 2021).

En la investigación que se realizó de Adicción a redes sociales y ansiedad en estudiantes de nivel Superior Técnico Juliaca 2022, como resultado se obtuvo a mayor adicción a redes sociales mayor ansiedad de rasgos en la población de estudio, entonces cabe indicar que la presencia de adicción a las redes sociales repercute de manera significativa en el desarrollo del individuo y como consecuencia genera la ansiedad (Aviles Apaza & Quispe Adco, 2022).

Según Cardenas (2020) señala que el uso problemático con las redes sociales tiene relación con el cansancio emocional en consecuencia por el uso inadecuado de las demandas en el sector educativo, que afecta negativamente el rendimiento escolar, familiar y social, mostrando en estudiantes ansiedad, estrés, depresión. De tal forma puede generar consecuencias que puede llegar a presentar dependencia psicológica, cuando ya se presenta la necesidad de volverse a conectar tal como puede suceder con las personas alcohólicas que realizan el consumo para sentirse bien, de igual manera puede ocasionar problemas, emocionales, en la salud y el desarrollo de la vida (Cataño et al., 2021).

Inga (2020) fundamentalmente refiere que la adicción a las redes sociales prevalece en el ámbito académico en estudiantes universitarios ya que ellos enfrentan situaciones estresantes como exámenes, exposiciones, trabajos, asimismo ellos hacen uso de las redes sociales en tal sentido pueden desarrollar cansancio emocional que repercute de manera negativa en el desarrollo del estudio. Por otro lado, el abuso de las RS trae como consecuencias el alejamiento de la vida real, cuando ya se presenta la necesidad o adicción puede generar niveles altos estrés, ansiedad, baja autoestima, como también puede ocasionar la pérdida de la capacidad de autocontrol (Ortega, 2021). Los estudiantes enfrentan diversas exigencias en su vida académica en la que requiere energía tanto física, psicológico (Fontana, 2011) como también el cansancio emocional puede evidenciarse en las demandas académicas propias del nivel superior lo que genera ansiedad, estrés, baja autoestima y pensamientos suicidas influyendo en el bienestar físico y psicológico donde causa un efecto sobre su rendimiento (Lavaggi, 2022).

Asimismo, Fernández, et al. (2017) en su investigación realizada a estudiantes universitarios que tuvo por título “Relación entre el sentido de coherencia y el cansancio emocional” en el cual los resultados indican que las estudiantes mujeres muestran niveles altos de cansancio emocional que los varones, también refiere que las exigencias en cuanto a tareas o demandas que los alumnos en la etapa universitaria presencian, genera estrés.

Por otro lado, una investigación realizada sobre cansancio emocional en estudiantes universitarios “peruanos” durante la pandemia de covid-19, indica como resultado que los estudiantes muestran niveles altos de cansancio emocional lo cual refiere que existe cansancio emocional en los alumnos, el cual corrobora con la variable referente (Gustavo, et al. 2022)

Estudios internacionales de la variable en cuestión, según Zabala (2021) realizó una investigación titulada “Ansiedad, Síntomas de Adicción a las redes sociales y Procrastinación en Adolescentes de Colegios Públicos de Villavicencio”, el objetivo de dicha investigación fue establecer el tipo de relación entre ansiedad, procrastinación y los síntomas de adicción a las redes sociales en adolescentes. Dicho estudio fue de tipo cuantitativo, no experimental transaccional de alcance descriptivo y correlacional. Así mismo la población estuvo conformada por 75 adolescentes de ambos sexos. Los resultados muestran que del total de los participantes el 38,6% evidencian un nivel de ansiedad significativa, asimismo en cuanto a la adicción a las redes sociales el 76% de la población utilizada presentan niveles de adicción bajo y el 24% son los que evidencian niveles altos de adicción, el cual se considera población en riesgo.

Antecedentes internacionales de Antezana & Alfaro (2019) realizaron un análisis designado “Adicción a las redes sociales y satisfacción marital en un estudio correlacional en parejas paceñas”, teniendo como meta puntualizar el nivel correlacional que existe entre la felicidad conyugal y la adicción a las redes sociales en parejas o personas casadas. Este estudio tuvo un análisis descriptivo correlacional, considerando un método de sección transversal y una metodología cuantitativa. De tal manera se aplicaron dichos instrumentos, escala de satisfacción marital (EMS) y el test de Adicción a las Redes Sociales (ARS), se tuvo como colaboradores a parejas casadas y parejas que conviven ya un buen tiempo, por lo que se trabajó con una

población de 233 personas, como resultado se tuvo una correlación de -176 con una significación de 0,009 lo que aprobó corroborar que, a más tiempo de uso de redes sociales, será menos la complacencia o felicidad conyugal en las parejas.

Jasso, et ál. (2017) analizaron el estudio titulado “conducta adictiva a las redes sociales y su relación con el uso problemático del móvil”, dicho estudio tuvo como fin examinar la relación de una conducta adictiva a las redes sociales y el uso problemático o excesivo del celular, en estudiantes universitarios de México, se tuvo la intervención de 374 personas aplicándose de forma virtual teniendo como instrumento a la escala de adicción a redes sociales (ARS) y de uso problemático al teléfono móvil (Mobile Phone Problem use Scale MMPUS) el 58.6% fueron de sexo femenino y 41.4% de sexo masculino con cierta edad promedio de 20 años (DE = 1.84), se estudió la relación entre dichas variables mediante el análisis correlacional no paramétrica Rho de Spearman; como resultado se tuvo un uso no adecuado y problemático del celular el cual se interpreta como una dependencia muy alta con la adicción a las redes sociales.

Bustamante (2021) realizó una investigación “Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana. En tal sentido el estudio tuvo una metodología cuantitativa, no experimental, correlacional y transversal. Además, el objetivo fue determinar si existía relación entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales. Los participantes son un total de 64 estudiantes de 1ro a 5to del nivel secundario entre las edades 12 y 17 años. Se utilizó los instrumentos Adicción a las Redes Sociales y la Escala de Habilidades Sociales. Los resultados obtenidos fueron que existe una correlación negativa baja significativa entre la Adicción a las Redes Sociales y las habilidades sociales ($r = -0.336$, $p = 0,007$), indicando que a mayor adicción a redes sociales se tiene menos habilidades sociales en los estudiantes.

Valdez (2021) realizó una investigación titulada “Adicción a las redes sociales y autoestima en estudiantes de una institución educativa de Magdalena del Mar”. De igual manera el estudio es tipo descriptivo, correlacional no experimental. Entonces el objetivo fue demostrar la relación entre adicción a las redes sociales y autoestima. Para la adquisición de datos se utilizó el test de Autoestima para Escolares de Ruiz Alva y el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS). Los participantes fueron de ambos sexos con edades de 15 a 17 años. Los resultados muestran que la adición a las redes sociales se correlaciona de forma inversa con la autoestima. Según las muestras el 67.3% evidencia un nivel medio de adicción, el 77% indica una tendencia a tener baja autoestima.

Flores (2022) realizó una investigación “Redes sociales, procrastinación académica y cansancio emocional en estudiantes de una universidad privada de Lima. En tal sentido el estudio tuvo metodología cuantitativa, correlacional y transversal. Además, el objetivo fue determinar la relación existente entre el uso de las redes sociales, la procrastinación y el cansancio emocional. Los participantes fueron los estudiantes de una universidad se seleccionó por conveniencia. Se utilizó el instrumento de Adicción a las Redes Sociales, Escala de Procrastinación y el cuestionario de Cansancio Emocional. Los resultados obtenidos muestran que existe correlación entre el uso de las redes sociales y la procrastinación de igual forma se evidencia correlación entre el uso de las redes sociales y el cansancio emocional en la variable procrastinación muestra que existe correlación con el cansancio emocional.

Cardenas (2020) realizó una investigación titulada “Uso problemático de las redes sociales y cansancio emocional en estudiantes de secundaria de un colegio de Lima Metropolitana” dicha investigación tuvo como objetivo establecer relación entre el uso problemático de las redes y el cansancio emocional en alumnos de 4to y 5to de secundaria, en cuanto a su metodología de investigación fue no experimental de corte transversal, su muestra estuvo conformada por 145 alumnos, los instrumentos que utilizó fueron Adicción a las redes sociales (ARS) y Cansancio Emocional (ECE), como resultado se tuvo una relación significativa entre el cansancio emocional y sus dimensiones: obsesión por las redes sociales ($r = .351$) y uso excesivo de las redes sociales ($R = .361$), en cuanto a la dimensión Falta de control personal en el uso de las redes sociales se tuvo una correlación muy débil ($r = .189$). Concluyendo así que a mayor obsesión por las redes sociales y mayor uso excesivo de las redes sociales mayor es el cansancio emocional que experimentarían los estudiantes.

Aportaciones internacionales de esta variable, según Alvarez, et ál (2022) realizaron una investigación titulada “Cansancio emocional relacionado con el Estrés percibido durante el aprendizaje en modalidad E-

learning en estudiantes de bachillerato”. El objetivo de la investigación fue determinar la incidencia del cansancio emocional de acuerdo a la relación con el estrés que presentan los estudiantes. El estudio fue de tipo cuantitativa, descriptivo y transversal. De tal manera la población estuvo conformada por 100 alumnos de 1ro a 6to semestre que pertenecen a la Escuela Preparatorias de la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo. Para recolectar los datos se utilizaron la Escala de Cansancio Emocional y la Escala de Estrés Percibido. Los resultados muestran que el nivel de fiabilidad de ECE que se realizó en la investigación es aceptable de consistencia interna ($\alpha=89$), así mismo la valides del SPS presenta un adecuado nivel de confiabilidad ($\alpha=90$). Además, los datos de correlación muestran alta y positiva entre las dos variables debido a esto se interpreta de la siguiente manera: a mayor nivel de estrés mayor prevalencia de cansancio emocional.

Estudios nacionales Berdejo (2020) realizó una investigación titulada “El Cansancio emocional y engagement académico en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana” por lo tanto el objetivo fue determinar la relación entre cansancio emocional y el engagement académico en los universitarios. Asimismo, el estudio es tipo asociativa, no experimental con un enfoque de corte transversal. La población fue de 109 estudiantes (83 mujeres y 26 varones), entre las edades de 17-29 años. Igualmente, el instrumento que se utilizo fue la Escala de Cansancio Emocional y la Utrecht Work Engagement Scale para estudiantes. Por lo tanto, los resultados obtenidos fueron que se encontró una relación inversa y significativa entre la variable cansancio emocional y las tres dimensiones del engagement ($r = -.443, p < .001$; $r = -.370, p < .001$; $r = -.318, p < .001$). Que significa a mayor nivel de cansancio emocional menor grado de entusiasmo o dedicación, concentración eficaz en los universitarios.

Hidalgo & Laura (2020) realizaron una investigación sobre “Cansancio emocional y bienestar psicológico en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana”, en tal sentido el objetivo fue comprobar si existe concordancia significativa entre el cansancio emocional y el bienestar psicológico. Entonces el estudio es de tipo no experimental y de diseño correlacional simple. Los participantes fueron 205 individuos, con edades 18-24 años. Se utilizó la Escala de Cansancio Emocional y la Escala de Bienestar Psicológico. Los resultados muestran que si hay una relación inversa estadísticamente significativa entre cansancio emocional y las dimensiones de bienestar psicológico ($Rho = -.288^{**}, p < .00$).

Según, Becerra (2017) la adicción a las redes sociales es definida como un habito en aquellas personas que muestran dominio ante el uso de las redes, los cuales pueden ser la afición o practica desmedida a cierto juego o con alguna red social. La adicción a las redes sociales es una necesidad de conectarse, el cual puede conllevar a la pérdida de tiempo, uso inadecuado en las reuniones, en la relación de una pareja, al compartir los alimentos, entre otros (Cataño et al., 2021). Por otra parte, diversos estudios evidencian los factores negativos que produce el uso inadecuado y excesivo o que ya es una necesidad de utilizar las redes sociales, las personas con este problema evidencian bajo rendimiento académico (Ortega, 2021).

Por otro lado, las consecuencias psicológicas de la adicción a las redes sociales que afectan significativamente el funcionamiento social, personal. Ciertas investigaciones muestran que la adicción a las RS trae problemas de impulsividad, disforia, intolerancia a los estímulos displacenteros como físicos y psicológicos como también la búsqueda de emociones fuertes. Además, las personas que son adictas son más propensas a sufrir depresión, presentan incapacidad de habilidades sociales, las relaciones familiares, hablar en público como también tener baja autoestima (Pardo, 2016).

Según Reyes (2020) la obsesión por las redes sociales, se refiere a la necesidad de estar en contacto o conectada en internet u otros accesos el cual conlleva a pensar constantemente en las redes sociales, asimismo presentan ansiedad y mucha preocupación cuando no tienen acceso a alguna red social. Por otro lado, González, et al. (2021) indican que la obsesión por las redes es caracterizada por los pensamientos constantes y sentimientos de preocupación al no tener acceso o poder estar conectada a alguna red social.

Según Pinto (2018) la falta de control personal en el uso de las redes sociales es el descuido o interrupción de las actividades recurrentes del individuo lo reemplazan por pasar tiempo en alguna red social. Además, Moreno (2018) refiere que las personas con este problema presentan preocupación por la falta de control al hacer uso de alguna red social como consecuencia conlleva a incumplir o descuidar ciertas actividades.

Según Ecurra & Salas (2014) indican que el uso excesivo de las redes sociales es la dificultad para tomar control cuando se utiliza alguna red social, en un tiempo excesivo y el uso es frecuente, además mencionan que las personas con este problema tienden a estar conectadas por mucho tiempo. Cabe destacar que diversas investigaciones determinan que los aspectos negativos que genera depresión, baja autoestima, estrés, fatiga, ansiedad, trastorno de sueño de igual forma el cansancio emocional entonces el principal factor de tales síntomas es el uso excesivo de las redes sociales (Armaza Deza, 2022)

Cansancio emocional hace referencia a la impresión de fatiga y debilidad percibida por la persona, siendo de manera física o psicológica, por la que experimentamos una sensación de exceso en las actividades realizadas por uno mismo (Guevara, et al. 2021).

Según Lavaggi (2022) indica que el cansancio emocional es entendido como agotamiento en el hombre, porque en su entorno es consciente de sus acciones, dificultades o fatiga acumulada por consiguiente causa irritabilidad, estrés, pérdida de motivación acompañado de sentimientos de fracaso, sensación de limitada capacidad para continuar sus estudios causando un efecto en su rendimiento académico. Cuando se presencia cansancio emocional impide a una persona realizarse, tener relaciones sanas y gradualmente crea una disminución en la seguridad y la estabilidad emocional. Es también, estado de agotamiento físico, emocional y mental con el resultado de implicado frecuentemente dentro de contextos emocionalmente angustiosas para la persona, por la que se sobre exija y todavía tengan que estar a la expectativa de sus resultados.

Según Taboada (2020) nos refiere que el cansancio emocional es “la forma en la que se exhibe el estrés”, en trabajadores y estudiantes, haciéndolos sentirse sobrecargados y provocándoles a tener problemas para desempeñarse en sus actividades, lo que forma efectos negativos en los alumnos, tanto en sus posibilidades de éxito, de igual forma como una falta de madurez profesional, por la que más adelante generaría bajas perspectivas o intereses de las personas, en las cuales se vería afectada al llegar a sus metas o culminar sus carreras.

El cansancio emocional es el desgaste progresivo de las energías vitales y la disconformidad entre el cansancio experimentado y el trabajo ejecutado. En este caso la persona se siente agotado física y psíquicamente, con incompetencia, desesperanza y sentir que ya no tiene solución su problema (Sáenz, 2018).

Respecto al valor teórico, el estudio aportará datos actualizadas el cual será un factor de futuras tesis e investigadores en base a las variables de estudio. (Ya que se consideró estudios recientes en el trabajo realizado).

En cuanto al valor social, la investigación será de utilidad en un futuro para los estudiantes como también será de beneficio en profesionales de psicología; de acuerdo a la identificación de nuestras variables adicción a redes sociales y cansancio emocional se podrá prevenir las consecuencias de bajo rendimiento académico. Mediante charlas, talleres, teniendo, así como resultado la concientización y un mejor desenvolvimiento en todas las áreas de nuestra vida cotidiana.

De las investigaciones que preceden a la presente, podemos estudiar que en ambas variables están enfocadas a nuestro objetivo de investigación el cual fue determinar la relación entre adicción a las redes sociales y cansancio emocional en estudiantes Universitarios. En la que consideramos temas muy importantes, ya que se ha vuelto un tema con total preeminencia en el ámbito académico, conducente a estudiantes universitarios, puesto que ellos les dan mayor uso a las redes sociales, y en la que pueden desarrollar cansancio emocional considerado como un efecto colateral de la adicción a las redes sociales.

Finalmente cabe señalar que la investigación elaborada tuvo como objetivo determinar la relación entre adicción a las redes sociales y cansancio emocional en estudiantes Universitarios de la Carrera de Psicología de una Universidad Privada en la Ciudad de Juliaca, 2022. En cuanto a los objetivos específicos fue determinar si existe relación entre la dimensión obsesión por las redes sociales, falta de control ante el uso de las redes sociales y uso excesivo de las redes sociales esto con la variable de cansancio emocional.

2 Metodología

2.1. Diseño Metodológico

El reciente estudio corresponde al tipo de investigación correlacional, con un diseño no experimental, ya que no pretende manipular ninguno de los elementos de las variables, asimismo muestra un enfoque cuantitativo, porque los instrumentos usados proporcionan resultados numéricos los cuales fueron procesados bajo esta índole y de corte transversal porque los datos fueron recolectados en un solo tiempo (Hernández-Sampieri et al., 2014).

2.2. Participantes

La investigación tuvo una población que incluyó a 300 estudiantes de Escuela profesional de psicología en una Universidad Privada en Juliaca, entre las edades de 18 a 35 años, de ambos géneros, que disponen de servicio de internet o datos móviles, esta solicitud ha sido enviada en el cual se adjuntó el consentimiento informado antes que pudiera realizar la aplicación correspondiente. Asimismo, la aplicación se realizó de manera presencial.

La muestra fue constituida mediante un muestreo no probabilístico (por conveniencia) en la que nos permite escoger sujetos que consientan ser incluidos en la investigación. Esto basado en el beneficio de accesibilidad y proximidad de los sujetos para el examinador (Otzen & Manterola, 2017).

En la Tabla I se presenta la caracterización sociodemográfica del estudio (n=300). Los resultados demuestran que predominantemente el 63.3% de los sujetos encuestados tienen edades que oscilan entre 18 a 20 años de edad, seguido del 32.3% que muestran edades de 21 a 24 años y sólo el 4.3% tiene edades de 25 a 29 años. En cuanto al género, el 68% son mujeres, mientras el 32% son varones. Respecto a la situación laboral, el 70% no trabaja, y por consiguiente el 30% si lo hace. Además, el 97.7% indican que son solteros, el 1.3% casados y solo 1% son convivientes. Respecto al ciclo a la cual pertenecen, se encuentra que el 21% están en III ciclo, el 20.3% están en IV ciclo, el 24% están en V ciclo, el 22.3% pertenecen al VI ciclo y, el 12.3% pertenecen al VII ciclo. A lo anterior, se añade información respecto a la conectividad de los sujetos, encontrándose que el 75.5% se conecta a redes sociales desde su hogar, el 16.3% afirma que se conecta durante las clases, el 4% desde cabinas de internet y otro 4% desde las computadoras en la universidad. Sin embargo, el 27.7% de los sujetos percibe que su conectividad en redes sociales es muy frecuente, el 35% indica que se conecta de una a cuatro veces por día, y el 37.3% se ha conectado entre 7 a 12 veces al día. Finalmente, el 71.3% afirma que sus cuentas en redes sociales contienen datos verdaderos, sin embargo, el 28.7% menciona que sus cuentas no contienen datos verdaderos.

Tabla I. Caracterización de la población de estudio

		F	%
Edad	18 a 20 años	190	63.3%
	21 a 24 años	97	32.3%
	25 a 29 años	13	4.3%
Género del estudiante	Masculino	96	32.0%
	Femenino	204	68.0%
Situación laboral	Si trabaja	90	30.0%
	No trabaja	210	70.0%
Estado civil del estudiante	Soltero	293	97.7%
	Casado	4	1.3%
	Conviviente	3	1.0%
Ciclo que cursa	III	63	21.0%
	IV	61	20.3%
	V	72	24%
	VI	67	22.3%
	VII	37	12.3%
Lugar donde se conecta a	En mi casa	227	75.7%

las redes sociales con mayor frecuencia	Durante las clases	49	16.3%
	En las cabinas de internet	12	4.0%
	En las computadoras de la universidad	12	4.0%
Autopercepción respecto a frecuencia con la que se conecta a las RS	Todo el tiempo me encuentro conectado	83	27.7%
	1 a 4 veces por día	105	35.0%
	Entre 7 a 12 veces al día	112	37.3%
¿Sus cuentas en las redes sociales contienen sus datos verdaderos?	Si	214	71.3%
	No	86	28.7%

2.3. Instrumentos

Cuestionario de adicción a las redes sociales

El cuestionario De Adicción A Las Redes Sociales (ARS) fue construido y validado por Ecurra y Salas (2014) en Perú, en la prueba se utiliza la teoría de Respuestas para ítems politómicos (TRI) que corresponden a más de dos categorías ordenadas ya que es adecuada para desarrollar escalas Likert, de manera que una valoración más elevada corresponde a un nivel de actitud más alta de acuerdo al puntaje que asigna el evaluado. Esta prueba consta de 24 ítems en la que miden 3 factores o dimensiones correspondientes a la adicción a las redes sociales, bajo un sistema de calificación de cinco puntos. puntuación: 0 nunca, 1 rara vez, 2 a veces, 3 casi siempre, 4 siempre. Se considera que sino no existe adicción corresponde al puntaje (0), y que a partir de 1 se valora el nivel de adicción, se obtiene un puntaje mínimo de 0 y un máximo 96 que indica más nivel de adicción, los valores mencionados se obtienen sumando las respuestas marcadas según los ítems.

Los autores del presente cuestionario ARS fueron Ecurra y Salas donde en el Perú durante el año 2014 se creó y validó por los autores mencionados, en el cual la validez del constructo se realizó por un análisis de adecuación muestral KMO donde el valor fue de .95, lo que se considera como muy alto. Cabe indicar que la primera dimensión presenta 10 ítems, el cual indica mayor cantidad de varianza (46.59%) total, se conceptualiza como presencia de ansiedad, fantasear, preocupación pensamientos constantes en consecuencia de falta de acceso a las RS (obsesión por las redes sociales). El siguiente factor que le pertenece seis ítems corresponde a la varianza (6.25%) entonces se refiere al abandono de tareas escolares (falta de control personal en el uso de las redes sociales) y por último el tercer corresponde a la varianza de 4. 65% el cual contiene de ocho ítems, se refiere a la dificultad de controlar el uso de las redes sociales, tiempo inapropiado de uso, incapacidad tomar control o disminuir las horas de uso (uso excesivo de las redes sociales). Asimismo, se procedió a realizar la validez de contenido mediante el coeficiente V de Aiken, en el cual se consideró 5 jueces especialistas en el tema. En tal sentido se obtuvo sugerencias de modificación reemplazar o quitar algún conector acerca de los ítems, las observaciones correspondientes fueron aceptadas, los criterios que se evaluaron fueron; claridad el cual puntuó un total de 0.986 que indica excelente validez. En cuanto a los demás criterios de congruencia, contexto y dominio de constructo se tuvo una puntuación independientemente de cada criterio fue el total de 1 el cual indica una excelente validez.

Tabla 2. Tabla de validez de contenido por jueces por V de Aiken Adicción a las Redes Sociales

Criterios	Expertos	Sub Total	Interpretación
1. Claridad	5	0.986	Excelente Validez
2. Congruencia	5	1	Excelente Validez
3. Contexto	5	1	Excelente Validez
4. Dominio De Constructo	5	1	Excelente Validez
Análisis de validez según el			Excelente Validez

En relación a la fiabilidad del instrumento se ejecutó un análisis de consistencia interna por coeficiente de alfa de Cronbach de .88 en el cual el nivel de consistencia interna se considera alto puesto que todas superan el .85 asimismo los intervalos de confianza son valores altos. Por otro lado, en la presente investigación se realizó un análisis de confiabilidad a través de Alfa de Cronbach cuyos resultados indican que la escala, así como las dimensiones, alcanzan un índice de consistencia entre 0.941 a 0.843, dentro de los valores superiores a los límites aceptables en instrumentos psicológicos, lo cual indican que el test es confiable.

Tabla 3. Análisis de confiabilidad

Variable/dimensión	Elementos	Alfa de Cronbach
Adicción a redes sociales	24	0.941
Obsesión por las redes sociales	10	0.884
Falta de control personal en el uso de las redes sociales	6	0.791
Uso excesivo de las redes sociales	8	0.843

Escala de cansancio emocional

Escala de cansancio emocional (ECE) dicha prueba fue creada por Ramos, Maga y Moran, 2005 en España, adaptada por Dominguez (2013), está compuesta por 10 ítems lo cual busca medir la presencia de cansancio emocional a raíz de las demandas académicas, su aplicación dura aproximadamente 5 minutos, su calificación es en una escala del 1 al 5 donde 1 es igual a Raras veces; 2 es igual Pocas veces; 3 es igual a Algunas veces; 4 es igual a Con frecuencia y 5 es igual a Siempre, pide al estudiante que manifieste sobre su experiencia en los últimos 12 meses de estudios académicos. Los puntajes para la escala oscilan desde los 10 hasta los 50 puntos, sacando rasgos percentilares en función a la sumatoria total de las respuestas.

En relación a la validez del instrumento, de acuerdo al presente estudio se utilizó la versión adaptada en Perú por Lavaggi en 2017, en la que muestra una validez de constructo en el que se ejecutó un análisis de elementos primordiales con una rotación varimax. obteniendo un coeficiente KMO =.87 y la prueba de esfericidad de Bartlett fue significativa ($\chi^2 = 591.72, p < .001$). Se ejecutaron dos análisis, en el primer resultado, se encontraron dos factores, el primero explico el 42.16% de la varianza. el Segundo el 11.04% de varianza adicional. ambos explicaron el 53.20% de la varianza total, en la cual se agruparon de la subsiguiente forma; el módulo uno se compuso por los ítems 6,8,7,10,5,4 y 3 y sus cargas factoriales fueron entre 45 y 85, en el módulo 2, este se conformó por los ítems 2,1 y 9 teniendo como cargas factoriales entre 47 y 75. Asimismo, se procedió realizar la validez de contenido mediante el coeficiente V de Aiken, en el cual estuvo a cargo de 5 jueces especialistas en el tema. De manera que se tuvo como sugerencias dichas opciones modificar, reemplazar o quitar algún conector acerca de los ítems, en donde sus observaciones fueron aceptadas, los criterios que se evaluaron fueron; claridad, contexto y dominio de constructo tuvieron un total de 0.98 que indica excelente validez en el criterio de congruencia se tuvo el total de 1 el cual indica una excelente validez.

Tabla 4. Tabla de validez de contenido por jueces por v de Aiken Escala de cansancio emocional

Criterios	Expertos	Sub Total	Interpretación
1. Claridad	5	0.98	Excelente validez
2. Congruencia	5	1	Excelente validez
3. Contexto	5	0.98	Excelente validez
4. Dominio De Constructo	5	0.98	Excelente validez

Análisis de validez según el coeficiente de V. De Aiken

0.985

Excelente Validez

En relación a la fiabilidad del instrumento se ejecutó un análisis de consistencia interna por coeficiente de alfa de Cronbach de **84**, calificado como Bueno. Por otro lado, en la presente investigación se realizó un análisis de fiabilidad a través del Alfa de Cronbach donde los resultados mostraron un $\alpha = 0.813$, en el que indican que el instrumento muestra ser confiable.

2.4. Análisis de datos

La aplicación de los instrumentos se recolectó de manera presencial, con previa autorización del comité de ética de una universidad privada de la provincia de San Román, para la evaluación se consideró un consentimiento informado en el que los sujetos respondieron si desean formar parte de la investigación, continuando se pasó a llenar una ficha sociodemográfica por último se respondió ambos test psicológicos. Terminada la recolección de los datos los resultados se calificaron con ayuda de Microsoft Excel y SPSS. Estos Software se usaron para extraer el análisis de consistencia interna de ambos instrumentos, análisis sociodemográfico, estadísticos descriptivos, pruebas de normalidad en el cual se manejó el estadístico Kolmogórov-Smirnov, asimismo en los análisis de correlación se utilizó el Rho de Spearman, para finalmente obtener los resultados que responden a los objetivos de nuestra investigación.

3 Resultados

La Tabla 5 se describe la cantidad de sujetos con niveles de adicción a redes sociales y cansancio emocional. Donde el 25.3% de los sujetos presenta indicadores altos de adicción a redes sociales, el 47.7% presenta indicadores moderados, y el 27% no posee adicción a las redes sociales. Asimismo, se descubre que el 27% de los encuestados mostraron niveles superiores a la media en cuanto a la dimensión obsesión por las redes sociales de la variable adicción a redes sociales, el 46.3% muestra niveles moderados y, el 26.7% no manifiesta conductas obsesivas por las redes sociales. En cuanto a la dimensión falta de control personal en el uso de las redes sociales, el 26% experimenta conductas superiores a la media, el 48.3% muestra conductas moderadas, y el 25.7% muestra niveles bajos. La dimensión uso excesivo de las redes sociales indica que el 32.3% de los encuestados, muestran mayor uso de manera excesivo a las redes sociales, el 38.3% muestra niveles moderados y el 29.3% muestran niveles bajos. En cuanto a la variable cansancio emocional, se encuentra que sólo el 15.7% no muestra indicador alguno de cansancio emocional, el 48.3% muestra niveles moderados, y finalmente el 36% muestra un cansancio emocional de manera significativa muy notoria.

Tabla 5. Análisis descriptivo de los componentes de adicción a redes sociales y cansancio emocional

		N	%
Nivel de adicción a redes Sociales	Bajo	81	27.0%
	Moderado	143	47.7%
	Alto	76	25.3%
Obsesión por las redes sociales*	Bajo	80	26.7%
	Moderado	139	46.3%
	Alto	81	27.0%
Falta de control personal en el uso de las redes sociales*	Bajo	77	25.7%
	Moderado	145	48.3%
	Alto	78	26.0%
Uso excesivo de las redes sociales*	Bajo	88	29.3%
	Moderado	115	38.3%
	Alto	97	32.3%

Cansancio emocional	Bajo	47	15.7%
	Moderado	145	48.3%
	Alto	108	36.0%

Nota. Las variables con (*) son dimensiones de adicción a redes sociales.

Las pruebas de normalidad que se observan en la tabla 6 fueron procesadas por Kolmogorov Smirnov para muestras mayores a 50 sujetos. La variable adicción a redes sociales, así como sus dimensiones, han evidenciado comportamientos no normales ($p < 0.05$), por otro lado, la variable denominada cansancio emocional, muestra un comportamiento no normal ($p < 0.05$) por lo tanto, el análisis correlacional requiere una prueba no paramétrica.

Tabla 6. Prueba de bondad de ajuste por Kolmogorov Smirnov

	Kolmogorov-Smirnov		
	Estadístico	Gl	Sig.
Adicción a redes sociales	0.104	300	0.000
Obsesión por las redes sociales	0.095	300	0.000
Falta de control personal en el uso de las redes sociales	0.073	300	0.001
Uso excesivo de las redes sociales	0.090	300	0.000
Cansancio emocional	0.119	300	0.000

En la tabla 7 se presenta las correlaciones que responde al objetivo general y específico de la presente investigación. Por cuanto, se encuentra que existe relación directa, moderada y significativa entre la adicción a redes sociales y cansancio emocional, evidenciando que el 55% del comportamiento de adicción a redes sociales, está relacionada con altos niveles de cansancio emocional ($Rho=0.555$; $p < 0.05$). Por otra parte, la dimensión obsesión por las redes sociales mostro una relación moderada y directa con el cansancio emocional, es decir los niveles altos de obsesión por las redes sociales se relacionan mejor con niveles altos de cansancio emocional ($Rho=0.541$; $p < 0.05$). De igual manera, el 50% del comportamiento de la falta de control personal en el uso de las redes sociales se relaciona con niveles moderados y significativos del cansancio emocional, lo que quiere decir que los sujetos que presentan falta de control personal frente al uso de las redes sociales, mostrarán altos niveles de cansancio emocional ($Rho=0.509$; $p < 0.05$). Finalmente, el uso excesivo de las redes sociales tiene relación moderada baja y directa con el cansancio emocional ($Rho=0.496$; $p < 0.05$). Por lo anteriormente expuesto se encuentra que la variable adicción a redes sociales, así como sus dimensiones, presentan relación con el cansancio emocional en los estudiantes universitarios de la carrera de Psicología

Tabla 7. Estadístico de correlación Rho de Spearman

	Cansancio emocional	
	Rho	P
Adicción a redes sociales	0.555	0.000
Obsesión por las redes sociales	0.541	0.000
Falta de control personal en el uso de las redes sociales	0.509	0.000
Uso excesivo de las redes sociales	0.496	0.000

4 Discusión

Según la hipótesis general, existe relación entre adicción a redes sociales y cansancio emocional en estudiantes Universitarios de la Carrera de Psicología de una Universidad Privada en la Ciudad de Juliaca, 2022. Entonces los resultados indican que se evidencia relación directa, moderada y significativa en dichas variables mencionados, lo que el 55% del comportamiento de adicción a redes sociales, se asocia a un alto

grado de cansancio emocional ($Rho=0,555$; $p<0,05$). Es decir, en la población estudiada en cuanto más adicción a redes sociales mayor será el cansancio emocional. Los resultados concuerdan con la investigación de Flores (2022) en el cual obtuvo una correlación entre uso de las redes sociales y cansancio emocional es decir que a mayor uso de las redes sociales se tendrá mayor cansancio emocional en estudiantes. De acuerdo a Inga (2020) corrobora que durante el desarrollo educativo se tiene que lidiar con situaciones estresantes, por ejemplo, el resultado del aprendizaje, el proceso de adaptación a la vida universitaria, preocupación por el futuro y las actividades científicas (exposiciones, ensayos, artículos, pruebas) por ello si no se considera adecuadamente conducirá al cansancio emocional afectando negativamente las expectativas para un éxito adecuado y crecimiento profesional.

Por consiguiente, de acuerdo a la primera hipótesis específica, Existe relación entre obsesión por las redes sociales y cansancio emocional, ($Rho=0.541$; $p<0.05$) lo cual muestra como resultado una relación moderada y directa con el cansancio emocional, es decir que los estudiantes sienten una gran necesidad de permanecer conectados en las redes sociales. Estos resultados concuerdan con la investigación realizada por Cardenas (2020) el cual evidenció una correlación significativa entre la dimensión obsesión por las redes sociales y la variable cansancio emocional. Puesto que se afirma que cuanto más deseo u obsesión con las redes sociales mayor prevalencia de cansancio emocional. Por ende, los individuos que presencian de manera significativa el vínculo mental, como pensar constantemente, preocuparse cuando no acceden a ninguna red, entonces está asociada con el cansancio emocional. Del mismo modo, Flores (2022) en su investigación también concuerda con los resultados encontrados evidenciando una correlación positiva significativa entre obsesión por las redes sociales y cansancio emocional, estos hallazgos son significativos porque revela indicadores de un uso problemático de las redes sociales entre estudiantes quienes pueden ser más propensos al cansancio emocional lo que conlleva a tener síntomas de estrés. De acuerdo a Zabala (2021) menciona que la preocupación al no acceder a las redes sociales influye en los usuarios el cual puede ocasionar daños, es decir cuando la atención a los dispositivos móviles es inadecuada como pensar constantemente en los mensajes al no acceder a las redes sociales también la falta de interrelación personal repercute mostrando ansiedad o irritabilidad en un tiempo determinado entonces se evidencia obsesión por las redes sociales.

Para la segunda hipótesis específica, existe una relación entre la falta de control personal sobre el uso de las redes sociales y el cansancio emocional ($Rho=0.509$; $p<0.05$). De acuerdo a la dimensión mencionada se muestra un nivel de correlación moderada y significativa con el cansancio emocional, esto hace referencia que los sujetos que presentan falta de control personal frente al uso de las redes sociales, mostrarán considerables estados de cansancio emocional. Este resultado es concordante con los resultados de Flores (2022) en el que obtuvo correlación positiva entre la falta de control personal sobre el uso de las redes sociales y el cansancio emocional, es decir mientras no haya un control personal en el uso de las redes sociales se tendrá mayor cansancio emocional en los estudiantes. Asimismo, Jasso, et ál. (2017) indica que la adición a las redes está asociada con la pérdida de control, disminución de las actividades de interrelaciones personales, privación del sueño.

Respecto a la tercera hipótesis específica, existe una relación entre el uso excesivo de las redes sociales y cansancio emocional ($Rho=0.496$; $p<0.05$) donde la dimensión mencionada muestra una relación moderada baja, directa y significativa con el cansancio emocional, es decir la frecuencia del uso excesivo de RS en los estudiantes de Psicología en cual podemos mencionar se encuentran en un término medio. Los resultados son similares al estudio realizado por Cardenas (2020). El cual obtuvo una correlación significativa entre cansancio emocional y la dimensión uso excesivo de redes sociales en conclusión menciona que en cuanto más uso de redes sociales mayor cansancio emocional. De acuerdo a Garcia y Zecenarro (2019) el uso excesivo de las redes sociales trae consecuencias negativas de manera física y emocional, incluyendo fatiga, dolores de cabeza, ansiedad, depresión, trastornos de sueño, trastornos de atención. Asimismo, influye en el desarrollo de las habilidades sociales en consecuencias que repercuten en la etapa estudiantil o universitaria.

5 Conclusiones

- Se encontró una relación significativa entre la adicción a las redes sociales y cansancio emocional en estudiantes Universitarios de la Carrera de Psicología de una Universidad Privada en la Ciudad de Juliaca, 2022; donde se obtuvo un valor de ($Rho=0.555$; $p<0.05$).

- Existe relación entre obsesión por las redes sociales y cansancio emocional, obteniendo como resultado un valor estadísticamente significativo de ($Rho=0.541$; $p<0.05$) a un nivel de significancia de un 5%.
- Existe una relación entre la falta de control personal en el uso de las redes sociales y cansancio emocional alcanzando un valor estadísticamente significativo de ($Rho=0.509$; $p<0.05$) en un nivel de significancia de 5%.
- Existe relación entre el uso excesivo de las redes sociales y cansancio emocional alcanzando un valor estadísticamente significativo de ($Rho=0.496$; $p<0.05$) a un nivel de significancia de 5%

6 . Declaración de financiamiento y de conflictos de interés

El estudio fue financiado por los autores, quienes declaran no tener conflictos de interés.

7 Referencias

Alvarez, X., Lara-Abab, G., & Sánchez-Flores, F. (2022). Cansancio emocional relacionado con el Estrés percibido durante el aprendizaje en modalidad E- learning en estudiantes de bachillerato. 7(14), 27–30 del <https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/investigium/article/view/8071/8362>

Aviles Apaza, S. C., & Quispe Adco, L. D. (2022). Adicción a redes sociales y ansiedad en estudiantes de nivel Superior Técnico Juliaca 2022. Repositorio Upeu, 21., del <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/5995>

Antezana, C., & Alfaro, A. (2019). Adicción a las redes sociales y satisfacción marital: Un estudio correlacional en parejas Paceñas. Instituto de Investigaciones En Ciencias Humanas y de La Educación, Universidad La Salle-Bolivia Resumen, 18, 91–110 del http://www.scielo.org.bo/pdf/rfer/v18n18/v18n18_a06.pdf

Armaza Deza, J. F. (2022). El riesgo del uso excesivo de las redes sociales en los estudiantes de latinoamerica. Scielo, 15.del <https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/download/5241/10172/>

Becerra, J. (2017). Conducta Adictiva a Redes Sociales y Relación Con el Modelo de los Cinco Factores de Personalidad. Universidad Autónoma de Nuevo León del <http://eprints.uanl.mx/14297/1/1080243194.pdf>

Bedoya, C. (2021). Adicción a las redes sociales y autoestima en adolescentes. Universidad de Lima del https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/13803/Bedoya_Adicci%C3%B3n.pdf?sequence=6&isAllowed=y

Berdejo, F. (2020). Cansancio emocional y engagement académico en estudiantes universitarios de lima metropolitana. Universidad San Ignacio de Loyola del <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/d48de02e-fd9c-45f1-b555-5828e1f27ff3/content>

Bustamante, E. (2021). “Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de secundaria.” Universidad Científica del Sur del <https://repositorio.cientifica.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12805/1950/TL-Bustamante%20E.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Cardenas, B. M. (2020). Uso Problemático de las Redes Sociales y Cansancio Emocional en Estudiantes de Secundaria de un Colegio de Lima Metropolitana. 32 del <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/4e7d1fd2-2fcc-4723-b02e-fd2b8d0f0512/content>

Cataño, Y., Otálvaro, I., & Úsuga, S. (2021). Riesgo de adicción a redes sociales e Internet y su relación con habilidades para la vida y socioemocionales en una muestra de estudiantes de bachillerato del municipio de Envigado. Psicogente, 24(46), 1–33 del http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-01372021000200123

Dominguez, S. (2013). Análisis psicométrico de la escala de cansancio emocional en estudiantes de una universidad privada. *Revista Digital de Investigación En Docencia Universitaria*, 45–55 del <https://revistas.upc.edu.pe/index.php/docencia/article/view/186/142>

Escurra, M., & Salas, E. (2014). Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). *Liberabit*, 20(1), 73–91 del <http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v20n1/a07v20n1.pdf>

Flores, B. L. (2022). Adicción a las redes sociales, procrastinación académica y cansancio emocional en estudiantes de una universidad privada de Lima, Perú. *RIEE | Revista Internacional de Estudios En Educación*, 22(1), 51–60 del <https://doi.org/10.37354/riee.2022.220>.

Fernández-martínez, E., Liébana-presa, C., & Morán, C. (2017). Relación entre el sentido de coherencia y el cansancio emocional en estudiantes universitarios. *Psychology, Society, & Education*, 9(3), 393–403 del <https://ojs.ual.es/ojs/index.php/psy/article/view/861/1026>

García, D., & Zecenarro, L. (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 del https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/2132/Dalia_Tesis_Licenciatura_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Guevara, L. E. G., Ipanaqué, M. A. M., Bances, C. A. M., & Basurto, M. E. V. (2021) del https://repositorio.esan.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12640/2747/2021_MAODP-WE_18-1_02_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Gustavo, E., Araoz, E., Nacional, U., Madre, A. De, & Maldonado, P. (2022). Cansancio emocional en estudiantes universitarios peruanos en el contexto de la pandemia de Covid-19. 1–20. del <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8240297>

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, M. del P. (2014). Metodología de la investigación científica (Mc Graw Hill (ed.); 6ta ed.) del <https://www.esup.edu.pe/wp-content/uploads/2020/12/2.%20Hernandez,%20Fernandez%20y%20Baptista-Metodolog%C3%ADa%20Investigacion%20Cientifica%206ta%20ed.pdf>

Hidalgo, A., & Laura, Y. (2020). Cansancio emocional y bienestar psicológico en estudiantes de una universidad privada de lima metropolitana. Universidad San Ignacio del Loyola del <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/efc45707-4890-4bad-9a54-1764fc581127/content>

Inga, S. (2020). Adicción a redes sociales, cansancio emocional y sentimiento de soledad en jóvenes universitarios. Universidad San Ignacio de Loyola del <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/86fd0417-42a1-4a4e-879e-64a323c70db1/content>

Jasso, J., López, F., & Díaz, R. (2017). Conducta adictiva a las redes sociales y su relación con el uso problemático del móvil. *Acta de Investigación Psicológica*, 7(3), 2832–2838 del <https://doi.org/10.1016/j.aiprr.2017.11.001>

Lavaggi, F. (2017). Cansancio emocional y Engagement en estudiantes de una universidad privada de Lima. Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas (UPC) del https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/621838/LAVAGGI_JF.pdf?sequence=5&isAllowed=y

Moreno, S. (2018). “Propiedades psicométricas del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) en adolescentes del distrito de Comas, 2018.” Universidad César Vallejo del https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/25628/Moreno_ASR.pdf?sequence=6&isAllowed=y

Ortega, C. (2021). Adicción a las Redes Sociales en estudiantes de una Universidad Privada De Chiclayo, agosto – diciembre 2020. Universidad Católica Santo Toribio De Mogrovejo del http://tesis.usat.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/20.500.12423/3738/TL_OrtegaFloresCeciliaMicaela.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Otzen, T., & Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *International Journal of Morphology*, 35(1), 227–232 del <https://doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>

Pardo, E. (2016). Adicción a las redes sociales virtuales (RSV): un problema de costo conductual. Corporación universitaria iberoamericana del [https://repositorio.iberu.edu.co/bitstream/handle/001/251/Adicci%F3n%20a%20las%20redes%20sociales%20virtuales%20\(RSV\):%20un%20problema%20de%20costo%20conductual.pdf;jsessionid=9C72CID524CD355903B5F9AB12E66DA1?sequence=1](https://repositorio.iberu.edu.co/bitstream/handle/001/251/Adicci%F3n%20a%20las%20redes%20sociales%20virtuales%20(RSV):%20un%20problema%20de%20costo%20conductual.pdf;jsessionid=9C72CID524CD355903B5F9AB12E66DA1?sequence=1)

Pinto, A. (2018). Funcionamiento familiar y adicción a las redes sociales en estudiantes de tercero, cuarto y quinto de secundaria. Universidad Nacional Mayor de San Marcos del <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/9785>

Reyes, S. (2020). Adicción a Redes Sociales, Cansancio Emocional y Sentimiento de Soledad en Jóvenes UniversitarioS. Universidad San Ignacio de Loyola del <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/86fd0417-42a1-4a4e-879e-64a323c70db1/content>

Sahagún-cuevas, M., Martínez-castillo, B., Delgado-Quiñones, E., & Salamanca-Rodríguez, C. (2015). Adicción a redes sociales y su relación con problemas de autoestima en la población de 15 a 19 años en población derechohabiente del Instituto Mexicano del Seguro Social. *Revista Médica*, 6(04), 285–289 del <https://www.medigraphic.com/pdfs/revmed/md-2015/md154m.pdf>

Sáenz, R. (2017). Cansancio emocional y rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Técnica Superior PNP - Puente Piedra , 2017. Universidad César Vallejo del https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/14190/S%c3%a1enz_NRN.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Taboada, N. (2020). “Expectativas Académicas y Cansancio Emocional en Estudiantes de una Universidad Privada de Trujillo.” Universidad Privada Del Norte. del https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/24774/T055_72238717_B.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Valdez, M. (2021). Adicción a las redes sociales y autoestima en estudiantes de una institución educativa de magdalena del mar. Universidad Autónoma del Perú del <https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/1287/Valdez%20Panduro%2c%20Martha%20Nancy.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Zabala, S. (2021). Ansiedad, síntomas de adicción a las redes sociales y procrastinación en adolescentes de colegios públicos de villavicencio. Universidad Santo Tomás del <https://repositorio.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/33756/201sarazabala.pdf?sequence=6&isAllowed=y>