



# **UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO**

## **FACULTAD DE ENFERMERÍA**

### **ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**



## **ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y RELACIÓN CON LA SOLEDAD EN JÓVENES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO-2024**

### **TESIS**

#### **PRESENTADA POR:**

**Bach. BRENDA ELIANA CASTRO CALDERON**

**Bach. MILAGROS ROSA CASTRO CALDERON**

**PARA OPTAR EL TITULO PROFESIONAL DE:**

**LICENCIADA EN ENFERMERÍA**

**PUNO – PERÚ**

**2024**



# BRENDA ELIANA CASTRO CALDERON / MILAGROS ... ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y RELACIÓN CON LA SOLEDAD EN JÓVENES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DEL...

 Universidad Nacional del Altiplano

## Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid:::8254:416593045

Fecha de entrega

16 dic 2024, 11:50 a.m. GMT-5

Fecha de descarga

16 dic 2024, 11:55 a.m. GMT-5

Nombre de archivo

ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y RELACIÓN CON LA SOLEDAD EN JÓVENES DE LA UNIVERSIDAD N....docx

Tamaño de archivo

15.0 MB

116 Páginas

19,908 Palabras

104,979 Caracteres





## 15% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

### Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Texto citado
- Texto mencionado
- Coincidencias menores (menos de 12 palabras)

### Fuentes principales

- 12% Fuentes de Internet
- 6% Publicaciones
- 11% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

### Marcas de integridad

#### N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.





## DEDICATORIA

A Dios por protegerme y guiarme en un camino maravilloso durante mi estudio profesional, brindándome fuerza para lograr mis objetivos.

Con mucho amor y cariño a mis queridos padres Hugo y Yolanda, por su apoyo moral durante toda mi vida y el aliento de seguir estudiando.

A mi hermana Zoé, y querida fiel compañera Lili.

A esa persona especial, mi apoyo constante.

***Brenda Eliana Castro Calderon.***



## DEDICATORIA

A Dios por cuidarme y alumbrarme por el camino adecuado durante mis años de estudio en la maravillosa profesión de enfermería.

Con mucho amor y cariño a mis queridos padres, quienes siempre estuvieron presentes apoyándome e incentivándome para continuar estudiando y esforzándome.

A mis hermanas Zoé y Brenda, las mayores alegrías de mi vida y quienes siempre me sacan una sonrisa.

**Milagros Rosa Castro Calderon.**



## AGRADECIMIENTOS

*A dios por guiarme e iluminar mi camino y llenarme de fortaleza para seguir con mis proyectos académicos.*

*A la Universidad Nacional del Altiplano Puno, por brindarme las herramientas necesarias para formarme académicamente.*

*A la Facultad de Enfermería, y plana docente teóricos y prácticos por brindarme conocimientos y herramientas en mi formación académica.*

*A mi asesor de tesis, por apoyarnos y guiarnos en este proceso.*

***Brenda Eliana Castro Calderon***

***Milagros Rosa Castro Calderon***



# ÍNDICE GENERAL

|   | Pág.      |
|---|-----------|
| <b>DEDICATORIA</b>                                |           |
| <b>AGRADECIMIENTOS</b>                            |           |
| <b>ÍNDICE GENERAL</b>                             |           |
| <b>ÍNDICE DE TABLAS</b>                           |           |
| <b>ÍNDICE DE FIGURAS</b>                          |           |
| <b>ÍNDICE DE ANEXOS</b>                           |           |
| <b>ACRÓNIMOS</b>                                  |           |
| <b>RESUMEN .....</b>                              | <b>16</b> |
| <b>ABSTRACT .....</b>                             | <b>17</b> |
| <b>CAPÍTULO I</b>                                 |           |
| <b>INTRODUCCIÓN</b>                               |           |
| <b>1.1. EL PROBLEMA DE LA INVESTIGACIÓN. ....</b> | <b>18</b> |
| <b>1.2. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN.....</b>    | <b>21</b> |
| 1.2.1. Objetivo general .....                     | 21        |
| 1.2.2. Objetivos específicos.....                 | 21        |
| <b>1.3. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN .....</b>   | <b>22</b> |
| 1.3.1. Hipótesis general .....                    | 22        |
| 1.3.2. Hipótesis específicas .....                | 22        |
| <b>CAPÍTULO II</b>                                |           |
| <b>REVISIÓN DE LITERATURA</b>                     |           |
| <b>2.1. MARCO TEÓRICO .....</b>                   | <b>23</b> |
| 2.1.1. Adicción a redes sociales .....            | 23        |
| 2.1.2. Soledad en jóvenes .....                   | 28        |



|                             |  |           |
|-----------------------------|--|-----------|
| 2.3.3.                      | Relación teórica entre adicción a redes sociales y soledad ..... | 33        |
| <b>2.2.</b>                 | <b>MARCO CONCEPTUAL .....</b>                                    | <b>34</b> |
| 2.2.1.                      | Adicción .....   | 34        |
| 2.2.2.                      | Redes sociales .....   | 35        |
| 2.2.3.                      | Soledad .....  | 35        |
| 2.2.4.                      | Jóvenes .....  | 35        |
| <b>2.3.</b>                 | <b>ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN .....</b>                    | <b>35</b> |
| 2.3.1.                      | Internacionales .....  | 35        |
| 2.3.2.                      | Nacionales .....   | 37        |
| 2.3.3.                      | Locales .....  | 40        |
| <b>CAPÍTULO III</b>         |  |           |
| <b>MATERIALES Y MÉTODOS</b> |  |           |
| <b>3.1.</b>                 | <b>TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN. ....</b>                      | <b>42</b> |
| 3.1.1.                      | Tipo de investigación .....                                      | 42        |
| 3.1.2.                      | Diseño de la investigación.....                                  | 42        |
| <b>3.2.</b>                 | <b>ÁMBITO DE ESTUDIO .....</b>                                   | <b>42</b> |
| <b>3.3.</b>                 | <b>POBLACIÓN Y MUESTRA.....</b>                                  | <b>43</b> |
| 3.3.1.                      | Población.....   | 43        |
| 3.3.2.                      | Muestra .....  | 43        |
| <b>3.4.</b>                 | <b>VARIABLES Y SU OPERACIONALIZACIÓN.....</b>                    | <b>46</b> |
| <b>3.5.</b>                 | <b>TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS.....</b>      | <b>48</b> |
| 3.5.1.                      | Técnica .....  | 48        |
| 3.5.2.                      | Instrumentos .....   | 48        |
| <b>3.6.</b>                 | <b>PROCEDIMIENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS .....</b>               | <b>50</b> |
| 3.6.1.                      | Coordinación .....   | 50        |



|  |           |
|--|-----------|
| 3.6.2. Ejecución.....                              | 51        |
| <b>3.7. PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS.....</b> | <b>52</b> |
| <b>CAPÍTULO IV</b>                                 |           |
| <b>RESULTADOS Y DISCUSIÓN</b>                      |           |
| <b>4.1. RESULTADOS.....</b>                        | <b>53</b> |
| <b>4.2. DISCUSIÓN .....</b>                        | <b>57</b> |
| <b>V. CONCLUSIONES.....</b>                        | <b>69</b> |
| <b>VI. RECOMENDACIONES.....</b>                    | <b>71</b> |
| <b>VII. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS .....</b>       | <b>72</b> |
| <b>ANEXOS.....</b>                                 | <b>79</b> |

**Área:** Salud del adulto.

**Tema:** Adicción a redes sociales y relación con la soledad en jóvenes.

**Fecha de sustentación:** 19 de diciembre del 2024.



## ÍNDICE DE TABLAS

|   | <b>Pág.</b> |
|---|-------------|
| <b>Tabla 1</b> Caracterización de la muestra .....  | 45          |
| <b>Tabla 2</b> Operacionalización de la variable .....  | 46          |
| <b>Tabla 3</b> Relación entre los niveles de adicción a las redes sociales y soledad en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.....            | 53          |
| <b>Tabla 4</b> Relación entre los niveles de adicción a las redes sociales y soledad romántica en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno. .... | 54          |
| <b>Tabla 5</b> Relación entre los niveles de adicción a las redes sociales y soledad familiar en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.....   | 54          |
| <b>Tabla 6</b> Relación entre los niveles de adicción a las redes sociales y soledad social en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.....     | 55          |
| <b>Tabla 7</b> Nivel de adicción a las redes sociales según edad y sexo en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno - 2024 .....                     | 56          |
| <b>Tabla 8</b> Nivel de soledad según edad y sexo en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno - 2024.....  | 57          |
| <b>Tabla 9</b> Niveles de adicción a las redes sociales en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno. ....  | 99          |
| <b>Tabla 10</b> Niveles de obsesión por las redes sociales en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.....                                      | 99          |
| <b>Tabla 11</b> Niveles de falta de control personal en el uso de las redes sociales en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.....            | 99          |
| <b>Tabla 12</b> Niveles de uso excesivo de las redes sociales en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.....                                   | 100         |



|  |     |
|--|-----|
| <b>Tabla 13</b> Niveles de soledad en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno. ....              | 100 |
| <b>Tabla 14</b> Niveles de soledad romántica en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno. ....    | 100 |
| <b>Tabla 15</b> Niveles de soledad familiar en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno. ....     | 101 |
| <b>Tabla 16</b> Niveles de soledad social en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno. ....       | 101 |
| <b>Tabla 17</b> Pruebas de normalidad de Kolmogorov-Smirnov .....  | 101 |
| <b>Tabla 18</b> Prueba Spearman entre uso excesivo de las redes sociales y los niveles de soledad .....            | 102 |
| <b>Tabla 19</b> Prueba Spearman entre uso excesivo de las redes sociales y los niveles de soledad romántica .....  | 102 |
| <b>Tabla 20</b> Prueba Spearman entre el uso excesivo de las redes sociales y los niveles de soledad familiar..... | 102 |
| <b>Tabla 21</b> Prueba Spearman entre el uso excesivo de las redes sociales y los niveles de soledad social .....  | 103 |



## ÍNDICE DE FIGURAS

|  | <b>Pág.</b> |
|--|-------------|
| <b>Figura 1</b> Ubicación de la Universidad Nacional del Altiplano Facultad de Enfermería.<br>Fue extraído de Google Maps (49). .....                              | 43          |
| <b>Figura 2</b> Datos generales de los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno<br>.....  | 104         |
| <b>Figura 3</b> Cruce entre adicción a las redes sociales y los niveles de soledad en los jóvenes<br>de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.....            | 104         |
| <b>Figura 4</b> Cruce entre adicción a las redes sociales y los niveles de soledad romántica<br>en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno. .... | 105         |
| <b>Figura 5</b> Cruce entre adicción a las redes sociales y los niveles de soledad familiar en<br>los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.....   | 105         |
| <b>Figura 6</b> Cruce entre adicción a las redes sociales y los niveles de soledad social en los<br>jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.....     | 106         |
| <b>Figura 7</b> Nivel de soledad según sexo en jóvenes de la Universidad Nacional del<br>Altiplano Puno - 2024.....  | 106         |
| <b>Figura 8</b> Nivel de adicción a las redes sociales según sexo en jóvenes de la Universidad<br>Nacional del Altiplano Puno - 2024.....                          | 107         |
| <b>Figura 9</b> Nivel de soledad según edad en jóvenes de la Universidad Nacional del<br>Altiplano Puno - 2024.....  | 107         |
| <b>Figura 10</b> Nivel de adicción a las redes sociales según edad en jóvenes de la Universidad<br>Nacional del Altiplano Puno - 2024.....                         | 108         |
| <b>Figura 11</b> Niveles de adicción a las redes sociales en los jóvenes de la Universidad<br>Nacional del Altiplano Puno.....                                     | 108         |



|                  |  |     |
|------------------|--|-----|
| <b>Figura 12</b> | Niveles de obsesión por las redes sociales en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.....                           | 109 |
| <b>Figura 13</b> | Niveles de falta de control personal en el uso de las redes sociales en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno..... | 109 |
| <b>Figura 14</b> | Niveles de uso excesivo de las redes sociales en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.....                        | 110 |
| <b>Figura 15</b> | Niveles de soledad en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno. ....  | 110 |
| <b>Figura 16</b> | Niveles de soledad romántica en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno. ....  | 111 |
| <b>Figura 17</b> | Niveles de soledad familiar en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno. ....   | 111 |
| <b>Figura 18</b> | Niveles de soledad social en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno. ....   | 112 |



## ÍNDICE DE ANEXOS

|   | <b>Pág.</b> |
|---|-------------|
| <b>ANEXO 1</b> Matriz de consistência. ....   | 79          |
| <b>ANEXO 2</b> Instrumentos de recolección de datos. ....   | 81          |
| <b>ANEXO 3</b> Formulario de consentimiento informado. ....   | 85          |
| <b>ANEXO 4</b> Carta de compromiso. ....  | 86          |
| <b>ANEXO 5</b> Carta de autorización de la escuela profesional de nutrición. ....                         | 87          |
| <b>ANEXO 6</b> Carta de autorización de la escuela profesional de enfermería. ....                        | 88          |
| <b>ANEXO 7</b> Memorándum de autorización de ejecución de la escuela profesional de enfermería. ....      | 89          |
| <b>ANEXO 8</b> Carta de autorización de la escuela profesional de medicina veterinaria y zootécnica. .... | 90          |
| <b>ANEXO 9</b> Carta de autorización de la escuela profesional de biología. ....                          | 91          |
| <b>ANEXO 10</b> Carta de autorización de la escuela profesional de ingeniería civil. ....                 | 92          |
| <b>ANEXO 11</b> Carta de autorización de la escuela profesional de arquitectura. ....                     | 93          |
| <b>ANEXO 12</b> Carta de autorización de la escuela profesional de administración, ....                   | 94          |
| <b>ANEXO 13</b> Carta de autorización de la escuela profesional de turismo. ....                          | 95          |
| <b>ANEXO 14</b> Carta de autorización de la escuela profesional de ingeniería agrícola. ....              | 96          |
| <b>ANEXO 15</b> Carta de autorización de la escuela profesional de trabajo social. ....                   | 97          |
| <b>ANEXO 16</b> Carta de autorización de la escuela profesional de ingeniería electrónica. ....           | 98          |
| <b>ANEXO 17</b> Datos generales. ....   | 99          |
| <b>ANEXO 18</b> Gráficos de barras. ....  | 104         |
| <b>ANEXO 19</b> Declaración jurada de autenticidad de tesis. ....   | 113         |
| <b>ANEXO 20</b> Autorización para el depósito de tesis en repositorio institucional. ....                 | 115         |



## ACRÓNIMOS

|        |  |
|--------|--|
| OMS:   | Organización Mundial de la Salud                                       |
| INEI:  | Instituto Nacional de Estadística e Informática                        |
| UNAP:  | Universidad Nacional del Altiplano Puno                                |
| MHA:   | Mental Health America  |
| NIA:   | National Institute on Aging  |
| RAE:   | Real Academia Española   |
| FOMO:  | Fear Of Missing Out  |
| ARS:   | Adicción a las Redes Sociales  |
| SESLA: | Escala para la Evaluación de la Soledad Social y Emocional en Adultos. |



## RESUMEN

El presente tuvo como objetivo determinar la relación entre la adicción a redes sociales y la soledad en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno-2024, el enfoque fue cuantitativo de tipo descriptivo transversal, diseño no experimental correlacional. La población fue de 18449 con una muestra conformada por 380 jóvenes universitarios de ambos sexos entre 16 a 25 años. La técnica que se utilizó fue una encuesta y como instrumentos se utilizó la escala de SESLA-S y el cuestionario de adicción a redes sociales (ARS) ambos escala de Likert, con validez y confiabilidad respectivamente, los datos obtenidos fueron sometidos a un análisis porcentual teniendo así el uso de la estadística descriptiva e inferencial, para ello se procesó los datos a través de la herramienta SPSS versión 26, además se empleó la prueba de Rho de Spearman con un nivel de significancia de 0.000 (Sig. < 0.05). Los resultados mostraron que el 62,9% de los jóvenes presentó un nivel medio de soledad y un alto nivel de adicción a las redes sociales, seguido por un 17,6% con un nivel bajo de soledad y un nivel alto de adicción a las redes sociales. Se concluye que existe una relación significativa entre la adicción a redes sociales y la soledad en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.

**Palabras clave:** Adicción, Redes sociales, Soledad, Universitarios.



## ABSTRACT

The objective of this study was to determine the relationship between addiction to social networks and loneliness in young people from the National University of the Altiplano Puno-2024, the approach was quantitative, descriptive cross-sectional, non-experimental correlational design. The population was 18,449 with a sample made up of 380 young university students of both sexes between 16 and 25 years old. The technique used was a survey and as instruments the SESLA-S scale and the social media addiction questionnaire (ARS) were used, both Likert scales, with validity and reliability respectively. The data obtained were subjected to a percentage analysis. thus having the use of descriptive and inferential statistics, for this the data was processed through the SPSS version 26 tool, in addition the Spearman Rho test was used with a significance level of 0.000. (Sig. < 0.05). The results showed that 62.9% of young people presented a medium level of loneliness and a high level of addiction to social networks, followed by 17.6% with a low level of loneliness and a high level of addiction to social networks. social networks. It is concluded that there is a significant relationship between addiction to social networks and loneliness in young people from the National University of the Altiplano Puno.

**Keywords:** Addiction, Social media, Loneliness, University, Students.



# CAPÍTULO I

## INTRODUCCIÓN

### 1.1. EL PROBLEMA DE LA INVESTIGACIÓN.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), la relevancia de la salud mental radica en el equilibrio mental que fortalece a los individuos para manejar el estrés, potenciar sus capacidades, desempeñarse eficazmente en el aprendizaje y el trabajo, y contribuir al progreso de su entorno social (1).

En la adolescencia, los jóvenes pueden experimentar trastornos como ansiedad y depresión, además de sentir la presión de encajar en un grupo. Esta presión social, a menudo impulsada por las redes sociales como principal medio de comunicación, puede tener un impacto tanto positivo como negativo en sus vidas, pudiendo aliviar o agravar estos trastornos (2).

Por otro lado, conforme al Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), se evidencia un aumento en el uso de Internet en la población, siendo más notable entre los jóvenes de 19 a 24 años (de 90,0% a 92,8%) y de 25 a 40 años (de 80,9% a 85,8%) en comparación con el mismo trimestre del año 2021. En este escenario, el 88,8% de las personas acceden al internet para comunicarse, ya sea a través de correo electrónico o chat, el 84,5% lo usó para buscar información, mientras que el 81,9% recurrió a la red para actividades de ocio como juegos en línea o acceder a películas y música (3).

La adicción puede surgir debido al uso desmesurado de las redes sociales. Extender demasiado el tiempo en las plataformas de interacción en línea, puede afectar adversamente nuestras relaciones, desempeño laboral y bienestar en general. Es crucial



aprender a desconectar y establecer límites para prevenir la dependencia de las redes sociales (4).

A nivel nacional, Humpire E. señala que los jóvenes experimentan un nivel alto de soledad (36.36%), específicamente un nivel alto de soledad emocional (47.27%). Así mismo, presentan un nivel medio de adicción (52.73%), donde la obsesión por las redes sociales y la pérdida de control personal debido al uso excesivo de estas plataformas son más comunes, predominan principalmente en niveles bajos. (52.72%), mientras que la falta de control personal y uso excesivo de redes sociales predomina el nivel medio con un 43.65% y 56.36%, respectivamente (5).

Por su parte, Chávez M. expone que un 43% de jóvenes muestra adicción a redes sociales. Además, que un 30% experimenta un nivel alto de soledad, y un 45.3% nivel medio; mientras que, en términos de aislamiento el 28% se sitúa en nivel alto, 53.3% en nivel medio y 18.7% bajo (6).

Así mismo, Torres J. se señala que un 29.9 % de los estudiantes experimentan un nivel bajo de soledad; el 56.4 % presentan un nivel medio, y el 12.4 % muestran un nivel alto de soledad. Asimismo, se observa que el 5.8 % tienen un nivel bajo de adicción a las redes sociales; el 41.9 % muestran un nivel medio, y el 51.9 % presentan un nivel alto de adicción (7).

También, Inga S. en su estudio muestra que universitarios entre los 18 a 38 años de edad que residen en Lima tienen un mayor uso de Internet (93.9%) en comparación con aquellos que provienen de otras ubicaciones (48.1%). En lo que respecta al cansancio emocional, se observa que los participantes de Lima obtienen puntuaciones más altas en comparación con los procedentes de otras áreas (8).



A nivel local, Onofre L. indica que los estudiantes muestran principalmente un nivel alto de soledad (36.36%), seguido por un nivel medio (34.55%) y bajo (29.09%). En cuanto al grado de obsesión por las redes sociales en la muestra evaluada, la mayoría exhibe un nivel bajo (52.73%), seguido por un nivel medio (41.82%) y un nivel alto (5.45%) (9).

En el contexto de la Universidad Nacional del Altiplano Puno (UNAP), se observa que muchos estudiantes provenientes de provincias se mudan solos a la ciudad de Puno para comenzar su vida universitaria. Esta transición conlleva a una experiencia de autonomía, que a menudo va acompañada de sentimientos de soledad, derivados de las dificultades para integrarse socialmente, diferencias culturales, distanciamiento familiar y el desconocimiento del entorno. Ante estas dificultades, las redes sociales se convierten en una herramienta clave para interactuar con nuevos amigos y mantener la conexión con sus seres queridos.

Así mismo, dicha institución universitaria en un entorno cultural y geográfico único, proporciona el escenario donde los jóvenes experimentan una etapa crucial de su desarrollo personal, académico y social. En este contexto, la penetración de las redes sociales en la vida cotidiana de los estudiantes es evidente, generando un fenómeno en el que la conectividad virtual se entrelaza con las complejidades de la vida universitaria. La adicción a las redes sociales, definida por la compulsión y dependencia hacia plataformas en línea, ha emergido como un aspecto significativo en la experiencia de los jóvenes universitarios. Este fenómeno no solo se limita al tiempo excesivo dedicado a las redes sociales, sino que también puede afectar las relaciones interpersonales, la productividad académica y el bienestar emocional. Paralelamente, la soledad se presenta en diversas formas, incluyendo la soledad romántica, familiar y social. La intersección de estos dos fenómenos, la adicción a redes sociales y la soledad, plantea interrogantes sobre cómo



estos aspectos se relacionan y cómo impactan la vida de los jóvenes universitarios. A pesar de la creciente preocupación por la relación entre la adicción a las redes sociales y la soledad en el ámbito universitario, es importante destacar que no se han realizado estudios específicos a nivel local, particularmente en la Universidad Nacional del Altiplano Puno. Esta falta de investigación limita la comprensión de cómo estos factores afectan a los estudiantes en este contexto particular.

La relevancia de este problema radica en su impacto potencial en el bienestar global de los estudiantes universitarios. La adicción a redes sociales puede actuar como una doble espada, ofreciendo conectividad virtual pero también contribuyendo a la desconexión emocional y social. La soledad, en sus diversas manifestaciones, puede afectar negativamente la salud mental y la experiencia universitaria en general. Identificar estas dinámicas en el contexto específico de la UNAP es crucial para diseñar estrategias y políticas que fomenten el uso saludable de las redes sociales y aborden los desafíos relacionados con la soledad, promoviendo así un entorno universitario más equitativo y saludable.

## **1.2. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN**

### **1.2.1. Objetivo general**

Determinar la relación entre la adicción a redes sociales y la soledad en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno- 2024.

### **1.2.2. Objetivos específicos**

- Identificar la relación entre la adicción a redes sociales y la soledad romántica en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano.



- Identificar la relación entre la adicción a redes sociales y la soledad familiar en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano.
- Identificar la relación entre la adicción a redes sociales y la soledad social en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano.
- Describir el nivel de adicción a redes sociales según edad y sexo en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano.
- Describir el nivel de soledad según edad y sexo en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano.

### **1.3. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN**

#### **1.3.1. Hipótesis general**

Existe relación directa entre la adicción a redes sociales y la soledad en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno-2024.

#### **1.3.2. Hipótesis específicas**

- Existe una relación entre adicción a redes sociales y la soledad romántica.
- Existe una relación entre adicción a redes sociales y la soledad familiar.
- Existe una relación entre adicción a redes sociales y la soledad social.



## CAPÍTULO II

### REVISIÓN DE LITERATURA

#### 2.1. MARCO TEÓRICO

##### 2.1.1. Adicción a redes sociales

El centro médico Bonanova, clasifican a la adicción en: adicciones químicas y comportamentales. En donde, la adicción comportamental abarca la ludopatía, el trabajo compulsivo, compras compulsivas, adicción a la tecnología, como el miedo irracional a no tener un teléfono o medio de comunicación, denominada nomofobia, además de la adicción a las redes sociales (10).

Echeburúa & Requesens, mencionan que estar excesivamente dependiente de Internet puede funcionar como una droga estimulante, provocando cambios en el cerebro que involucran un aumento en la liberación de dopamina y otros neurotransmisores asociados con la sensación de placer. El uso frecuente de estos dispositivos puede perturbar nuestro estado de ánimo y nuestra percepción, lo que puede provocar una sensación de excitación similar a la inducida por la cocaína. Para ciertas personas, el abuso de Internet llega a ser tan grave que la falta de acceso puede provocar síntomas de abstinencia, como cambios de humor depresivos, irritabilidad, inquietud física, dificultades de concentración y trastornos del sueño. En esta etapa, los jóvenes pueden experimentar una urgencia extrema por conectarse a la Red, sin importar las consecuencias (11).

Yoshiaki H. en su estudio realizado en Japón, señala que los incentivos para involucrarse en las redes sociales son variados, aunque se destacan dos: sentirse menos solo y disfrutar de compartir ideas y emociones con una amplia



audiencia. Además, el temor a ser excluido o criticado cuando no están presentes también impulsa a muchos a usar las redes sociales con frecuencia, por ende, hasta el momento, no hay ningún enfoque efectivo, tanto curativo como preventivo, para abordar la adicción a Internet (12).

Por otro lado, el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) registró un aumento en la población con acceso a Internet en todos los grupos de edad durante el periodo de enero a marzo de 2022. Los mayores incrementos porcentuales de acceso a Internet se observaron en la población de 19 a 24 años (del 90,0% al 92,8%) (13).

El número total de usuarios activos en los distintos tipos de redes sociales en el mundo es superior a los 4.760 mil millones de personas, según el informe Global Digital Trends, elaborado por MeltWater y We are Social. Esto significa que el 59,4% de la población mundial tiene al menos una cuenta activa en alguna de las redes disponibles. En este sentido, a pesar del auge de otras redes sociales, Facebook sigue siendo la plataforma con más usuarios (2.958 millones), seguida por YouTube (2.514 millones), Instagram (2.000 millones) y TikTok (1.051 millones), de acuerdo con Statista.(14).

Las redes sociales han llegado a ser una parte fundamental en la vida de los jóvenes. Aunque existen numerosos estudios sobre cómo afectan el rendimiento académico de los estudiantes, hay una falta de investigación sobre cómo las redes sociales, combinadas con otros comportamientos del estilo de vida, pueden influir en el rendimiento académico en países en desarrollo. Por ende, el examinar el impacto de las redes sociales y varios factores de comportamiento, como fumar, consumir alcohol y participar en relaciones románticas, en el



rendimiento académico en el contexto de un país en desarrollo es relevante. Utilizando una muestra de 112 estudiantes universitarios de una institución en Líbano, el estudio reveló que el uso excesivo de redes sociales, el hábito de fumar y las relaciones románticas están correlacionados significativamente con un desempeño académico más bajo (15).

De acuerdo con Amezcaga et al. examina cómo la soledad impacta en el uso de redes sociales, a través de entrevistas a jóvenes, destacando su función ambivalente. Por un lado, estas plataformas permiten a los usuarios crear y fortalecer conexiones, facilitando la interacción con personas afines, y por otro lado, generan desconfianza hacia vínculos que no se validan en encuentros cara a cara, ya que en su mayoría de estos jóvenes no socializan físicamente. Las redes sociales se convierten en un espacio donde las personas pueden compartir su soledad y vulnerabilidad, encontrando apoyo emocional. Sin embargo, también existe el miedo a recibir críticas o respuestas inadecuadas, lo que puede limitar la apertura. Esta tensión ilustra una paradoja: aunque prometen conexión, también exponen a los individuos a la vulnerabilidad. Además, la búsqueda de validación a través de "likes" y seguidores puede intensificar la sensación de soledad, ya que la falta de interacciones significativas contribuye al aislamiento. Aunque las redes sociales parecen facilitar el contacto social, pueden también profundizar la soledad al fomentar vínculos superficiales (16).

#### **2.3.1.1. Obsesión a las redes sociales**

Según Amezcaga et al. el fenómeno conocido como "fear of missing out" (FOMO) se refiere a la ansiedad que experimentan las personas al temer perderse eventos sociales o experiencias positivas, particularmente



aquellas de las que se enteran a través de plataformas digitales. Este tipo de ansiedad se ha vuelto más prominente en la era digital, donde la conexión constante a redes sociales intensifica la sensación de exclusión y la preocupación por no estar al tanto de lo que sucede a su alrededor (16).

El FOMO implica una necesidad constante de estar conectado a Internet y participar en redes sociales, lo que puede llevar a un uso excesivo de estas plataformas. Este comportamiento es impulsado por el miedo a ser excluido y a perder oportunidades, llevando a las personas a revisar compulsivamente sus redes sociales, incluso al despertar y antes de dormir.

El uso problemático de redes sociales suele ocurrir cuando las personas buscan alivio para el estrés, la soledad o la depresión, ya que estas plataformas ofrecen recompensas que fomentan un sentido de pertenencia y satisfacción. Sin embargo, esto puede resultar en una disminución de las relaciones personales, reemplazándolas por interacciones virtuales, lo que genera una rutina problemática en la vida diaria.

Por otro lado, en el libro de McGinnis P. menciona que el FOMO se manifiesta como una presión social que impulsa a los individuos a participar en eventos que no les interesan o que no contribuyen a su bienestar. Esto puede llevar a una búsqueda continua de validación a través de las redes sociales, descuidando las relaciones reales y los momentos significativos (17).

Además, el autor menciona que el FOMO puede provocar un "síndrome del espectador", donde la indecisión y la incapacidad de



disfrutar del presente se convierten en problemas comunes. A largo plazo, esto puede contribuir a problemas de salud mental, como la depresión y la soledad.

### **2.3.1.2. Falta de control personal**

En el artículo de Kalini et al. menciona que la falta de control sobre las redes sociales se manifiesta como una incapacidad para regular su uso, en donde en un mayor autocontrol y autoconciencia están asociados con un uso más saludable de las redes sociales. Las personas con altos niveles de autocontrol tienden a utilizar las redes de manera más moderada, lo que se relaciona con una autoestima más alta y un mejor estado de ánimo. Por el contrario, la falta de autocontrol puede llevar a un uso problemático de las redes sociales, afectando negativamente la autoestima y el bienestar emocional. Los individuos que experimentan esta falta de control suelen verse atrapados en un ciclo de verificación constante de las redes sociales, impulsados por la necesidad de validación y la comparación social (18).

### **2.3.1.3. Uso excesivo de las redes sociales**

Zahrai et al. argumentan que el uso excesivo de redes sociales puede verse como un síntoma de problemas más profundos de autocontrol y autorregulación. Además se comenta como esto influye en la adaptación de esta hacia la vida cotidiana, es decir existirá un descuido personal y deberes, en consecuencia, tendrá complicaciones al ceder al uso excesivo de redes sociales, las personas pueden desconectarse de la realidad, ignorando momentos significativos y experiencias del mundo real. Esto no solo afecta su bienestar emocional, sino que también puede llevar a una



percepción distorsionada de la vida y las relaciones de los demás, fomentando la comparación social y la insatisfacción personal. por esta intensidad hacia las redes sociales (19).

### **2.1.2. Soledad en jóvenes**

La soledad es el sentimiento de desconexión y aislamiento que surge cuando se experimenta una falta de interacción social, lo que lleva a sentirse solo o distanciado de los demás, según las definiciones proporcionadas por Mental Health America (MHAs) y el National Institute on Aging (NIA) (20,21).

La Real Academia Española (RAE) define la soledad como la carencia voluntaria o involuntaria de compañía (22). Sin embargo, los investigadores Jong Gierveld y Van Tilburg definen el sentimiento de la soledad como un proceso generalizado de manifestaciones subjetivas que depende de múltiples factores individuales y socioculturales (23).

De acuerdo, con Francisca Expósito y Miguel Moya, define a la soledad como un estado emocional que sobreviene cuando un joven no ha logrado las relaciones interpersonales íntimas o estrechas que desea.(24).

Por otro lado, Pearlman y Peplau definen a la soledad como una emoción displacentera que sucede cuando existe una deficiencia significativa respecto a las relaciones sociales de una persona que puede ser subjetiva como objetiva (25)

#### **2.3.2.1. Características de la soledad**

Montero et al. definen tres características que se manifiestan durante la soledad,



- **Multidimensionalidad:** que hace referencia a la diversa cantidad de factores involucrados como la personalidad, la conductibilidad del sujeto y el nivel de interacción social.
- **Subjetividad:** indicando que el resultado de la soledad está en función de cómo procese un determinado suceso cada persona.
- **Secuencialidad:** donde establece que la soledad es un proceso con un inicio, manifestaciones, y consecuencias que terminan influyendo en la salud física y mental de la persona (19).

Por otro lado, Scalise et al. definen 4 características importantes que determinan la soledad

- **Agotamiento:** que se manifiesta como un decrecimiento en la actitud positiva del sujeto frente a la vida y por lo tanto un descenso en el rendimiento de las actividades de este.
- **Aislamiento:** Manifestada mediante a la disociación entre las relaciones interpersonales.
- **Inquietud:** Que ocurre como producto de la interacción del actuar de la sociedad con el propio yo, tal situación genera eventos de estrés y frustración.
- **Abatimiento:** que es el factor que da pie a la depresión, caracterizado por un desaliento y apatía general respecto a las interacciones socioculturales (26).

Carvajal, menciona características específicas relacionadas a la soledad:



- Sensación de ausencia aun cuando se encuentra acompañado por un grupo social.
- Experiencia displacentera o desagradable ante la confrontación social
- Deficiencia en la intimidad en las relaciones familiares o no familiares
- Decrecimiento de las habilidades sociales
- Ensimismamiento y ostracismo excesivo
- Aumento de los niveles de estrés a largo plazo.
- Decrecimiento en la autoestima que generan pensamientos negativos respecto a uno mismo (27).

#### **2.3.2.2. Factores relacionados a la soledad**

De Jong-Gierveld, Van Tilburg y Dykstra, clasifican distintos factores tomando en cuenta niveles de afección individual y factores socioculturales (23).

1. Nivel individual es subjetivo y está determinado por lo que cada persona interprete una situación o suceso como deseable o indeseable:

**Estado civil:** Las personas que se encuentran en una relación de pareja o de matrimonio tienen una menor posibilidad de presentar soledad íntima o emocional respecto a las personas que no presentan algún vínculo afectivo íntimo. Por otro lado, Dykstra y Fokkema, mencionan que, dentro de parejas casadas, la pareja masculina suele



presentar una mayor soledad social, sin embargo, a nivel emocional no suele existir diferencias significativas (28).

**Relaciones familiares:** Las experiencias que se forman en el ambiente familiar favorecen a formar vínculos que protegen contra los sentimientos como la soledad, la depresión debido a que forman un sentido de pertenencia a un grupo determinado que social y biológicamente presentan características similares a uno mismo, lo cual a su vez favorece aún más la sensación de pertenencia a un grupo evitando sentimientos de soledad

El apoyo fraternal ha demostrado ser adecuado para combatir sentimientos de soledad en personas que no presentan parejas o hijos (1). Se ha observado que en jóvenes que tienden a alejarse de su familia por motivos laborales y académicos tienden a presentar sentimientos de soledad, aun cuando están en compañía de muchos otros adultos jóvenes lo cual orienta a valorar incluso más el papel de los vínculos familiares en la prevención de la soledad (8).

**Relaciones no familiares:** Se ha documentado que la formación de círculos sociales externos a la familia, como amigos, colegas de trabajo, compañeros de hobbies, etc. Ayudan a prevenir la sensación de soledad a través de los vínculos formados en base a la experiencia de situaciones que comparten en conjunto los miembros de un círculo social (9). Por otro lado, se menciona que, si bien el mantenerse en un círculo social externo al familiar ayuda a prevenir la soledad, en última instancia depende de la



calidad de estos vínculos y no de que necesariamente requieran ser externos a la familia (4).

### 2.3.2.3. Dimensiones de la soledad

- a. **Soledad social:** Este tipo de soledad surge cuando una persona no experimenta un sentido de pertenencia a un grupo más allá de sí misma. Incluso podría sentir soledad social, aunque esté en una relación romántica con una pareja que valora. Si no cuenta con un círculo más amplio de apoyo social, podría percibir que ella, o ella y su pareja, carecen de un grupo al que pertenecer (29).
- b. **Soledad emocional:** En este tipo de soledad se siente una carencia en relaciones emocionalmente significativas, ya sea estando cerca o lejos de los seres queridos. Esta soledad surge al depositar grandes expectativas en las relaciones, lo que puede generar un sentimiento de vacío incluso en compañía. Puede ser causada por la distancia emocional, el comportamiento de la pareja o las propias inseguridades, según los conceptos proporcionados por la plataforma "Psicología a Pie" y la psicóloga Dafne Cataluña (30,31) También se entiende como la experiencia de la búsqueda de alguien con quien compartir experiencias de vida, pero no se encuentra a nadie disponible para conectarse (29).
- c. **Soledad familiar:** Se habla del lazo que se establece con la familia desde la infancia, el cual se espera que proporcione un sentido de seguridad, contribuyendo así a la formación de la identidad y convirtiéndose en un recurso de apoyo a lo largo de la vida (32).



**d. Soledad romántica:** La soledad romántica se refiere a la sensación de estar solo o carecer de conexiones íntimas específicamente en el contexto de las relaciones románticas. Es un estado de anhelo por tener más contacto humano o conexión de la que se tiene actualmente. La soledad romántica puede ser experimentada tanto por personas solteras como por aquellas en relaciones, y está influenciada por factores culturales y expectativas sociales. En general, la soledad romántica es un estado emocional complejo que puede variar entre individuos y está influenciado por diversos factores como el estado de la relación, normas culturales y experiencias personales (33). Así mismo, se puede concretar como la falta de una relación afectiva íntima. (34)

#### **2.3.2.4. Consecuencias de la soledad**

Según las palabras de Cacioppo J. las repercusiones en la salud son significativas, ya que experimentar aislamiento social puede perturbar el patrón de sueño, aumentar la presión arterial, elevar los niveles matutinos de la hormona del estrés cortisol, influir en la expresión genética en las células. inmunológicas y contribuir al aumento de la depresión, así como a la disminución del bienestar subjetivo en genera (35).

#### **2.3.3. Relación teórica entre adicción a redes sociales y soledad**

La teoría del refuerzo plantea que el ser humano busca estímulos y recompensas, en relación a las redes sociales, los "likes" o comentarios positivos, activan los centros de placer en el cerebro, en este sentido funcionan mediante sistemas de retroalimentación instantánea, como los comentarios o reacciones,



que generan satisfacción a corto plazo. La psicología del refuerzo, particularmente el concepto de refuerzo operante propuesto por Skinner, es fundamental para comprender cómo se generan y mantienen estas conductas (36).

Sherry Turkle, argumenta que, aunque las redes sociales proporcionan una gran cantidad de interacciones superficiales y recompensas inmediatas, estas no satisfacen las necesidades emocionales profundas de los usuarios. Las conexiones en línea, aunque gratificantes a corto plazo, pueden llevar a un sentimiento de soledad o desconexión emocional, ya que las interacciones digitales rara vez ofrecen la intimidad y profundidad de las relaciones cara a cara. La teoría del refuerzo social también explica cómo el uso repetido de redes sociales puede convertirse en una adicción. El refuerzo constante de las interacciones en las redes sociales (aunque no siempre positivas ni predecibles) genera una dependencia en el usuario, que busca continuamente la validación a través de la plataforma. Este ciclo adictivo puede llevar a un aislamiento social y soledad, ya que las personas prefieren interactuar en línea, donde las recompensas son inmediatas, en lugar de buscar conexiones más profundas en el mundo real (37).

## **2.2. MARCO CONCEPTUAL**

### **2.2.1. Adicción**

La adicción se caracteriza por un patrón de comportamiento compulsivo que implica el uso de una sustancia o la participación en una actividad, a pesar de sus consecuencias negativas en la salud, las relaciones y el bienestar general (38).



### **2.2.2. Redes sociales**

Las redes sociales son plataformas y aplicaciones en el entorno digital que funcionan en diferentes ámbitos, facilitando el intercambio de información entre individuos (39).

### **2.2.3. Soledad**

La soledad se refiere a la experiencia o sensación de estar sin compañía, o a la falta de interacción social significativa. Puede manifestarse de manera física, como cuando se está aislado, pero también posee una dimensión emocional y mental (20)

### **2.2.4. Jóvenes**

Un joven es una persona entre los 15 a 24 años de edad, que atraviesan por un período de descubrimiento y crecimiento, donde se fijan objetivos, se trazan planes para el futuro y se superan retos que contribuyen a la construcción de una perspectiva personal sobre la vida (40).

## **2.3. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN**

### **2.3.1. Internacionales**

Lichner et al. desarrollaron una investigación en donde el objetivo fue adaptar la metodología SESLA-S para identificar la soledad social y emocional en condiciones europeas. La investigación es cuantitativa con un enfoque descriptivo y un diseño experimental de corte transversal. El instrumento de medición utilizado fue la escala de soledad y emocional en adultos (SESLA-S) y la escala de soledad de UCLA (versión 3). Ambas escalas se aplicaron en el



idioma de eslovaca a 331 adolescentes. Los resultados muestran que los hombres reportaron una puntuación media de soledad romántica más alta ( $M=20,33$ ;  $DE=8,06$ ) que las mujeres ( $M=18,38$ ;  $DE=9,56$ ),  $t=1,99$ ,  $p<0,05$ ,  $d=0,22$ . No se observaron diferencias de género en las subescalas familiar ( $t=0,587$ ;  $p>0,05$ ) y social ( $t=0,479$ ;  $p>0,05$ ). No hubo diferencias estadísticamente significativas entre años de estudio en ninguna de las subescalas ( $t=0,98$ ,  $p>.05$  en romántica;  $t=1,09$ ,  $p>.05$  en familiar;  $t=0,2$ ,  $p>.05$  en social). Concluyeron que el nivel de soledad en la adolescencia es comparable a la soledad social y emocional a otro grupo de objetivo, como los adultos jóvenes, más no la soledad romántica, ya que se observó que es más baja en adolescentes (41).

Guimarães et al. desarrollaron una investigación en donde el objetivo fue adaptar la Escala de Soledad Social y Emocional para Adultos al contexto brasileño, validándola y evaluando su precisión. Se llevaron a cabo dos estudios: en el primero, 319 estudiantes universitarios (promedio de edad = 24.36) completaron la escala y proporcionaron datos demográficos. Los resultados del análisis factorial exploratorio revelaron una estructura de tres factores (Familiar, Romántica y Social), que explicaron el 70.38% de la variabilidad total, con coeficientes alfa de Cronbach ( $\alpha$ ) que oscilaron entre 0.84 y 0.92. En el segundo estudio, 200 estudiantes universitarios (promedio de edad = 25.35) completaron los mismos instrumentos que en el primero. Un análisis factorial confirmatorio demostró ajuste adecuado ( $CFI = 0.98$ ,  $TLI = 0.98$ ,  $RMSEA = 0.07$ ,  $P_{close} = 0.06$ ), y la confiabilidad fue satisfactoria (0.77 a 0.93). Se concluye que el instrumento exhibe buenos indicadores psicométricos, siendo una herramienta útil para la investigación sobre la soledad y sus asociaciones (42).



Alexandrova et al. en el estudio que realizaron tuvo como objetivo examinar los indicadores psicométricos de la escala de SESLA-S. En el estudio participaron 1713 personas mayores de 60 años, de las cuales 1042 eran mujeres y 671 hombres; y 383 estaban en la etapa de adultez temprana a media (20-55 años). Los resultados mostraron altas ratios de confiabilidad tanto para la escala completa ( $\alpha = 0.825$ ) como para las tres subescalas ( $\alpha = 0.727-0.845$ ). Se encontró que la soledad social y emocional tenía la influencia más fuerte entre las personas mayores, mientras que, la soledad romántica tenía la influencia más fuerte en las personas más jóvenes, es decir, experimentaban significativamente la falta de pareja o insatisfacción con ella (43).

### **2.3.2. Nacionales**

Humpire E. realizó un estudio con el objetivo de investigar la posible relación entre la adicción a las redes sociales y la sensación de soledad en jóvenes universitarios de Arequipa. La muestra consistió en 165 estudiantes universitarios de ambos géneros, con edades comprendidas entre los 18 y 28 años. Se empleó un diseño no experimental, de naturaleza cuantitativa y correlacional, de tipo transversal. Para la evaluación, se utilizaron el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) y la Escala de Soledad de Jong Gierveld. Los resultados muestran una correlación significativa y positiva entre la adicción a las redes sociales y la experiencia de soledad ( $\rho = .394$ ,  $p = .00$ ), lo que sugiere que a medida que aumenta la adicción, también lo hace la sensación de soledad. Además, se encontró que la mayoría de los estudiantes experimentan un nivel alto de soledad (36.36%). Respecto al uso de las redes sociales, la mayoría muestra un nivel medio de adicción (52.73%). Por otro lado, la mayoría exhibe una mayor incidencia de soledad emocional en un nivel alto (47.27%). En cuanto a las



dimensiones de obsesión por las redes sociales, falta de control personal y uso excesivo de las mismas, prevalece principalmente el nivel bajo (52.72%); sin embargo, la falta de control personal y uso excesivo de redes sociales, el nivel medio es predominante, con un 43.65% y 56.36%, respectivamente (5).

Chávez M. condujo una investigación con el objetivo de examinar la relación entre las variables de interés: adicción a las redes sociales, percepción de soledad y nivel de aislamiento en jóvenes pertenecientes a una universidad en Trujillo. La muestra estuvo conformada por 300 estudiantes de la Facultad de Educación y Ciencias de la Comunicación de la Universidad Nacional de Trujillo, mayoritariamente mujeres, con edades entre 16 y 29 años. Se utilizó un método de muestreo probabilístico estratificado para seleccionar a los participantes. Los instrumentos psicológicos empleados fueron el Cuestionario de Aislamiento y Soledad (CAS) de Casullo y el Test de Adicción a las Redes Sociales (TARS). Respecto a la adicción a las redes sociales, se observó que el 43% de los participantes exhibieron este comportamiento. En relación con la percepción de soledad y aislamiento, los datos encontrados fueron del 30% y 28% respectivamente, en niveles altos ambos casos. La conclusión del estudio fue que no se encontró una relación significativa entre la soledad, el aislamiento y el desarrollo de la adicción a las redes sociales en el grupo estudiado (6).

Aguilar E. desarrolló una investigación en donde tuvo como objetivo identificar los factores que se asocian a la percepción de soledad social y emocional en los estudiantes de Psicología de la Universidad Católica San Pablo. El estudio adoptó un enfoque no experimental, siendo transversal y descriptivo correlacional. Se utilizó un cuestionario sobre factores individuales y familiares, además de la Escala de Soledad Social y Emocional para adultos (SESLA). En



cuanto al análisis estadístico, se aplicaron pruebas de tendencia central a través de la media y la Prueba de chi cuadrado. Los resultados indican que la soledad social se presenta principalmente en niveles medio y alto, mientras que la soledad emocional y romántica se destaca mayormente en el nivel medio (44).

García et al. llevaron a cabo una investigación con el objetivo de determinar la relación entre la soledad y la adicción a las redes sociales en 146 estudiantes universitarios de Lima, con edades comprendidas entre los 18 y 30 años. El diseño del estudio fue correlacional y de tipo no probabilístico de bola de nieve. Se administraron la Escala de Soledad De Jong Gierveld y el cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS). Se encontraron correlaciones positivas, siendo más relevantes en aquellas que conectan la sensación de soledad con la obsesión por las redes, mientras que las correlaciones totales del ARS. Además, se detectaron diferencias estadísticamente significativas, aunque de magnitud reducida, al comparar las puntuaciones por género. Los resultados revelaron que, en relación con la adicción a las redes sociales, los puntajes promedio fueron de ( $M=15.4$ ) para el Uso Excesivo, ( $M = 13.1$ ) para la Obsesión y ( $M = 10.00$ ) para la Falta de Control. En cuanto a la soledad, la media aritmética fue de ( $M = 5.84$ ). Se concluyó que existe una relación directa y moderada entre la soledad y el ARS. Además, se resaltó que aquellos individuos que utilizan redes sociales durante cinco o más horas diarias experimentan niveles más altos de soledad (45).

Inga S. llevó a cabo una investigación cuyo propósito fue explorar la relación entre la adicción a las redes sociales, el cansancio emocional y el sentimiento de soledad en estudiantes universitarios. La muestra estuvo compuesta por 108 participantes con edades entre 18 y 38 años, pertenecientes a una universidad privada en Lima Metropolitana. Se utilizaron el Cuestionario de



Adicción a Redes Sociales, la Escala de Cansancio Emocional y la Escala de Soledad para recolectar los datos. En cuanto al cansancio emocional, se observó que los participantes de Lima obtuvieron puntuaciones más altas en comparación con aquellos de otras áreas. Mediante el análisis de los resultados, se encontró una correlación negativa estadísticamente significativa entre la adicción a las redes sociales y el cansancio emocional, lo que sugiere que, a mayor adicción a las redes sociales, menor es el nivel de cansancio emocional experimentado (8).

Torres J. realizó una investigación con el objetivo de examinar la relación entre la soledad y la adicción a las redes sociales en estudiantes de un colegio público en Huancayo. El estudio adoptó un enfoque cuantitativo con un diseño transversal. Se utilizó un enfoque correlacional, con una población total de 2000 individuos y una muestra de 240 estudiantes. Los instrumentos empleados para la recopilación de datos fueron la escala de soledad de Jon Gierveld y el cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS). Para evaluar la hipótesis, se aplicó la prueba Rho de Spearman. Los resultados mostraron que el 56.4 %, un nivel medio de soledad; y el 12.4 %, un nivel alto de soledad. Además, se observó que el 41.9 % muestra un nivel medio; y el 51.9 %, un nivel alto de adicción a redes sociales. La conclusión del estudio fue que no se encontró una relación significativa entre la soledad y la adicción a las redes sociales (7).

### **2.3.3. Locales**

Onofre L. el objetivo del estudio fue evaluar la intensidad de tres aspectos de la adicción a las redes sociales: la obsesión, la falta de control personal y el uso excesivo. Para esto, se utilizó el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales. La investigación se llevó a cabo bajo un enfoque descriptivo correlacional con un



diseño no experimental. La técnica empleada fue la encuesta, utilizando el cuestionario como instrumento principal. En cuanto al análisis de datos, se utilizó el análisis de correlación, revelando que no se encontró una correlación significativa entre la obsesión por las redes sociales y el cambio de comportamiento (9).

Pari Y. desarrolló un estudio con el fin de investigar la relación entre el uso de smartphones y las relaciones familiares en estudiantes universitarios de la F.T.S. La investigación adoptó un enfoque cuantitativo mediante un diseño transversal no experimental de tipo descriptivo correlacional de línea base. Se aplicó el método deductivo hipotético y se trabajó con una muestra no probabilística por conveniencia compuesta por 96 estudiantes. Los resultados revelaron que el 34% de los estudiantes utilizan frecuentemente los smartphones con propósitos recreativos, mientras que el 30% mencionó que ocasionalmente emplean el smartphone como una herramienta lúdica expresiva para fines creativos artísticos. Además, el 51% de los estudiantes encuestados expresaron que los cambios en la estructura familiar, ya sea nuclear, extensa o monoparental, a menudo resultan en un deterioro de las relaciones entre padres e hijos. Por otro lado, el 50% señaló que en algunas ocasiones las familias, ya sean nucleares, monoparentales o extensas, experimentan limitaciones en el espacio para el diálogo y en el comportamiento familiar. Se concluyó que se observa una relación significativa entre el uso de smartphones y las relaciones familiares, con una correlación positiva media cuya significancia es  $p = 0.000$ , siendo esta inferior al 5% ( $p < 0.05$ ) (46).



## CAPÍTULO III

### MATERIALES Y MÉTODOS

#### 3.1. TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN.

##### 3.1.1. Tipo de investigación

La investigación es de enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo correlacional, ya que permitió analizar la relación entre la adicción a redes sociales y la soledad en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno (47).

##### 3.1.2. Diseño de la investigación

El diseño fue no experimental de corte transversal ya que no se manipulará la variable y porque para la recolección de datos se hará un corte en el tiempo.

#### 3.2. ÁMBITO DE ESTUDIO

La investigación se realizó en la Universidad Nacional del Altiplano, ubicada en la ciudad de Puno, se encuentra a 3825 metros de altitud sobre el nivel del mar, en Perú. Cuya unidad de investigación son los estudiantes de los diferentes programas de estudio, caracterizados por proceder de diferentes provincias urbanas y rurales, con un nivel económico medio a bajo. Muchos de ellos viven solos en la ciudad de Puno al ser de provincia.(48).

## Figura 1

*Ubicación de la Universidad Nacional del Altiplano Facultad de Enfermería. Fue extraído de Google Maps (49).*



### 3.3. POBLACIÓN Y MUESTRA

#### 3.3.1. Población

La población de la investigación tuvo un total de 18449 estudiantes de la Universidad Nacional del Altiplano hasta el año académico 2023-II.

#### 3.3.2. Muestra

##### 3.3.2.1. Cálculo del tamaño muestral

El tamaño de la muestra fue de 380 y fue obtenida a través de la fórmula para poblaciones finitas.

$$n = \frac{N^2 \times Z^2 \times p \times q}{d^2 \times (N - 1) + Z^2 \times p \times q}$$

Donde:

N: Tamaño de la muestra.

Z: Nivel de confianza deseado.

P: Proporción de la población con la característica



Deseada (éxito)

$q$ = Proporción de la población sin la característica

Deseada (fracaso)

$N$ = Tamaño de la población.

### **3.3.2.2. Tipo de muestreo**

El tipo de muestreo fue probabilístico por conglomerado en jóvenes del I al X semestre de la Universidad Nacional del Altiplano Puno, que consiste en el sorteo de las escuelas profesionales (ver Tabla N° 1). La recolección de la muestra se considerará los siguientes criterios de selección.

### **3.3.2.3. Criterios de inclusión.**

- Estudiantes del I al X semestre que desarrollen actividades académicas dentro de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.
- Estudiantes que otorguen el consentimiento informado.

### **3.3.2.4. Criterios de exclusión**

- Estudiantes que no sean de la Universidad Nacional del Altiplano Puno del año académico.
- Estudiantes que no estén presentes el día de la recolección de datos.



**Tabla 1**

*Caracterización de la muestra*

| Datos generales de los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno. |                        | N°  | %      |
|---|------------------------|-----|--------|
| Edad  | 16 a 19 años           | 123 | 32,4%  |
|   | 20 a 24 años           | 226 | 59,5%  |
|   | 25 a más años          | 31  | 8,2%   |
|   | Total                  | 380 | 100,0% |
| Sexo  | Femenino               | 179 | 47,1%  |
|   | Masculino              | 201 | 52,9%  |
|   | Total                  | 380 | 100,0% |
| Escuela profesional   | Nutrición              | 41  | 10,8%  |
|   | Enfermería             | 38  | 10,0%  |
|   | Veterinaria            | 50  | 13,2%  |
|   | Biología               | 40  | 10,5%  |
|   | Ingeniería civil       | 44  | 11,6%  |
|   | Arquitectura           | 20  | 5,3%   |
|   | Administración         | 20  | 5,3%   |
|   | Turismo                | 18  | 4,7%   |
|   | Ingeniería agrícola    | 18  | 4,7%   |
|   | Trabajo social         | 40  | 10,5%  |
|   | Ingeniería electrónica | 51  | 13,4%  |
|   | Total                  | 380 | 100,0% |

*Nota:* Escala de SESLA-S y cuestionario de adicción a redes sociales (ARS)

### 3.4. VARIABLES Y SU OPERACIONALIZACIÓN

**Tabla 2**

*Operacionalización de la variable*

| <b>Variables</b>              | <b>Definición conceptual</b>   | <b>Definición operacional</b>  | <b>Dimensiones</b>             | <b>Indicadores</b>   | <b>Valor final</b>    |
|-------------------------------|--|--|--------------------------------|--|-----------------------|
| Adicción a las redes sociales | La dependencia a las redes sociales implica el uso compulsivo y desmedido de plataformas en línea, afectando de manera significativa actividades cotidianas y responsabilidades. Este tipo de dependencia comparte similitudes con otras conductas adictivas, generando interés en las áreas de psicología y salud mental.(10) | La adicción a redes sociales es un patrón de comportamiento caracterizado por el uso compulsivo y excesivo de plataformas de redes sociales en línea. El instrumento utilizado fue cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) | Obsesión a las redes sociales. | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Necesidad de tiempo para redes sociales.</li> <li>• Insatisfacción con el tiempo para redes sociales.</li> <li>• Sensación de no tener ocupación sin conexión de redes sociales.</li> <li>• Sensación de malhumor sin conexión a redes sociales.</li> <li>• Sensación de ansiedad sin conexión a redes sociales.</li> <li>• Posibilidad de desconexión a las redes sociales por días.</li> <li>• Teniendo deberes la persona no deja de pensar en las redes sociales.</li> <li>• Descuido de entorno social por conexión a las redes sociales.</li> <li>• El entorno desaprueba el tiempo de permanencia en redes sociales.</li> <li>• En clases, la persona se siente aburrida si no está conectada a redes sociales.</li> <li>• Conexión a redes sociales a penas la persona despierta.</li> <li>• Pensar en novedades de las redes sociales.</li> <li>• Pensar en el control de conexión en redes sociales.</li> <li>• Falta de control en el uso prolongado e intenso de las redes sociales.</li> <li>• Descuido de deberes por estar conectado a las redes sociales.</li> <li>• La persona considera tener un problema con la intensidad y frecuencia a las redes sociales.</li> <li>• Armonía con el entorno.</li> <li>• Sensación de alivio y relajación, al navegar en redes sociales.</li> <li>• Perder el sentido del tiempo al usar las redes sociales.</li> <li>• Usar las redes sociales más del tiempo destinado.</li> <li>• Mayor inversión del tiempo en las redes sociales.</li> <li>• Permanecer mucho tiempo conectado a las redes sociales.</li> <li>• Estar alerta a notificaciones de las redes sociales.</li> <li>• Aprovechar espacios que no debería, para conectarse a redes sociales.</li> </ul> | Bajo<br>Medio<br>Alto |

| Variables | Definición conceptual   | Definición operacional   | Dimensiones        | Indicadores  | Valor final           |
|-----------|---|--|--------------------|--|-----------------------|
| Soledad   | La soledad es una experiencia emocional y subjetiva que surge cuando una persona siente una falta de conexión o compañía significativa con otras.(22) | La soledad es la percepción subjetiva de aislamiento social y emocional. El instrumento utilizado fue la escala SESLA de Soledad Familiar. | Soledad Romántica. | <ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> <li>•</li> <li>• Compartir pensamientos en pareja.</li> <li>• Apoyo de la pareja.</li> <li>• Deseo de una relación satisfactoria.</li> <li>• Contribuir a la felicidad de mi pareja.</li> <li>• Insatisfacción de relación romántica íntima.</li> <li>• Sentimiento de soledad con la familia.</li> <li>• Deseo de compañía familiar.</li> <li>• Sentimiento de cercanía emocional con la familia.</li> <li>• Sentimiento de pertenencia familiar.</li> <li>• Sentimiento de cuidado familiar.</li> <li>• Sentimiento de pertenencia con un grupo de amigos.</li> <li>• Compartir pensamientos similares con amigos.</li> <li>• Deseo de compartir pensamientos similares con amigos.</li> <li>• Confianza en contar con la ayuda de los amigos.</li> <li>• Deseo de una amistad comprensiva.</li> </ul> | Bajo<br>Medio<br>Alto |



### **3.5. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS.**

#### **3.5.1. Técnica**

La técnica utilizada para la recolección de datos fue una encuesta, que consiste en un conjunto de preguntas respecto a las variables que se va medir (47)

#### **3.5.2. Instrumentos**

##### **3.5.2.1. Instrumento 1: Escala SELSA-S**

La Escala de Evaluación de la Soledad Social y Emocional en adultos, conocida como SELSA-S, fue creada por DiTommaso, basándose en el modelo multidimensional de soledad de Weiss de 1987. Originalmente, constaba de 37 ítems desarrollados por DiTommaso y Spinner en 1993. En 2004, DiTommaso et al. presentaron una versión más breve y psicométricamente sólida, la SELSA-S, con el propósito de evaluar la soledad en contextos investigativos. Esta adaptación consta de 15 ítems seleccionados de la escala original SELSA y utiliza una escala de 7 puntos para medir el acuerdo o desacuerdo. Los autores identificaron tres factores en esta escala: soledad social (falta de amigos y relaciones sociales) correspondientes a los ítems: 2, 5, 7, 9 y 13, soledad familiar (carencia de apoyo familiar) correspondientes a los ítems: 1, 4, 8, 11 y 12, la soledad romántica (ausencia de relaciones afectivas íntimas) correspondientes a los ítems: 3, 6, 10, 14 y 15. La escala de respuesta está diseñada para medir el grado de acuerdo de los participantes con respecto a las afirmaciones presentadas, esta escala incluye siete opciones, que van desde "Totalmente en desacuerdo" con un valor de 1, hasta "Totalmente de acuerdo" con un valor de 7. Las opciones intermedias permiten una



mayor matización de la opinión del encuestado: "Muy en desacuerdo" corresponde al valor 2, "Un poco en desacuerdo" es 3, "Ni de acuerdo ni en desacuerdo" se asigna el valor 4, "Un poco de acuerdo" tiene un valor de 5, y "Muy de acuerdo" se representa con el valor 6. Para la interpretación se utilizará en la soledad familiar, romántica y social, un baremo de: bajo (5-15), medio (16-25) y alto (26-35), con un total de soledad baja (15-45), medio (46-75) y alto (76-105). La escala de respuesta está diseñada para medir el grado de acuerdo de los participantes con respecto a las afirmaciones presentadas. El instrumento desarrollado por DiTomasso y Spinner en 1993, posteriormente presentaron una versión abreviada de 15 ítems en 2004, seguidamente Yarnoz (2008) realizó la adaptación al español, realizando la validez de constructo mediante correlaciones significativas con medidas de estilo de relación, bienestar psicológico y deseabilidad social. En cuanto a la confiabilidad, la prueba mostró un coeficiente alfa de Cronbach general de 0.84, indicando una alta consistencia interna. Al analizar cada dimensión por separado, se obtuvieron coeficientes alfa de 0.71 para la dimensión social, 0.83 para la dimensión familiar y 0.84 para la dimensión romántica. Estos resultados respaldan la fiabilidad global y específica de la escala en cada una de sus dimensiones. (34).

### **3.5.2.2. Instrumento 2: Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS)**

El cuestionario utilizado para evaluar el grado de Adicción a Redes Sociales (ARS) es una herramienta recomendada para su uso mediante la suma de puntajes, lo que permite interpretar los resultados como valores



cuantitativos. Este cuestionario fue desarrollado y validado por Ecurra y Salas en 2014, basándose en la Teoría de Respuesta al Ítem (TRI) para ítems politómicos de respuesta graduada, y consta de un total de 24 ítems. Consta de tres factores, la obsesión a las redes sociales en los ítems: 2, 3, 5, 6, 7, 13, 15, 19, 22 y 23, falta de control personal en los ítems: 4, 11, 12, 14, 10 y 24, uso excesivo de las redes sociales en los ítems: 1, 8, 9, 10, 16, 17, 18 y 21. La calificación se realiza asignando puntajes según las 5 opciones de respuesta: Nunca, raras veces, a veces, casi siempre y siempre, a las que se les otorgan puntuaciones de 0, 1, 2, 3 y 4 respectivamente. El ítem 13 de la escala se califica de manera inversa, con puntuaciones de 0 para siempre (S), 1 para casi siempre (CS), 2 para a veces (AV), 3 para raras veces (RV) y 4 para nunca (N). La interpretación se realiza utilizando el baremo del cuestionario, por la técnica percentil, en donde el percentil del 1 al 30 es del nivel bajo, percentil del 31 al 69 es del nivel medio, y 70 al 99 es del nivel alto. De acuerdo a Ecurra, se evidencia una validez de constructo bajo el modelo de la teoría clásica de los test a través del análisis factorial confirmatorio. La confiabilidad se evaluó mediante el coeficiente Alfa de Cronbach, obteniéndose valores de  $\alpha=0.91$  para la Obsesión por las redes sociales,  $\alpha=0.88$  para la Falta de control personal y  $\alpha=0.92$  para el Uso excesivo de las redes sociales, con un puntaje total de  $\alpha=0.95$  (50).

### **3.6. PROCEDIMIENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS**

#### **3.6.1. Coordinación**

- Se solicitó carta de presentación a Decanato de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.



- Se presento el oficio de ejecución a las escuelas profesionales seleccionadas, entre el 21 de junio al 27 junio.
- Se coordinó con los directores de las escuelas profesionales seleccionadas, para solicitar autorización de la ejecución.
- Seguidamente se mantuvo coordinación con docentes de las escuelas profesionales seleccionadas, para explicarles sobre el proyecto de investigación y se permita el recojo de datos.

### **3.6.2. Ejecución**

- Entre el 1 y el 31 de Julio, previa coordinación con docentes de las escuelas profesionales seleccionadas, se recolecto los datos en el horario académico de los estudiantes.
- Se inicio con la presentación dando a conocer el tema y los objetivos de investigación, luego se les proporciono una hoja informativa con lo más importante de la investigación a los estudiantes, posterior a ello, se distribuyó el formulario del consentimiento informado.
- Seguidamente, para los estudiantes que aceptaron el consentimiento informado, se les brindo los cuestionarios de investigación.
- Para el correcto llenado, se consignó las instrucciones y se estuvo al tanto de cualquier duda.
- Los estudiantes resolvieron los cuestionarios en un periodo de 15 minutos aproximadamente.
- Luego de haber concluido se recolecto los consentimientos informados y cuestionarios.
- Finalmente, se agradeció a cada uno por su participación y contribución con el estudio.



### **3.7. PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS**

Se realizó el vaciamiento de los datos obtenidos a través de los cuestionarios en el programa de Microsoft Excel, para luego ser procesados en el paquete estadístico de SPSS versión 26, y el análisis de datos se realizó con la estadística descriptiva desarrollando las tablas y figuras. Se aprecia que hubo valores de Sig. que se encuentran por debajo del nivel de 0,05. De manera que no hubo presencia de distribución normal en los datos relacionados a soledad y adicción a las redes sociales. Por lo cual, resulta adecuado aplicar la prueba no paramétrica de correlación de Spearman (ver tabla N.º18)

## CAPÍTULO IV

### RESULTADOS Y DISCUSIÓN

#### 4.1. RESULTADOS

**Tabla 3**

*Relación entre los niveles de adicción a las redes sociales y soledad en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.*

|         | Adicción a las redes sociales |     |       |     |      |      | Total |       |
|---------|-------------------------------|-----|-------|-----|------|------|-------|-------|
|         | Bajo                          |     | Medio |     | Alto |      | f     | %     |
| Soledad | f                             | %   | F     | %   | f    | %    | f     | %     |
| Bajo    | 1                             | 0,3 | 13    | 3,4 | 67   | 17,6 | 81    | 21,3  |
| Medio   | 0                             | 0,0 | 2     | 0,5 | 239  | 62,9 | 241   | 63,4  |
| Alto    | 1                             | 0,3 | 0     | 0,0 | 57   | 15,0 | 58    | 15,3  |
| Total   | 2                             | 0,5 | 15    | 3,9 | 363  | 95,5 | 380   | 100,0 |

P Valor= 0000, Rho= 0.356

*Nota:* Escala de SESLA-S y cuestionario de adicción a redes sociales (ARS)

Se observa que, el 62,9% de los jóvenes tuvo un nivel alto de adicción a las redes sociales y un nivel medio de soledad. Le continúa el 17,6% que tuvo un nivel alto de adicción a las redes sociales y un nivel bajo de soledad; y el 15,0% con un nivel alto de adicción a las redes sociales y soledad. Además, se observa un P Valor de 0,000 (P Valor < 0,05), de manera que se da rechazo a la  $H_0$  y, por tanto, existe relación entre la adicción a redes sociales y la soledad en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno. Asimismo, el coeficiente Rho fue de 0,356. Lo cual significa que la relación fue positiva media.

**Tabla 4**

*Relación entre los niveles de adicción a las redes sociales y soledad romántica en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.*

| Soledad romántica | Adicción a las redes sociales |     |       |     |      |      | Total |       |
|-------------------|-------------------------------|-----|-------|-----|------|------|-------|-------|
|                   | Bajo                          |     | Medio |     | Alto |      | f     | %     |
|                   | f                             | %   | F     | %   | F    | %    |       |       |
| Bajo              | 1                             | 0,3 | 13    | 3,4 | 91   | 23,9 | 105   | 27,6  |
| Medio             | 0                             | 0,0 | 2     | 0,5 | 214  | 56,3 | 216   | 56,8  |
| Alto              | 1                             | 0,3 | 0     | 0,0 | 58   | 15,3 | 59    | 15,5  |
| Total             | 2                             | 0,5 | 15    | 3,9 | 363  | 95,5 | 380   | 100,0 |

P Valor= 0000, Rho= 0.365

Nota: Escala de SESLA-S y cuestionario de adicción a redes sociales (ARS)

Se evidencia que, el 56,3% de los jóvenes tuvo un nivel alto de adicción a las redes sociales y un nivel medio de soledad romántica. Le continúa el 23,9% tuvo un nivel alto de adicción a las redes sociales y un nivel bajo de soledad romántica. A su vez, el 15,3% tuvo nivel alto de adicción a las redes sociales y soledad romántica. Además, se muestra un P Valor de 0,000 ( $P \text{ Valor} < 0,05$ ). Por lo cual, se debe dar rechazo a la  $H_0$ , y se permite indicar que existe un nivel bajo de adicción a redes sociales en relación con la soledad romántica en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno. Por otro lado, el Rho indica un valor de 0,365. Lo cual muestra una relación positiva media.

**Tabla 5**

*Relación entre los niveles de adicción a las redes sociales y soledad familiar en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.*

| Soledad familiar | Adicción a las redes sociales |     |       |     |      |      | Total |       |
|------------------|-------------------------------|-----|-------|-----|------|------|-------|-------|
|                  | Bajo                          |     | Medio |     | Alto |      | f     | %     |
|                  | F                             | %   | F     | %   | f    | %    |       |       |
| Bajo             | 1                             | 0,3 | 13    | 3,4 | 101  | 26,6 | 115   | 30,3  |
| Medio            | 0                             | 0,0 | 2     | 0,5 | 200  | 52,6 | 202   | 53,2  |
| Alto             | 1                             | 0,3 | 0     | 0,0 | 62   | 16,3 | 63    | 16,6  |
| Total            | 2                             | 0,5 | 15    | 3,9 | 363  | 95,5 | 380   | 100,0 |

P Valor= 0000, Rho= 0.378

Nota: Escala de SESLA-S y cuestionario de adicción a redes sociales (ARS)

Se observa que, el 52,6% de los jóvenes tuvo un nivel alto de adicción a las redes sociales y un nivel medio de soledad familiar. Le continúa el 26,6% que tuvo nivel bajo de soledad familiar y tuvo nivel alto de adicción a las redes sociales. A su vez, el 16,3% tuvo nivel alto de adicción a las redes sociales y soledad familiar. También, se observa un P Valor de 0,000 ( $P \text{ Valor} < 0,05$ ). Lo cual significa que se debe dar rechazo a la  $H_0$ , y por tanto se permite afirmar que existe un nivel medio de adicción a redes sociales en relación con la soledad familiar en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno. Asimismo, el Rho de 0,378 indica una relación positiva y con intensidad media.

**Tabla 6**

*Relación entre los niveles de adicción a las redes sociales y soledad social en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.*

|                | Adicción a las redes sociales |     |       |     |      |      | Total |       |
|----------------|-------------------------------|-----|-------|-----|------|------|-------|-------|
|                | Bajo                          |     | Medio |     | Alto |      | f     | %     |
| Soledad social | F                             | %   | F     | %   | f    | %    | f     | %     |
| Bajo           | 1                             | 0,3 | 13    | 3,4 | 49   | 12,9 | 63    | 16,6  |
| Medio          | 0                             | 0,0 | 2     | 0,5 | 256  | 67,4 | 258   | 67,9  |
| Alto           | 1                             | 0,3 | 0     | 0,0 | 58   | 15,3 | 59    | 15,5  |
| Total          | 2                             | 0,5 | 15    | 3,9 | 363  | 95,5 | 380   | 100,0 |

P Valor= 0000, Rho= 0.342

Nota: Escala de SESLA-S y cuestionario de adicción a redes sociales (ARS)

Se observa que, el 67,4% de los jóvenes tuvo un nivel alto de adicción a las redes sociales y un nivel medio de soledad social. Le sigue el 15,3% que tuvo nivel alto de adicción a las redes sociales y soledad social. A su vez, el 12,9% tuvo nivel alto de adicción a las redes sociales y un nivel bajo de soledad social. En la tabla se muestra un valor de P Valor de 0,000 ( $P \text{ Valor} < 0,05$ ). De acuerdo a ello se debe dar rechazo a la  $H_0$ , y, por tanto, existe un nivel alto de adicción a redes sociales en relación con la soledad social en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno. Por su parte, el Rho de 0,342 muestra una relación positiva media.

**Tabla 7***Nivel de adicción a las redes sociales según edad y sexo en jóvenes de la Universidad**Nacional del Altiplano Puno - 2024*

| Sexo      | Variable: Adicción a las redes sociales |     |       |     |      |      | Total |       |
|-----------|---|-----|-------|-----|------|------|-------|-------|
|           | Bajo                                    |     | Medio |     | Alto |      |       |       |
|           | N°                                      | %   | N°    | %   | N°   | %    | N°    | %     |
| Femenino  | 0                                       | 0,0 | 5     | 2,8 | 174  | 97,2 | 179   | 100,0 |
| Masculino | 2                                       | 1,0 | 10    | 5,0 | 189  | 94,0 | 201   | 100,0 |
| Total     | 2                                       | 0,5 | 15    | 3,9 | 363  | 95,5 | 380   | 100,0 |

| Edad          | Bajo |     | Medio |     | Alto |      | Total |       |
|---------------|------|-----|-------|-----|------|------|-------|-------|
|               | N°   | %   | N°    | %   | N°   | %    | N°    | %     |
| 16 a 19 años  | 0    | 0,0 | 2     | 1,6 | 121  | 98,4 | 123   | 100,0 |
| 20 a 24 años  | 2    | 0,9 | 12    | 5,3 | 212  | 93,8 | 226   | 100,0 |
| 25 a más años | 0    | 0,0 | 1     | 3,2 | 30   | 96,8 | 31    | 100,0 |
| Total         | 2    | 0,5 | 15    | 3,9 | 363  | 95,5 | 380   | 100,0 |

*Nota:* Cuestionario de adicción a redes sociales (ARS)

Se observa que, de los 179 jóvenes de sexo femenino, el 97,2% tuvo nivel medio de alto de adicción a las redes sociales; y el 2,8% tuvo nivel medio de adicción. Por otro lado, de los 201 jóvenes de sexo masculino, el 94,0% tuvo nivel alto de adicción a las redes sociales; el 5,0% tuvo nivel medio de adicción, y el 1,0% tuvo nivel bajo. Además, de los 123 jóvenes de edad entre 16 a 19 años, el 98,4% tuvo nivel alto de adicción a las redes sociales, y el 1,6% tuvo nivel medio. Por su parte, de los 226 jóvenes de edad entre 20 a 24 años, el 93,8% tuvo nivel alto de adicción a las redes sociales; el 5,3% tuvo nivel medio de adicción a las redes sociales, y el 0,9% (2) tuvo nivel bajo. A su vez, de los 31, jóvenes de edad entre 25 a más años, el 96,8% tuvo nivel alto de adicción a las redes sociales, y el 3,2% tuvo nivel medio de adicción a las redes sociales.

**Tabla 8**

*Nivel de soledad según edad y sexo en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano*

*Puno - 2024*

|               | Nivel de Soledad |      |       |      |      |      | Total |       |
|---------------|------------------|------|-------|------|------|------|-------|-------|
|               | Bajo             |      | Medio |      | Alto |      | N°    | %     |
|               | N°               | %    | N°    | %    | N°   | %    |       |       |
| Sexo          |                  |      |       |      |      |      |       |       |
| Femenino      | 39               | 21,8 | 112   | 62,6 | 28   | 15,6 | 179   | 100,0 |
| Masculino     | 42               | 20,9 | 129   | 64,2 | 30   | 14,9 | 201   | 100,0 |
| Total         | 81               | 21,3 | 241   | 63,4 | 58   | 15,3 | 380   | 100,0 |
| Edad          |                  |      |       |      |      |      |       |       |
| 16 a 19 años  | 25               | 20,3 | 78    | 63,4 | 20   | 16,3 | 123   | 100,0 |
| 20 a 24 años  | 52               | 23,0 | 142   | 62,8 | 32   | 14,2 | 226   | 100,0 |
| 25 a más años | 4                | 12,9 | 21    | 67,7 | 6    | 19,4 | 31    | 100,0 |
| Total         | 81               | 21,3 | 241   | 63,4 | 58   | 15,3 | 380   | 100,0 |

*Nota:* Escala de SESLA-S

Se evidencia que, de los 179 jóvenes de sexo femenino, el 62,6% tuvo nivel medio de soledad; el 21,8% tuvo nivel bajo, y el 15,6% nivel alto. Por otro lado, de los 201 jóvenes de sexo masculino, el 64,2% tuvo nivel medio de soledad; el 20,9% nivel bajo, y el 14,9% nivel alto. Así mismo, de los 123 jóvenes de edad entre 16 a 19 años, el 63,4% tuvo nivel medio de soledad; el 20,3% tuvo nivel bajo, y el 16,3% tuvo nivel alto. Por su parte, de los 226 % jóvenes de edad entre 20 a 24 años, el 62,8% tuvo nivel medio de soledad; el 23,0% tuvo nivel bajo; y el 14,2% tuvo nivel alto. A su vez, de los 31, jóvenes de edad entre 25 a más años, el 67,7% tuvo nivel medio de soledad; el 19,4% tuvo nivel alto; y el 12,9% tuvo nivel bajo.

#### **4.2. DISCUSIÓN**

En esta investigación, se encontró que existe una relación entre la soledad y la adicción a las redes sociales en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano-2024, puesto que se registró un P Valor de significancia de 0.000 ( $p < 0.05$ ), lo que lleva al rechazo de la hipótesis nula ( $H_0$ ), sugiriendo una relación estadísticamente significativa



entre la adicción a redes sociales y la soledad. Asimismo, el coeficiente Rho fue de 0.356, lo que implica que la relación es positiva y de magnitud media, indicando que a medida que aumenta la soledad, también se incrementa la adicción a las redes sociales en los jóvenes.

Además, otros estudios respaldan estos resultados. Humpire E. ( $p=0.00$ ;  $Rho=0.394$ ) encontró una correlación significativa y positiva (5). Por su parte, García et al. reportaron una relación directa y moderada entre la adicción a redes sociales y soledad, con niveles de significancia en torno a 0.05 y 0.80 de potencia (45). Estos hallazgos, junto con los de esta investigación, sugieren que la soledad puede llevar a los jóvenes a buscar conexiones sociales a través de plataformas digitales, en un intento de mitigar este sentimiento. Este comportamiento se alinea con la teoría de la compensación social, que postula que las personas recurren a las redes sociales como una forma de encontrar apoyo y compañía ante situaciones de soledad.

Por otro lado, Inga S. halló correlaciones negativas, sugiriendo que, a mayor adicción a redes sociales, menor es el sentimiento de soledad, lo que genera una dicotomía interesante en la interpretación de los datos. La diferencia en estos resultados radica en el contexto temporal y social en el que se llevaron a cabo ambos estudios. La investigación de Inga se realizó durante la pandemia de 2020, un periodo caracterizado por un intenso aislamiento social; en este entorno, las redes sociales actuaron como una herramienta fundamental para que los jóvenes mantuvieran conexiones y mitigaran sus sentimientos de soledad (8).

Además, Chávez M. muestra un resultado no significativo, lo que determina que la adicción a las redes sociales y la soledad son independientes y no guardan relación, por ende, no existe una asociación entre ambas en el grupo estudiado. Esta discrepancia radica



en la diferencia de género entre las poblaciones. En el estudio de Chávez M. la mayoría de los participantes fueron mujeres, lo que podría influir en las dinámicas de soledad y en la relación con las redes sociales (6). Las mujeres tienden a establecer redes de apoyo más fuertes y a comunicarse de manera más emocional, lo que puede mitigar la percepción de soledad.

De manera similar, Torres J. encontró un coeficiente de Spearman de  $\rho = -0.012$  ( $p = 0.855$ ), indicando que no hay relación significativa entre el nivel de adicción a redes sociales y la soledad, el estudio tuvo como población a estudiantes de colegio, quienes se sitúan en un entorno social más integrado, con un mayor apoyo de docentes y padres, lo que podría disminuir su percepción de soledad (7). Las diferencias en los resultados de esta investigación y el estudio de Torres pueden explicarse por las etapas de desarrollo de las poblaciones estudiadas. Los jóvenes universitarios, que enfrentan transiciones hacia la vida adulta y nuevas dinámicas interpersonales, pueden ser más vulnerables a la soledad, lo que los lleva a utilizar redes sociales como un mecanismo de afrontamiento. Esta diferencia sugiere que la etapa de desarrollo y el contexto social influyen significativamente en la relación entre soledad y adicción a las redes sociales.

Siendo así, este estudio ha revelado una relación significativa entre la adicción a las redes sociales y la soledad en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano. Los resultados indican que a medida que aumenta la soledad, también se incrementa la adicción a redes sociales, lo que sugiere que los jóvenes buscan conexiones digitales para mitigar su aislamiento emocional. Aunque estos hallazgos son consistentes con investigaciones previas, como las de Humpire E. y García et al., también presentan discrepancias con estudios como los de Inga S., Chávez M. y Torres J., que sugieren que el contexto social, el género y las etapas de desarrollo influyen en esta relación. Por lo tanto, es fundamental considerar estos factores contextuales para comprender de manera



más completa cómo la soledad y la adicción a las redes sociales interactúan entre sí en diferentes poblaciones.

La relación entre la adicción a redes sociales y la soledad romántica en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno, tuvo un P Valor de 0,000 ( $p < 0,05$ ), y Rho con un valor de 0.365, lo cual muestra una relación positiva media. Según se observa en la tabla N.º 3, el 56,3% de los jóvenes tuvo un nivel alto de adicción a las redes sociales y un nivel medio de soledad romántica. Esto sugiere que los jóvenes que experimentan soledad romántica, un estado emocional que se caracteriza por la falta de conexiones íntimas, tiende a recurrir a las redes sociales como una forma de mitigar su anhelo de interacción emocional. Así, las redes sociales podrían funcionar como un medio para compensar la ausencia de relaciones afectivas íntimas. Esta dinámica resalta la complejidad de la soledad romántica, que está influenciada por factores personales y culturales.

La relación entre la adicción a redes sociales y la soledad familiar en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno, pues hubo un P Valor. de 0,000 (P Valor  $< 0,05$ ), el Rho de 0,378 indica una relación positiva y con intensidad media. Tal como se aprecia en la tabla N.º 4, el 52,6% de los jóvenes tuvo nivel alto de adicción a las redes sociales y un nivel medio de soledad familiar. Estos datos son corroborados por el estudio de Pari Y. quien encontró que el uso de los Smartphone tiene una relación significativa positiva media con las relaciones familiares en estudiantes universitarios, con una correlación de Pearson de  $r = 0,632$ , con un nivel de significancia  $p = 0,000$  siendo esta menor al 5% ( $p < 0.05$ ), además se muestra que el 49% de la población estudiada usaban los smartphones para el uso de redes sociales, teniendo este factor como uno de las principales factores para el deterioro en la relación familiar (46). Así mismo, en el estudio de Inga S. se encontró que, en relación a la convivencia, se hallaron diferencias



significativas únicamente en el factor de la adicción a redes sociales. Los participantes que viven solos muestran un mayor uso excesivo de estas plataformas en comparación con aquellos que residen con sus familias (8). Estos resultados muestran que, la soledad familiar se presenta como un factor que impulsa a los jóvenes a buscar conexiones a través de plataformas digitales, reflejando una necesidad de compensar el aislamiento emocional. Esta interconexión sugiere que tanto la calidad de las relaciones familiares como el contexto de convivencia son elementos cruciales para entender el comportamiento en redes sociales, evidenciando un patrón en el que la falta de interacciones significativas en el hogar puede intensificar la dependencia de estas herramientas digitales. Van Tilburg y Dykstra mencionan que las experiencias que se forman en el ambiente familiar favorecen a formar vínculos que protegen contra los sentimientos como la soledad (23). Por ende, se evidencia que, si no existe una relación familiar, los jóvenes buscan otra alternativa en la cual sentirse incluidos, en este caso las redes sociales.

En efecto, el estudio muestra una preocupante relación entre la adicción a las redes sociales y la soledad familiar en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano. Estos hallazgos sugieren que los jóvenes, al enfrentar el vacío emocional en sus entornos familiares, recurren a las redes sociales como un mecanismo de compensación. Sin embargo, este uso excesivo puede crear un ciclo vicioso que no solo perpetúa la soledad, sino que también deteriora aún más las relaciones familiares. Los resultados son consistentes con los de Pari Y., que subrayan cómo el uso de smartphones en relación al uso excesivo de las redes sociales contribuye a la fragilidad de las dinámicas familiares(46), y con los de Inga S., que revelan que los jóvenes que viven solos son particularmente vulnerables a esta adicción (8).



La adicción a redes sociales y la soledad social en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno, se encontró que hubo un valor de P Valor de 0,000 ( $p. < 0,05$ ), el Rho de 0,342 muestra una relación positiva y media. Según se observa en la tabla N.º 5, el 67,4% de los jóvenes tuvo un nivel alto de adicción a las redes sociales y un nivel medio de soledad social.

Mientras que, Humpire E. no encontró relación entre la adicción a las redes sociales y la soledad social, pues se identifica un nivel medio de adición a redes sociales (52.73%) y un nivel de soledad social alto (29.09%)(5). La discrepancia de estos resultados y la presente investigación, pueden atribuirse a las características de las poblaciones estudiadas. En la investigación, se encontró una relación significativa entre la soledad social y la adicción a redes sociales, mientras que Humpire reportó un alto nivel de soledad social, pero no halló una conexión con la adicción a redes sociales, posiblemente debido a su enfoque en la soledad emocional. Esto sugiere que los diferentes tipos de soledad pueden influir de manera distinta en el uso de plataformas digitales, lo que explica las discrepancias observadas en los resultados. Por su parte, Chavez encontró que un 30 % de su población estudiada presenta un alto nivel de soledad, y dentro de esta el 28% presenta tendencia a alejarse de su entorno social de forma voluntaria (6). Un aspecto relevante es que, en este estudio, el 90% de los participantes fueron mujeres, lo que puede haber influido en la percepción y la experiencia de la soledad social. Las mujeres tienden a establecer redes de apoyo más amplias y fuertes, lo que podría haber contribuido a una menor incidencia de soledad social en esa población. mientras que la investigación se llevó a cabo con una muestra equitativa en términos de género.

Si bien Amezaga, et al. examina cómo la soledad impacta en el uso de redes sociales, destacando su función ambivalente. Por un lado, estas plataformas permiten a los usuarios crear y fortalecer conexiones, facilitando la interacción con personas afines.



Por otro, generan desconfianza hacia vínculos que no se validan en encuentros cara a cara, ya que en su mayoría de estos jóvenes no socializan físicamente, entonces esta relación de soledad social y adicción a redes sociales de acuerdo a nuestro estudio la soledad conllevará a buscar conexión a través de las redes sociales, es decir la necesidad de conexión social puede llevar a un mayor uso de redes sociales, con la expectativa de formar vínculos que alivien la soledad(16).

Justamente, la investigación demuestra que la adicción a las redes sociales está significativamente asociada con la soledad social en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno, evidenciando la necesidad de conexión social como un motor para el uso de estas plataformas. En contraste, Humpire E. no encontró esta relación, posiblemente debido a su enfoque en diferentes tipos de soledad y las características demográficas de su muestra. Además, el estudio de Chávez M., con una mayoría de participantes mujeres, sugiere que las redes de apoyo más fuertes pueden mitigar la percepción de soledad. Estos hallazgos resaltan la importancia de considerar cómo el contexto y la composición del grupo poblacional influyen en las dinámicas de soledad social y su vínculo con el uso de redes sociales.

Al describir el nivel de adicción a redes sociales según sexo en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno, según la tabla N.º 7, de los 179 jóvenes de sexo femenino, el 97,2% tuvo nivel medio de alto de adicción a las redes sociales. Por otro lado, de los 201 jóvenes de sexo masculino, el 94,0% tuvo nivel alto de adicción a las redes sociales. En la investigación de Chávez M. revela que en una muestra predominantemente femenina (90%) de jóvenes entre 16 y 29 años, un 57% de las participantes muestra signos de adicción a las redes sociales (6). En contraste, entre la minoría masculina (10%), también se observa una presencia de adicción, aunque no se especifican cifras exactas. Esto sugiere que la adicción a las redes sociales es más



prevalente en las mujeres de este grupo etario, lo que podría reflejar diferencias en el uso y la percepción de estas plataformas entre géneros., García et al . obtuvo en su investigación que el 37.64 % de las mujeres presentaba una adicción a las redes sociales mientras que en la población masculina se obtuvo que el 36.26 % presento adicción a las redes sociales, de lo cual se desprende una mayor adicción a las redes sociales por parte del género femenino al igual que en nuestro estudio (45). Sin embargo, dicha diferencia es mínima si tenemos en cuenta que el valor porcentual de diferencia entre ambos sexos en nuestra investigación es de 3.2%, y del realizado en la investigación de García et al. es de apenas el 1,38%. Dicha diferencia puede estar sustentada en el hecho de que García et al. realiza su investigación en una muestra no probabilística, por otro lado, la proporción hombre-mujer en la investigación de Chávez M. y García et al. es considerada una limitante importante en su investigación, motivo por el cual no puede ser generalizable. Sin embargo, en nuestra investigación se realizó un muestreo de tipo probabilístico, y contando con una muestra más proporcionada de género por lo cual, es un resultado generalizable.

Al describir el nivel de adicción a las redes sociales según la edad en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno, se evidencia en la tabla N.º 7 que, de los 123 jóvenes de entre 16 y 19 años, el 98.4% presenta un alto nivel de adicción a estas plataformas. Por su parte, entre los 226 jóvenes de 20 a 24 años, el 93.8% también se encuentra en un nivel alto de adicción. Además, de los 31 jóvenes de 25 años o más, el 96.8% muestra un alto nivel de adicción a las redes sociales. Estos resultados coinciden con el estudio de Inga S. quien revela que los universitarios de Lima, con edades entre 18 y 38 años, presentan un alto nivel de adicción a las redes sociales (8). Estos estudios reflejan el uso significativo de estas plataformas en diferentes etapas de la juventud,



aunque resaltan distintos niveles de adicción y sus implicaciones para la salud mental, dependiendo de la edad y el contexto social.

En contraste, el estudio de Torres J. en estudiantes de 14 a 18 años revela que el 5.8% tiene un nivel bajo de adicción, el 41.9% presenta un nivel medio y el 51.9% muestra un nivel alto de adicción(7). Estos resultados indican que más de la mitad de su población estudiada también experimenta una alta adicción a las redes sociales. La Organización Mundial de la Salud (OMS) subraya la importancia de la salud mental como un equilibrio que permite a los individuos manejar el estrés y contribuir a su entorno social. Sin embargo, la adolescencia es un periodo crítico en el que los jóvenes son susceptibles a trastornos como la ansiedad y la depresión, condiciones que pueden verse agravadas por la presión social, especialmente amplificadas por el uso de redes sociales.

Por lo tanto, el estudio en la Universidad Nacional del Altiplano Puno revela que el 97.2% de las jóvenes y el 94.0% de los jóvenes presentan un alto nivel de adicción a las redes sociales, lo que indica una prevalencia alarmante en ambos sexos, aunque más marcada en las mujeres. Estos resultados son coherentes con el estudio de García et al., que también encontró una mayor adicción en el sexo femenino, aunque la diferencia entre géneros es mínima (3.2% en este estudio frente al 1.38% en el de García. En términos de edad, el 98.4% de los jóvenes de 16 a 19 años, el 93.8% de aquellos de 20 a 24 años y el 96.8% de los mayores de 25 años también presentan un alto nivel de adicción (45). Estos datos sugieren que la adicción a las redes sociales es un fenómeno que afecta a la mayoría de los jóvenes independientemente de su edad, lo que contrasta con el estudio de Torres J., donde solo el 51.9% de los estudiantes de 14 a 18 años mostraron un alto nivel de adicción (7). Estos hallazgos resaltan la importancia de abordar la adicción a las redes sociales entre los jóvenes, ya que su uso excesivo puede tener efectos adversos en la salud mental. Por lo tanto, es crucial implementar estrategias educativas y de prevención que



promuevan un uso saludable de las redes sociales, fomentando conexiones interpersonales significativas y reduciendo el riesgo de aislamiento social.

Al describir el nivel de soledad según sexo en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno, en la tabla N.º 8, se observa que, de los 179 jóvenes de sexo femenino, el 62,6% tuvo nivel medio de soledad. Por otro lado, de los 201 jóvenes de sexo masculino, el 64,2% tuvo nivel medio de soledad. Estos datos son corroborados por el estudio de García et al., en donde las mujeres presentan mayor soledad con  $M=5.94$ , a diferencia de los varones con  $M=5.32$  (45). Así mismo, Guimarães et al., en su estudio encontró que el sexo femenino es el género con mayor soledad a diferencia de los varones, en una población de 200 estudiantes distribuidos equitativamente (42). Mientras que Lichner et al., en su estudio, menciona que el sexo femenino presentó un  $m=24.4$ , y el sexo masculino un  $m=25.6$ , de esta manera nos muestra que el sexo masculino presentó un mayor nivel de soledad (41). En tal sentido, la soledad, como un sentimiento de desconexión y aislamiento, varía en función de factores individuales y socioculturales. Las características de la soledad, como la subjetividad y la multidimensionalidad, indican que cada grupo experimenta este estado de manera distinta. Por lo tanto, aunque los resultados en esta muestra sugieren niveles similares entre géneros, es esencial considerar el contexto cultural y social de los jóvenes, así como las dinámicas emocionales individuales que pueden influir en su percepción de la soledad. Esto sugiere que, si bien el sexo puede desempeñar un papel en la experiencia de la soledad, otros factores, como las relaciones interpersonales y el entorno social, también son cruciales en su comprensión.

Al describir el nivel de soledad según edad en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno, tal como se aprecia en la tabla N.º 8, de los 123 jóvenes de edad entre 16 a 19 años, el 63,4% tuvo nivel medio de soledad. Por su parte, de los 226 jóvenes, la



edad entre 20 a 24 años, el 62,8% tuvo nivel medio de soledad. A su vez, de los 31, jóvenes de edad entre 25 a más años, el 67,7% tuvo nivel medio de soledad. En el estudio de Alexandrova et al. Participaron dos grupos de personas, entre adultos mayores de 60 años, y en el otro grupo se encontraba la adultez temprana y media de entre 20 a 50 años, al aplicar el método de varimax se evidenció que el nivel de soledad era mayor en los adultos mayores, así mismo el nivel de soledad aumentaba en relación a la mayoría de edad para el segundo grupo (43). Además, Humpire E. muestra que participantes de entre 18 a 28 años, se observa que la mayoría experimenta un nivel alto de soledad (36.36%) (5). Así mismo, Torres J. en su estudio muestra que participantes de entre 14 a 18 años, el 56.4 %, tuvo un nivel medio de soledad (7). En tal sentido, estos resultados sugieren que la soledad es una experiencia común entre los jóvenes de distintas edades, aunque el nivel alto de soledad se presenta con mayor frecuencia en el grupo más adulto. La soledad puede aumentar con la edad, aunque en este contexto específico, los niveles se mantienen relativamente estables y moderados.

De este modo, la investigación en la Universidad Nacional del Altiplano Puno revela que el 62.6% de las jóvenes y el 64.2% de los jóvenes presentan un nivel medio de soledad, lo que sugiere que ambos sexos experimentan esta condición de manera similar. Sin embargo, estudios previos muestran discrepancias, con algunos indicando que las mujeres tienden a experimentar mayor soledad, mientras que otros sugieren lo contrario. En términos de edad, el 63.4% de los jóvenes de 16 a 19 años, el 62.8% de los de 20 a 24 años y el 67.7% de los de 25 años o más reportan niveles medios de soledad. Estos datos indican que, aunque la soledad se presenta de manera constante entre diferentes grupos de edad, su percepción puede aumentar en los mayores de 25 años. Este fenómeno refleja la complejidad de la soledad, que no solo depende del sexo y la edad, sino factores como la falta de conexiones interpersonales significativas, la calidad de las relaciones y el apoyo



social son determinantes clave en la experiencia de la soledad. Por tanto, es crucial fomentar conexiones significativas para abordar y mitigar la sensación de aislamiento en los jóvenes.



## V. CONCLUSIONES

**PRIMERA:** Existe la relación entre la adicción a las redes sociales y la soledad, cuya fuerza de correlación es positiva media. Estos resultados sugieren que, a mayores niveles de soledad mayor será la adicción a redes sociales y viceversa.

**SEGUNDA:** Existe una relación entre la adicción a redes sociales y la soledad romántica, cuya fuerza de correlación es positiva media. Estos resultados sugieren que, a mayores niveles de soledad romántica, mayor será la adicción a redes sociales.

**TERCERA:** Existe relación entre la adicción a las redes sociales y la soledad familiar, cuya fuerza de correlación es positiva media. Estos resultados sugieren que, a mayores niveles de soledad familiar, mayor será la adicción a redes sociales.

**CUARTA:** Existe una relación entre la adicción a las redes sociales y la soledad social, cuya fuerza de correlación es positiva media. Estos resultados sugieren que, a mayores niveles de soledad social, mayor será la adicción a redes sociales.

**QUINTA:** Se revela que, tanto jóvenes de sexo femenino como masculino, así como los diferentes grupos etarios presentan niveles medios de soledad.

**SEXTA:** Se evidencia que, tanto jóvenes de sexo femenino como masculino presentan altos niveles de adicción a las redes sociales, siendo más pronunciada en el sexo femenino. Además, al analizar la adicción según la edad, se observa



que esta condición afecta a la mayoría de los jóvenes, con porcentajes elevados en todos los grupos etarios.



## VI. RECOMENDACIONES

**PRIMERO:** Al vicerrectorado académico a través de la oficina de tutoría y servicio pedagógico, se recomienda desarrollar programas de prevención y sensibilización sobre la adicción a redes sociales y su relación con la soledad. Esto podría incluir talleres y seminarios enfocados en estrategias para fomentar interacciones cara a cara y fortalecer las relaciones interpersonales, así como crear un entorno donde los estudiantes se sientan cómodos compartiendo sus experiencias emocionales

**SEGUNDO:** A los estudiantes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno, se sugiere que tomen conciencia de su uso de redes sociales y cómo este afecta su bienestar. Se les anima a establecer límites en su tiempo de conexión y a buscar actividades que promuevan relaciones significativas en el ámbito físico. Además, se les invita a participar en grupos o actividades que les permitan desarrollar habilidades sociales y establecer vínculos auténticos.

**TERCERO:** A los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano Puno, que desarrollen futuras investigaciones, se sugiere explorar más a fondo los factores contextuales y demográficos que pueden influir en la relación entre la soledad y la adicción a redes sociales. Estudios longitudinales podrían ofrecer una visión más clara sobre cómo estas dinámicas evolucionan a lo largo del tiempo. También se sugiere incluir diversas poblaciones universitarias para obtener una perspectiva más amplia sobre este fenómeno y su impacto en la salud mental de los jóvenes.



## VII. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. OMS. OMS | Salud mental: fortalecer nuestra respuesta [Internet]. Nota descriptiva N°220. 2022. p. 1. Disponible en: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs220/es/>
2. Díaz S. Impacto de las redes sociales en la salud mental de los adolescentes y como ello afecta a diferentes variables psicológicas. Univ Eur [Internet]. 2022; Disponible en: [https://titula.universidadeuropea.com/bitstream/handle/20.500.12880/3193/Selina\\_Manzanero\\_Tfg.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://titula.universidadeuropea.com/bitstream/handle/20.500.12880/3193/Selina_Manzanero_Tfg.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
3. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Acceso y uso de internet en el primer trimestre de 2022. INEI [Internet]. 27 de junio de 2022;2. Disponible en: <https://m.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/noticias/nota-de-prensa-no-111-2022-inei.pdf>
4. Navarro A. El impacto de las redes sociales en la Salud Mental [Internet]. Antonio Navarro Psicólogos. 2018. p. 1-7. Disponible en: <https://antonionavarropsicologos.com/el-impacto-de-las-redes-sociales-en-la-salud-mental/>
5. Humpire Romero E de M. Adicción a redes sociales y experiencia de soledad en jóvenes universitarios de Arequipa. [Internet]. Universidad Católica de Santa María. [Arequipa, Perú.]: Universidad Católica Santa María; 2022. Disponible en: <https://repositorio.ucsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12920/11847/76.0471.P.S.pdf?.sequence=1&isAllowed=y>
6. Chavez Guzman MA. Relación entre adicción a las redes sociales, soledad y aislamiento en jóvenes de una universidad trujillana. [Internet]. Universidad Privada del norte. [Trujillo, Perú.]: Universidad Privada del Norte; 2015 [citado 15 de diciembre de 2024]. Disponible en: <https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/10770>
7. Torres Donayres JB. La soledad y la adicción a las redes sociales en adolescentes [Internet]. Universidad Continental. [Huancayo]: Universidad Continental; 2022.



Disponible en: [repositorio.continental.edu.pe/handle/20.500.12394/11499](https://repositorio.continental.edu.pe/handle/20.500.12394/11499)

8. Inga Reyes S. Adicción a redes sociales, cansancio emocional y sentimiento de soledad en jóvenes universitarios. [Internet]. Universidad San Ignacio de Loyola. [Lima, Perú.]: Universidad San Ignacio de Loyola; 2020 [citado 15 de diciembre de 2024]. Disponible en: [repositorio.usil.edu.pe/entities/publication/3eb23a62-cb53-485d-b2bf-dd8bf2abcd09](https://repositorio.usil.edu.pe/entities/publication/3eb23a62-cb53-485d-b2bf-dd8bf2abcd09)
9. Onofre Cervantes LA. Correlación entre la adicción por las redes sociales y el comportamiento de los estudiantes de la escuela profesional de ingeniería civil de la universidad nacional del altiplano de puno - 2018. [Internet]. Universidad Nacional del Altiplano. [Puno, Perú.]: Universidad Nacional del Altiplano; 2019. Disponible en: <https://repositorio.unap.edu.pe/handle/20.500.14082/11880>
10. Centro Bonanova. ADICCIONES [Internet]. Centro bonanova, Medico Psicológico. 2021. p. 1-5. Disponible en: <https://www.centrobonanova.com/que-es-una-adiccion/>
11. Echeburúa E, Requesens A. Adicción a las redes sociales y nuevas tecnologías en niños y adolescentes. [Internet]. 1.<sup>a</sup> ed. Pirámide, editor. Vol. 1. Madrid, España.: Ediciones Pirámide; 2012. 4-157 p. Disponible en: <http://omextad.salud.gob.mx/contenidos/investigaciones/Guiaparaeducadores.pdf>
12. Yoshiaki H. La “adicción al vínculo social” a través de internet en Japón. Nippon.com [Internet]. 25 de octubre de 2013;1:1-7. Disponible en: <https://www.nippon.com/es/currents/d00102/>
13. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Nota de Prensa N° 111: El 72,5% de la población de 6 y más años de edad del país accedió a internet en el primer trimestre de 2022. INEI [Internet]. 27 de junio de 2022;2. Disponible en: <https://m.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/noticias/nota-de-prensa-no-111-2022-inei.pdf>
14. Santander Open Academy. ¿Qué son las redes sociales? [Internet]. Open Academy. 2023. p. 1-8. Disponible en: <https://www.santanderopenacademy.com/es/blog/tipos-de-redes-sociales.html>
15. Bou-Hamad I. The impact of social media usage and lifestyle habits on academic



- achievement: Insights from a developing country context. *Child Youth Serv Rev* [Internet]. noviembre de 2020;118(November):1-5. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0190740920311713?via%3Dihub>
16. Amezaga A, López C, Sábada I, González Javier. El fenómeno FOMO: fear of missing out [Internet]. *Orbium Adicciones*. 2020. p. 1-3. Disponible en: <https://orbiumadicciones.com/nuevas-tecnologias/fenomeno-fomo-fear-of-missing-out/#:~:text=El fen3meno de FOMO actúa,forma compulsiva las redes sociales.>
  17. McGinnis PJ. *The FOMO Sapiens Handbook* [Internet]. 1.<sup>a</sup> ed. Patrick McGinnis, editor. Vol. 1. 2020. 1-35 p. Disponible en: <https://patrickmcginnis.com/wp-content/uploads/2019/09/The-FOMO-Sapiens-Handbook-by-Patrick-J.-McGinnis.pdf>
  18. Kalinin L, Cudo H, Smith P, Smith T, Błachnio M. The Effects of Self-Control and Self-Awareness on. *Eureka* [Internet]. 31 de marzo de 2023;1(1):1-13. Disponible en: <https://journals.library.ualberta.ca/eureka/index.php/eureka/article/view/28781/21081>
  19. Zahrai K, Veer E, Ballantine PW, Peter de Vries H. Conceptualizing Self-control on Problematic Social Media Use. *Australas Mark J* [Internet]. 12 de marzo de 2021;30(1):74-89. Disponible en: <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/1839334921998866?journalCode=anza>
  20. *America Mental Health. Soledad* [Internet]. *QueHacerAhora.org*, editor. CDC. Estados Unidos.; Disponible en: <https://www.cdc.gov/howrightnow/espanol/recursos/sobrellevando-la-soledad/pdfs/qha-soledad.pdf>
  21. *National Institute on Aging. Soledad y aislamiento social: Consejos para mantenerse conectado | National Institute on Aging* [Internet]. National Institute on Aging. 2024. p. 1-7. Disponible en: <https://www.nia.nih.gov/espanol/soledad-aislamiento-social-consejos-mantenerse-conectado>



22. Real Academia Española. Soledad. 2023;19-21. Disponible en: <https://dle.rae.es/soledad>
23. gierverld jong, tilburg van, dykstra P.A. Loneliness and isolation. Cambridge Univ Press. 2006;485-500.
24. Expósito F, Moya M. Percepción de la soledad. *Psicothema* [Internet]. 2000;12(4):579-85. Disponible en: <https://reunido.uniovi.es/index.php/PST/article/view/7764/7628>
25. Perlman D, Peplau LA. *Toward a Social Psychology of Loneliness*. 1981.
26. Barbenza ML, Montoya OA. El sentimiento de soledad. Su relacion con los factores de personalidad de eysenck. [Internet]. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80523107>
27. Paucar SVA. Nivel de conocimiento sobre inmunizaciones en madres de niños menores de cinco años del puesto de Salud Hábitat Humanity Puno-2018 [Internet]. [Puno, Perú.]: Universidad Privada San Carlos; 2019. Disponible en: [http://repositorio.upsc.edu.pe/bitstream/handle/UPSC/4399/Ronald\\_Baroni\\_CHE\\_CALLA\\_CARBAJAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.upsc.edu.pe/bitstream/handle/UPSC/4399/Ronald_Baroni_CHE_CALLA_CARBAJAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
28. Dykstra PA, Fokkema T. Social and emotional loneliness among divorced and married men and women: Comparing the deficit and cognitive perspectives. *Basic Appl Soc Psych*. 2007;29(1):1-12.
29. Degges-White S. The 3 Types of Loneliness and How to Combat Them [Internet]. *Psychology Today*. 2019. p. 1-2. Disponible en: <https://www.psychologytoday.com/intl/blog/lifetime-connections/201907/the-3-types-loneliness-and-how-combat-them?collection=1138930>
30. PSICOLOGÍA DE A PIE. Diferentes tipos de soledad [Internet]. psicología de a pie. Disponible en: <https://www.psicologiadeapie.com/tipos-de-soledad/>
31. Cataluña D. Tipos de Soledad Soledad Existencial [Internet]. Instituto europeo de psicología positiva. 2023. Disponible en: <https://www.iepp.es/tipos-de-soledad/>
32. Trujillo-león YI, Casique-casique L, Morales-jinez A, Álvarez-aguirre A. Soledad en el adulto mayor: Análisis de concepto. *Eureka* [Internet]. 1 de junio de



- 2021;18(1):257-71. Disponible en:  
<https://psicoeureka.com.py/sites/default/files/articulos/eureka-18-M-22.pdf>
33. Adamczyk K. An Investigation of Loneliness and Perceived Social Support Among Single and Partnered Young Adults. *Curr Psychol* [Internet]. 2016;35:674-89. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1007/s12144-015-9337-7>
34. Yárnoz S. Adaptación al castellano de la escala para la evaluación de la soledad social y emocional en adultos SESLA-S. *Int J Psychol Psychol Ther* [Internet]. 2008;8(1):103-16. Disponible en:  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2541636>
35. Cacioppo JT, Hawkley LC. Perceived social isolation and cognition. Vol. 13, *Trends in Cognitive Sciences*. 2009. p. 447-54.
36. Peiró R. Teoría del refuerzo [Internet]. *economipedia*. 2021. Disponible en:  
<https://economipedia.com/definiciones/teoria-del-refuerzo.html>
37. Turkle S. *Reclaiming Conversation : The Power of Talk in digital age* [Internet]. 1.ª ed. Books P, editor. Barcelona, España: Atico de los Libros; 2015. 448 p. Disponible en: <https://reclaiming-conversation-power-talk-digital/dp/0143109790>
38. Comunidad de Madrid. Prevención de adicciones [Internet]. Madrid. 2024. Disponible en: <https://www.comunidad.madrid/servicios/salud/prevencion-adicciones>
39. MORÁN J. Redes sociales [Internet]. *RD STATION*. 2019. p. 221-32. Disponible en: <https://www.rdstation.com/es/redes-sociales/>
40. UNESCO. Juventud [Internet]. Informe Mundial sobre la Juventud. Brasil; 2020. Disponible en: <https://www.unesco.org/es/youth>
41. Lichner V, Žiaková E, DiTommaso E. Assessment the loneliness of slovak adolescents: Adaptation of the social and emotional loneliness scale for adults (SELSA-S) to adolescents and verification of psychometric attributes in the Slovak version [Internet]. Vol. 29, *Journal of Psychological and Educational Research*. Eslovaquia; 2021. p. 34-56. Disponible en:  
[https://www.researchgate.net/publication/349350323\\_ASSESSMENT\\_THE\\_LO](https://www.researchgate.net/publication/349350323_ASSESSMENT_THE_LO)



NELINESS\_OF\_SLOVAK\_ADOLESCENTS\_ADAPTATION\_OF\_THE\_SOCIAL\_AND\_EMOTIONAL\_LONELINESS\_SCALE\_FOR\_ADULTS\_SELSSA-S\_TO\_ADOLESCENTS\_AND\_VERIFICATION\_OF\_PSYCHOMETRIC\_ATTRIBUTES\_IN\_THE\_SLOVAK\_VERS

42. Guimarães L, Nunes P, Marcolino G, Cardoso C, Nascimento P. Social and Emotional Loneliness Scale: psychometrics evidences in the Brazilian northeast [Internet]. Vol. 13, Ciencias Psicologicas. [Brasil]: universidade Federal da Paraiba; 2019. Disponible en: <https://revistas.ucu.edu.uy/index.php/cienciaspsicologicas/article/view/1885/1860>
43. Alexandrova N, Babakova L. Psychometric Indicators of the Social and Emotional Loneliness Scale for Adults - Short Version (Selsa-S) in Bulgaria. Proc CBU Soc Sci [Internet]. 2020;1(i):10-5. Disponible en: <https://ojs.cbuic.cz/index.php/pss/article/view/38/134>
44. Aguilar Molina ER. Factores asociados a la percepción de soledad social y emocional en estudiantes de psicología de la Universidad Católica San Pablo , Arequipa [Internet]. Universidad Católica San Pablo. [Arequipa, Perú]: Universidad Católica San Pablo; 2015. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.12590/15453>
45. Garcia Garcia RM, Ramirez HUarcaya NA. Soledad y Adicción a Redes Sociales durante pandemia en universitarios Limeños [Internet]. Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas (UPC). [Lima, Perú]: Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas; 2021. Disponible en: <http://hdl.handle.net/10757/658467>
46. Pari Ccama Y. Relación del uso de los smartphome en las relaciones familiares en estudiantes universitarios de la f.t.s. Una Puno. [Internet]. Universidad Nacional del Altiplano. [Puno, Peru]: Universidad Nacional del Altiplano; 2019. Disponible en: <https://repositorio.unap.edu.pe/handle/20.500.14082/15460>
47. Sampieri Hernández R, Collado Fernández C, Baptista Lucio M del P. Metodología de la Investigación. Vol. 53. Mexico; 2015. 634 p.
48. Roche M, Bourges J, Cortes J, Mattos R. Climatología e hidrología de la cuenca del lago Titicaca. El lago Titicaca Síntesis del Conoc limnológico actual. 1991;70-



83.

49. Maps G. Universidad Nacional del Altiplano [Internet]. 2023. Disponible en:  
<https://transparencia.unap.edu.pe/web/>
50. Ecurra Mayaute M, Salas Blas E. Construction and Validation of the  
Questionnairy of Social Networking Addiction (Sna). Lib Lima [Internet].  
2014;1729-4827. Disponible en:  
<https://www.redalyc.org/pdf/686/68631260007.pdf>

## ANEXOS

### ANEXO 1. Matriz de consistencia.

#### ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y RELACIÓN CON LA SOLEDAD EN JÓVENES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

| PREGUNTA DE INVESTIGACION    | HIPÓTESIS  | OBJETIVOS   | VARIABLES  | MÉTODOS   | PRUEBA ESTADÍSTICA   |
|------------------------------|--|---|--|---|--|
| <b>Pregunta General</b>      | <b>H. Alternativa:</b><br>Existe relación entre la adicción a redes sociales y la soledad en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.  | <b>Objetivo General</b><br>Analizar la relación entre la adicción a redes sociales y la soledad en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.                     | <b>Variable (s):</b><br><br><b>Variable 1:</b><br>• Adicción a las redes sociales<br><b>Variable 2:</b><br>• Soledad   | <b>Tipo y diseño</b><br><br><b>Tipo:</b> No experimental, descriptiva<br><b>Diseño:</b> Correlacional transversal.  | <b>Correlación de Spearman</b><br><br>$p = 1 - \frac{6\sum d^2}{n(n^2 - 1)}$ |
| <b>Preguntas específicas</b> | <b>HIPÓTESIS ESPECÍFICAS (en caso amerite)</b><br>Existe un nivel bajo de adicción a redes sociales en relación con la soledad romántica en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno. | <b>Objetivos específicos:</b><br>Identificar la relación de la soledad romántica y la adicción a redes sociales en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno. | <b>Dimensiones de la (s) variables:</b><br><br><b>Adicción a redes sociales.</b><br>• Obsesión por las redes sociales (ítem 2,3,5,6,7,13,15,19,22,23)<br>• Falta de control personal en el uso de redes sociales (ítem 4,11,12,14,20,24) | <b>Población y muestra</b><br><br><b>Población:</b> Está constituida por 18449 estudiantes entre varones y mujeres.<br><b>Muestra: Formula</b> 377<br><b>Tipo de muestreo:</b> Conglomerado |  |

|  |  |  |   |   |  |
|--|--|--|---|---|--|
| <p>¿Cómo influye la soledad familiar en la adicción a redes sociales en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno?</p> | <p>Existe un nivel medio de adicción a redes sociales en relación con la soledad familiar en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno</p> | <p>Identificar la relación de la soledad familiar y la adicción a redes sociales en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Uso excesivo de las redes sociales (ítem 1,8,9,10,16,17,18,21)</li> </ul> <p><b>Soledad.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Soledad Romántica (3,6,10,14,15)</li> <li>• Soledad Familiar (1,4,8,11,12)</li> <li>• Soledad Social (2,5,7,9,13)</li> </ul> | <p><b>Técnicas e instrumentos</b></p> <p><b>Técnica:</b> La encuesta.<br/><b>Instrumento:</b> Será el cuestionario que se estudiará mediante la Escala de SELSA-S Y el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS).</p> |  |
| <p>¿Cómo influye la soledad social en la adicción a redes sociales en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno?</p>   | <p>Existe un nivel alto de adicción a redes sociales en relación con la soledad social en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.</p>   | <p>Identificar la relación de la soledad social y la adicción a redes sociales en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.</p>   |   |   |  |



## **ANEXO 2.** Instrumentos de recolección de datos.

### **UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO**

#### **ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA**

Estimado (a) Compañero (a):

Se ha elaborado estos cuestionarios como parte del estudio de investigación titulado: **ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y RELACIÓN CON LA SOLEDAD EN JÓVENES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO**”, con el objetivo de analizar la relación entre la adicción a redes sociales y la soledad en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno, para ello es necesaria su respuesta sincera en cada uno de los ítems de los cuestionarios. Cabe recalcar que los presentes cuestionarios son completamente anónimos, por lo que le solicito su total veracidad en el desarrollo del mismo.

Gracias.

#### **INSTRUCCIONES:**

Marque con un aspa (X) en los enunciados convenientes de acuerdo con lo que usted considere, cada enunciado tiene opciones de respuesta:



**Identificación:**

**Lugar de Procedencia:**

.....

**Escuela profesional:**

.....

Indique su edad [ ] en años cumplidos

Indique su sexo: varón [ ] mujer [ ]

**ESCALA DE EVALUACIÓN DE LA SOLEDAD SOCIAL Y EMOCIONAL EN ADULTOS (SELSA-S)**

| Totalmente en desacuerdo | Muy en desacuerdo | Un poco en desacuerdo | Ni de acuerdo, ni en desacuerdo | Un poco de acuerdo | Muy de acuerdo | Totalmente de acuerdo |
|--------------------------|-------------------|-----------------------|---------------------------------|--------------------|----------------|-----------------------|
| 1                        | 2                 | 3                     | 4                               | 5                  | 6              | 7                     |

| Afirmaciones |  | Respuestas |   |   |   |   |   |   |
|--------------|--|------------|---|---|---|---|---|---|
| 1            | Me siento sólo cuando estoy con mi familia.  | 1          | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 2            | Me siento parte de un grupo de amigos.   | 1          | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 3            | Tengo una pareja con quien comparto mis pensamientos y sentimientos más íntimos.                                       | 1          | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 4            | No hay nadie en mi familia con quien me gustaría contar para que me apoye y estimule, Pero me gustaría que lo hubiera. | 1          | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 5            | Mis amigos comprenden mis motivos y mi forma de razonar.   | 1          | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 6            | Tengo una pareja que me ha dado todo el apoyo y estímulo que necesito.   | 1          | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 7            | No tengo amigos que compartan mis puntos de vista. Pero me gustaría tenerlos.  | 1          | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8            | Me siento cercano a mi familia.  | 1          | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 9            | Puedo contar con mis amigos para que me ayuden.  | 1          | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 10           | Desearía tener una relación romántica más satisfactoria.   | 1          | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 11           | Me siento parte de mi familia.   | 1          | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 12           | Mi familia realmente cuida de mí.  | 1          | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 13           | No tengo ningún amigo que me comprenda. Pero me gustaría tenerlo.  | 1          | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 14           | Tengo una pareja sentimental y contribuyo a su felicidad.  | 1          | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 15           | Tengo una necesidad insatisfecha de una relación romántica íntima.   | 1          | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |



## CUESTIONARIO DE ADICCIÓN A REDES SOCIALES (ARS)

S=SIEMPRE

CS=CASI SIEMPRE

AV= A VECES

RV= RARAS VECES

N= NUNCA

| N.º DE ITEM | DESCRIPCION   | RESPUESTAS |    |    |    |   |
|-------------|---|------------|----|----|----|---|
|             |   | S          | CS | AV | RV | N |
| 1           | Me siento en armonía con las personas que me rodean   |            |    |    |    |   |
| 2           | Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.                    |            |    |    |    |   |
| 3           | El tiempo que antes destinaba para estar conectado (a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más. |            |    |    |    |   |
| 4           | Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.  |            |    |    |    |   |
| 5           | No sé qué hacer cuando quedo desconectado (a) de las redes sociales.  |            |    |    |    |   |
| 6           | Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a redes sociales.   |            |    |    |    |   |
| 7           | Me siento ansioso (a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.  |            |    |    |    |   |
| 8           | Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.  |            |    |    |    |   |
| 9           | Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.   |            |    |    |    |   |
| 10          | Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.               |            |    |    |    |   |
| 11          | Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.   |            |    |    |    |   |
| 12          | Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales                                  |            |    |    |    |   |
| 13          | Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días   |            |    |    |    |   |
| 14          | Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales                |            |    |    |    |   |
| 15          | Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales             |            |    |    |    |   |
| 16          | Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales                            |            |    |    |    |   |
| 17          | Permanezco mucho tiempo conectado (a) a las redes sociales  |            |    |    |    |   |



|    |  |  |  |  |  |  |
|----|--|--|--|--|--|--|
| 18 | Estoy atento (a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora                                     |  |  |  |  |  |
| 19 | Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado (a) a las redes sociales.   |  |  |  |  |  |
| 20 | Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.  |  |  |  |  |  |
| 21 | Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.   |  |  |  |  |  |
| 22 | Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales. |  |  |  |  |  |
| 23 | Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).  |  |  |  |  |  |
| 24 | Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.  |  |  |  |  |  |



**ANEXO 3.** Formulario de consentimiento informado.

**UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO**

**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA**

**CONSENTIMIENTO INFORMADO**

El título de investigación es **ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y RELACIÓN CON LA SOLEDAD EN JÓVENES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO**, la presente investigación es dirigida por la bachiller en Enfermería ..... y el objetivo de la investigación es analizar la relación entre la adicción a redes sociales y la soledad en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno, la participación en este estudio es de manera voluntaria. La información que se recopilará será confidencial, la cual no será utilizada para otros propósitos ajenos a esta investigación. La respuesta que dé en el cuestionario será analizada en una base de datos usando un número de identificación por lo tanto estas serán anónimas.

Si tiene dudas acerca de las preguntas de los cuestionarios, puede realizarlo a las investigadoras.

Acepto participar voluntariamente en esta investigación, reconozco que la información que yo provea en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera los de esta investigación sin mi consentimiento.

\_\_\_\_\_

Firma del participante

\_\_\_\_\_

Firma del investigador



#### ANEXO 4. Carta de compromiso.

**Universidad Nacional del Altiplano - Puno**  
**FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD**  
**E.P. NUTRICIÓN HUMANA**  
**03/07/24**  
**RECEPCIÓN SECRETARIA**  
Firma 

**CARTA DE COMPROMISO**

**INSTITUCIÓN:** Universidad Nacional del Altiplano, escuela profesional de nutrición humana

**INVESTIGADORAS:**

- Brenda Eliana Castro Calderon
- Milagros Rosa Castro Calderon

**TITULO DEL PROYECTO:** ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y RELACIÓN CON LA SOLEDAD EN JÓVENES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO 2024

Nosotras, BRENDA ELIANA CASTRO CALDERON identificada, con DNI N° 73640557 y MILAGROS ROSA CASTRO CALDERON, identificada con DNI N° 73640556 bachilleres de enfermería, quienes actualmente venimos ejecutando el proyecto de tesis titulado “ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y RELACIÓN CON LA SOLEDAD EN JÓVENES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO 2024”, nos comprometemos a respetar la libre participación de los estudiantes en el presente estudio. Además, nos comprometemos a compartir los resultados de dicha investigación con las autoridades de la escuela profesional de nutrición humana, a fin de que ellos puedan utilizar dicha información de manera responsable, conforme crean pertinente y respetando el anonimato de los participantes.

  
Brenda Eliana Castro Calderon  
73640557

  
Milagros Rosa Castro Calderon  
73640556



**ANEXO 5.** Carta de autorización de la escuela profesional de nutrición.



"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"

Puno C.U., 13 de junio de 2024

**OFICIO N° 434-2024-D-FE-UNA-PUNO**

Señor Dr.  
**MOISÉS GUILLERMO APAZA AHUMADA**  
Decano de la Facultad de Ciencias de la Salud  
Universidad Nacional del Altiplano - Puno  
Ciudad.-



**ASUNTO: PRESENTA Y SOLICITA BRINDAR FACILIDADES A EGRESADAS DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA**

Es muy grato dirigirme a usted, para expresarle un afectuoso saludo, al mismo tiempo presento a las Bachilleres: Srta. Brenda Eliana Castro Calderón y Srta. Milagros Rosa Castro Calderón, egresadas de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno, con el fin de solicitar a su digna representada se sirva **autorizar** y brindar las facilidades del caso para la recolección de datos de **estudiantes de la Escuela Profesional de Nutrición Humana y Escuela Profesional de Odontología**, y su posterior ejecución del Proyecto de Investigación de Tesis conforme se detalla, bajo la dirección del Docente: Mg. Julio César Ramos Vilca.

| BACHILLERES RESPONSABLES            | PROYECTO DE INVESTIGACION DE TESIS   |
|-------------------------------------|--|
| Srta. BRENDA ELIANA CASTRO CALDERÓN | "Adicción a redes sociales y relación con la soledad en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno-2024". |
| Srta. MILAGROS ROSA CASTRO CALDERÓN |  |

Agradeciendo de antemano su gentil apoyo al presente, es oportuno renovar mi mayor consideración personal.

*Atentamente,*



*[Handwritten Signature]*  
Dr. José Moisés Supanica Araujo  
**DECANO**  
FACULTAD DE ENFERMERÍA

C.c.  
- Dirección de la Escuela Profesional de Nutrición Humana  
- Dirección de la Escuela Profesional de Odontología  
Archivo.  
JMSA/crls.



## ANEXO 6. Carta de autorización de la escuela profesional de enfermería.



"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"

Puno C.U., 13 de junio de 2024



### **CARTA N° 074-2024-D-FE-UNA-PUNO**

Señora Dra.  
**NANCY SILVIA ALVEREZ URBINA**  
Directora de la Escuela Profesional de Enfermería  
Facultad de Enfermería - UNA  
Ciudad.-

**ASUNTO: PRESENTA Y SOLICITA BRINDAR FACILIDADES A EGRESADAS DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA**

Es muy grato dirigirme a usted, para expresarle un afectuoso saludo, al mismo tiempo presento a las Bachilleres: Srta. Brenda Eliana Castro Calderón y Srta. Milagros Rosa Castro Calderón, egresadas de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno, con el fin de solicitar a su digna representada se sirva **autorizar** y brindar las facilidades del caso para la recolección de datos de **estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería**, y su posterior ejecución del Proyecto de Investigación de Tesis conforme se detalla, bajo la dirección del Docente: Mg. Julio César Ramos Vilca.

| BACHILLERES RESPONSABLES            | PROYECTO DE INVESTIGACION DE TESIS   |
|-------------------------------------|--|
| Srta. BRENDA ELIANA CASTRO CALDERÓN | "Adicción a redes sociales y relación con la soledad en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno-2024". |
| Srta. MILAGROS ROSA CASTRO CALDERÓN |  |

Agradeciendo de antemano su gentil apoyo al presente, es oportuno renovar mi mayor consideración personal.

*Atentamente,*



*Dr. Juan Moisés Sucasaca Arayo*  
DECANO  
FACULTAD DE ENFERMERÍA

C.c.  
Archivo.  
JMSA/crle.



**ANEXO 7.** Memorandum de autorización de ejecución de la escuela profesional de enfermería.



*Universidad Nacional del Altiplano - Puno*  
**FACULTAD DE ENFERMERIA**  
*Dirección de la Escuela Profesional de Enfermería*



**MEMORANDO N°089-2024-D-EPE-UNA**

A : Srta. MILAGROS ROSA CASTRO CALDERÓN  
Srta. BRENDA ELIANA CASTRO CALDERÓN  
EGRESADAS DE LA E.P. ENFERMERÍA

**ASUNTO: AUTORIZACIÓN PARA EJECUCIÓN DE INVESTIGACIÓN**  
*Referencia: Carta N°074-2024-D-FE-UNA-PUNO*

FECHA : Puno, 27 de junio de 2024.

Cumplo con comunicarle que, en el marco de apoyo a la investigación en la Escuela Profesional de Enfermería; en atención a la Solicitud; se le otorga la **AUTORIZACIÓN** para la ejecución de la investigación titulada: ***“Adicción a redes sociales y relación con la soledad en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano - Puno, 2024”***. Para cuyo efecto, sírvase coordinar con los Docentes y Coordinadora Académica; los mismos que le brindaran apoyo para la recolección de datos.

*Atentamente,*

C.c.:  
Archivo - 2024  
NSAU/ejtc



Dra. Nancy Silvia Álvarez Urbina  
DIRECTORA ESCUELA PROFESIONAL  
FACULTAD DE ENFERMERÍA



**ANEXO 8.** Carta de autorización de la escuela profesional de medicina veterinaria y zootécnica.



“Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho”

Puno C.U., 13 de junio de 2024

**OFICIO N° 432-2024-D-FE-UNA-PUNO**

Señor Dr.  
**LUIS VICENTE OLIVERA MAROCHO**  
Decano de la Facultad de Medicina Veterinaria y Zootecnia  
Universidad Nacional del Altiplano de Puno  
Ciudad.-



**ASUNTO: PRESENTA Y SOLICITA BRINDAR FACILIDADES A EGRESADAS DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA**

Es muy grato dirigirme a usted, para expresarle un afectuoso saludo, al mismo tiempo presento a las Bachilleres: Srta. Brenda Eliana Castro Calderón y Srta. Milagros Rosa Castro Calderón, egresadas de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno, con el fin de solicitar a su digna representada se sirva **autorizar** y brindar las facilidades del caso para la recolección de datos de **estudiantes de la Escuela Profesional de Medicina Veterinaria y Zootecnia**, y su posterior ejecución del Proyecto de Investigación de Tesis conforme se detalla, bajo la dirección del Docente: Mg. Julio César Ramos Vilca.

| BACHILLERES RESPONSABLES            | PROYECTO DE INVESTIGACION DE TESIS   |
|-------------------------------------|--|
| Srta. BRENDA ELIANA CASTRO CALDERÓN | "Adicción a redes sociales y relación con la soledad en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno-2024". |
| Srta. MILAGROS ROSA CASTRO CALDERÓN |  |

Agradeciendo de antemano su gentil apoyo al presente, es oportuno renovar mi mayor consideración personal.

*Atentamente,*



C.c.  
- Dirección de Escuela Profesional Medicina Veterinaria y Zootecnia  
Archivo.  
JMSA/crlc.



## ANEXO 9. Carta de autorización de la escuela profesional de biología.



"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"

Puno C.U., 13 de junio de 2024

### OFICIO N° 433-2024-D-FE-UNA-PUNO

Señor Dr.  
**BELISARIO MANTILLA MENDOZA**  
Decano de la Facultad de Ciencias Biológicas  
Universidad Nacional del Altiplano - Puno  
Ciudad.-



**ASUNTO: PRESENTA Y SOLICITA BRINDAR FACILIDADES A EGRESADAS DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA**

Es muy grato dirigirme a usted, para expresarle un afectuoso saludo, al mismo tiempo presento a las Bachilleres: Srta. Brenda Eliana Castro Calderón y Srta. Milagros Rosa Castro Calderón, egresadas de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno, con el fin de solicitar a su digna representada se sirva **autorizar** y brindar las facilidades del caso para la recolección de datos de **estudiantes de la Escuela Profesional de Biología**, y su posterior ejecución del Proyecto de Investigación de Tesis conforme se detalla, bajo la dirección del Docente: Mg. Julio César Ramos Vilca.

| BACHILLERES RESPONSABLES            | PROYECTO DE INVESTIGACION DE TESIS   |
|-------------------------------------|--|
| Srta. BRENDA ELIANA CASTRO CALDERÓN | "Adicción a redes sociales y relación con la soledad en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno-2024". |
| Srta. MILAGROS ROSA CASTRO CALDERÓN |  |

Agradeciendo de antemano su gentil apoyo al presente, es oportuno renovar mi mayor consideración personal.

*Atentamente,*



Dr. Juan Moisés Sucapuca Araujo  
DECANO  
FACULTAD DE ENFERMERÍA

C.c.  
- Dirección de la Escuela Profesional de Biología  
- Archivo.  
- JMSA/crie.





**ANEXO 10.** Carta de autorización de la escuela profesional de ingeniería civil.



"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"

Puno C.U., 13 de junio de 2024

**OFICIO N° 429-2024-D-FE-UNA-PUNO**

Señor Mg.  
**RICARDO ROMERO LOAIZA**  
Decano de la Facultad de Ingeniería Civil y Arquitectura  
Universidad Nacional del Altiplano de Puno  
Ciudad.-



**ASUNTO: PRESENTA Y SOLICITA BRINDAR FACILIDADES A EGRESADAS DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA**

Es muy grato dirigirme a usted, para expresarle un afectuoso saludo, al mismo tiempo presento a las Bachilleres: Srta. Brenda Eliana Castro Calderón y Srta. Milagros Rosa Castro Calderón, egresadas de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno, con el fin de solicitar a su digna representada se sirva **autorizar** y brindar las facilidades del caso para la recolección de datos de **estudiantes de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y Escuela Profesional de Arquitectura**, y su posterior ejecución del Proyecto de Investigación de Tesis conforme se detalla, bajo la dirección del Docente: Mg. Julio César Ramos Vilca.

| BACHILLERES RESPONSABLES            | PROYECTO DE INVESTIGACION DE TESIS   |
|-------------------------------------|--|
| Srta. BRENDA ELIANA CASTRO CALDERÓN | "Adicción a redes sociales y relación con la soledad en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno-2024". |
| Srta. MILAGROS ROSA CASTRO CALDERÓN |  |

Agradeciendo de antemano su gentil apoyo al presente, es oportuno renovar mi mayor consideración personal.

*Atentamente,*



*Dr. Juan Moisés Surescuca Araujo*  
DECANO  
FACULTAD DE ENFERMERÍA

C.c.  
- Dirección de Escuela Profesional Ing. Civil  
- Dirección de Escuela Profesional Arquitectura  
Archivo.  
JMSA/crle.



**ANEXO 11.** Carta de autorización de la escuela profesional de arquitectura.



"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"

Puno C.U., 13 de junio de 2024

**OFICIO N° 429-2024-D-FE-UNA-PUNO**

Señor Mg.  
**RICARDO ROMERO LOAIZA**  
Decano de la Facultad de Ingeniería Civil y Arquitectura  
Universidad Nacional del Altiplano de Puno  
Ciudad.-



**ASUNTO: PRESENTA Y SOLICITA BRINDAR FACILIDADES A EGRESADAS DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA**

Es muy grato dirigirme a usted, para expresarle un afectuoso saludo, al mismo tiempo presento a las Bachilleres: Srta. Brenda Eliana Castro Calderón y Srta. Milagros Rosa Castro Calderón, egresadas de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno, con el fin de solicitar a su digna representada se sirva **autorizar** y brindar las facilidades del caso para la recolección de datos de **estudiantes de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y Escuela Profesional de Arquitectura**, y su posterior ejecución del Proyecto de Investigación de Tesis conforme se detalla, bajo la dirección del Docente: Mg. Julio César Ramos Vilca.

| BACHILLERES RESPONSABLES            | PROYECTO DE INVESTIGACION DE TESIS   |
|-------------------------------------|--|
| Srta. BRENDA ELIANA CASTRO CALDERÓN | "Adicción a redes sociales y relación con la soledad en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno-2024". |
| Srta. MILAGROS ROSA CASTRO CALDERÓN |  |

Agradeciendo de antemano su gentil apoyo al presente, es oportuno renovar mi mayor consideración personal.

*Atentamente,*



*Dr. Juan Moisés Sotocapasa Arango*  
DECANO  
FACULTAD DE ENFERMERÍA

C.c.  
- Dirección de Escuela Profesional Ing.  
- Dirección de Escuela Profesional Arquitectura  
Archivo.  
JMSA/crle.



**ANEXO 12.** Carta de autorización de la escuela profesional de administración,



"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"

Puno C.U., 13 de junio de 2024

**OFICIO N° 426-2024-D-FE-UNA-PUNO**

Señora Dra.  
**MARÍA ANTONIETA BEDOYA GONZALES**  
Decana de la Facultad de Ciencias Administrativas y Humanas  
Universidad Nacional del Altiplano de Puno  
Ciudad.-



**ASUNTO: PRESENTA Y SOLICITA BRINDAR FACILIDADES A EGRESADAS DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA**

Es muy grato dirigirme a usted, para expresarle un afectuoso saludo, al mismo tiempo presento a las Bachilleres: Srta. Brenda Eliana Castro Calderón y Srta. Milagros Rosa Castro Calderón, egresadas de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno, con el fin de solicitar a su digna representada se sirva **autorizar** y brindar las facilidades del caso para la recolección de datos de **estudiantes de la Escuela Profesional de Administración**, y su posterior ejecución del Proyecto de Investigación de Tesis conforme se detalla, bajo la dirección del Docente: Mg. Julio César Ramos Vilca.

| BACHILLERES RESPONSABLES            | PROYECTO DE INVESTIGACION DE TESIS  |
|-------------------------------------|---|
| Srta. BRENDA ELIANA CASTRO CALDERÓN | "Adición a redes sociales y relación con la soledad en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno-2024". |
| Srta. MILAGROS ROSA CASTRO CALDERÓN |   |

Agradeciendo de antemano su gentil apoyo al presente, es oportuno renovar mi mayor consideración personal.

*Atentamente,*

  
Dr. Juan Moises Suedapuca Aratijo  
DECANO  
FACULTAD DE ENFERMERIA

C.c. Dirección de Escuela Profesional Administración  
Archivo.  
JMSA/crie.



**ANEXO 13.** Carta de autorización de la escuela profesional de turismo.



"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"

Puno C.U., 13 de junio de 2024

**OFICIO N° 427-2024-D-FE-UNA-PUNO**

Señor Dr.  
**JUAN INQUILLA MAMANI**  
Decano de la Facultad de Ciencias Sociales  
Universidad Nacional del Altiplano de Puno  
Ciudad.-



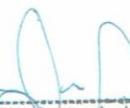
**ASUNTO: PRESENTA Y SOLICITA BRINDAR FACILIDADES A EGRESADAS DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA**

Es muy grato dirigirme a usted, para expresarle un afectuoso saludo, al mismo tiempo presento a las Bachilleres: Srta. Brenda Eliana Castro Calderón y Srta. Milagros Rosa Castro Calderón, egresadas de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno, con el fin de solicitar a su digna representada se sirva **autorizar** y brindar las facilidades del caso para la recolección de datos de **estudiantes de la Escuela Profesional de Turismo**, y su posterior ejecución del Proyecto de Investigación de Tesis conforme se detalla, bajo la dirección del Docente: Mg. Julio César Ramos Vilca.

| BACHILLERES RESPONSABLES            | PROYECTO DE INVESTIGACION DE TESIS   |
|-------------------------------------|--|
| Srta. BRENDA ELIANA CASTRO CALDERÓN | "Adicción a redes sociales y relación con la soledad en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno-2024". |
| Srta. MILAGROS ROSA CASTRO CALDERÓN |  |

Agradeciendo de antemano su gentil apoyo al presente, es oportuno renovar mi mayor consideración personal.

*Atentamente,*

  
Dr. Juan Moises Suezapuca Arellano  
DECANO  
FACULTAD DE ENFERMERÍA

C.c. Dirección de Escuela Profesional Turismo  
Archivo.  
JMSA/crte.



**ANEXO 14.** Carta de autorización de la escuela profesional de ingeniería agrícola.



"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"

Puno C.U., 13 de junio de 2024

**OFICIO N° 430-2024-D-FE-UNA-PUNO**

Señor Dr.  
**GERMAN BELIZARIO QUISPE**  
Decano de la Facultad de Ingeniería Agrícola  
Universidad Nacional del Altiplano de Puno  
Ciudad.-



**ASUNTO: PRESENTA Y SOLICITA BRINDAR FACILIDADES A EGRESADAS DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA**

Es muy grato dirigirme a usted, para expresarle un afectuoso saludo, al mismo tiempo presento a las Bachilleres: Srta. Brenda Eliana Castro Calderón y Srta. Milagros Rosa Castro Calderón, egresadas de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno, con el fin de solicitar a su digna representada se sirva **autorizar** y brindar las facilidades del caso para la recolección de datos de **estudiantes de la Escuela Profesional de Ingeniería Agrícola**, y su posterior ejecución del Proyecto de Investigación de Tesis conforme se detalla, bajo la dirección del Docente: Mg. Julio César Ramos Vilca.

| BACHILLERES RESPONSABLES            | PROYECTO DE INVESTIGACION DE TESIS   |
|-------------------------------------|--|
| Srta. BRENDA ELIANA CASTRO CALDERÓN | "Adicción a redes sociales y relación con la soledad en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno-2024". |
| Srta. MILAGROS ROSA CASTRO CALDERÓN |  |

Agradeciendo de antemano su gentil apoyo al presente, es oportuno renovar mi mayor consideración personal.

*Atentamente,*



*Dr. Juan Moisés Suredupa Arcaño*  
DECANO  
FACULTAD DE ENFERMERÍA

C.c.  
- Dirección de Escuela Profesional Ingeniería Agrícola  
Archivo.  
JMSA/crlc.



**ANEXO 15.** Carta de autorización de la escuela profesional de trabajo social.



"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"

Puno C.U., 13 de junio de 2024

**OFICIO N° 428-2024-D-FE-UNA-PUNO**

Señora **Dra.**  
**LUZ MARIA MENESES CARIAPAZA**  
Decana de la Facultad de Trabajo Social  
Universidad Nacional del Altiplano de Puno  
Ciudad.-



**ASUNTO: PRESENTA Y SOLICITA BRINDAR FACILIDADES A EGRESADAS DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA**

Es muy grato dirigirme a usted, para expresarle un afectuoso saludo, al mismo tiempo presento a las Bachilleres: Srta. Brenda Eliana Castro Calderón y Srta. Milagros Rosa Castro Calderón, egresadas de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno, con el fin de solicitar a su digna representada se sirva **autorizar** y brindar las facilidades del caso para la recolección de datos de **estudiantes de la Escuela Profesional de Trabajo Social**, y su posterior ejecución del Proyecto de Investigación de Tesis conforme se detalla, bajo la dirección del Docente: Mg. Julio César Ramos Vilca.

| BACHILLERES RESPONSABLES            | PROYECTO DE INVESTIGACION DE TESIS   |
|-------------------------------------|--|
| Srta. BRENDA ELIANA CASTRO CALDERÓN | "Adicción a redes sociales y relación con la soledad en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno-2024". |
| Srta. MILAGROS ROSA CASTRO CALDERÓN |  |

Agradeciendo de antemano su gentil apoyo al presente, es oportuno renovar mi mayor consideración personal.

*Atentamente,*



*Juan Moisés Sucapuca Araujo*  
DECANO  
FACULTAD DE ENFERMERÍA

C.c. Dirección de Escuela Profesional Trabajo Social  
Archivo.  
JMSA/crte.



**ANEXO 16.** Carta de autorización de la escuela profesional de ingeniería electrónica.



Universidad Nacional del Altiplano de Puno

**FACULTAD DE ENFERMERÍA**

Ciudad Universitaria Telefax (051)363862 – Casilla 291  
Correo Institucional: fe@unap.edu.pe



"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"

UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO  
Facultad de Ing. Mecánica Eléctrica  
Electrónica y Sistemas (FIMEES)

Puno C.U., 13 de junio de 2024

**OFICIO N° 431-2024-D-FE-UNA-PUNO**

Señor Dr.

**EDGAR HOLGUIN HOLGUIN**

Decano de la Facultad de Ingeniería Mecánica Eléctrica, Electrónica y Sistemas  
Universidad Nacional del Altiplano de Puno

Ciudad.-

21 JUN. 2024

Reg. N° 694 Folios: 01

Hora: 12:22 Firma: G

**ASUNTO: PRESENTA Y SOLICITA BRINDAR FACILIDADES A EGRESADAS DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA**

Es muy grato dirigirme a usted, para expresarle un afectuoso saludo, al mismo tiempo presento a las Bachilleres: Srta. Brenda Eliana Castro Calderón y Srta. Milagros Rosa Castro Calderón, egresadas de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno, con el fin de solicitar a su digna representada se sirva **autorizar** y brindar las facilidades del caso para la recolección de datos de **estudiantes de la Escuela Profesional de Ingeniería de Sistemas y Escuela Profesional de Ingeniería Electrónica**, y su posterior ejecución del Proyecto de Investigación de Tesis conforme se detalla, bajo la dirección del Docente: Mg. Julio César Ramos Vilca.

| BACHILLERES RESPONSABLES            | PROYECTO DE INVESTIGACION DE TESIS  |
|-------------------------------------|---|
| Srta. BRENDA ELIANA CASTRO CALDERÓN | "Adición a redes sociales y relación con la soledad en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno-2024". |
| Srta. MILAGROS ROSA CASTRO CALDERÓN |   |

Agradeciendo de antemano su gentil apoyo al presente, es oportuno renovar mi mayor consideración personal.

*Atentamente,*

Dr. Juan Moises Sucahuca Araujo  
DECANO  
FACULTAD DE ENFERMERIA

C.c.  
- Dirección de Escuela Profesional Ing. Sistemas  
- Dirección de Escuela Profesional Ing. Electrónica  
Archivo.  
JMSA/crie.



## ANEXO 17. Datos generales

**Tabla 9**

*Niveles de adicción a las redes sociales en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.*

|       | N°  | %      |
|-------|-----|--------|
| Bajo  | 2   | 0,5%   |
| Medio | 15  | 3,9%   |
| Alto  | 363 | 95,5%  |
| Total | 380 | 100,0% |

*Nota: Escala de SESLA-S y cuestionario de adicción a redes sociales (ARS)*

Conforme se observa en la tabla, el 95,5% (363) de los jóvenes de la Universidad Nacional de Altiplano Puno tuvo nivel alto de adicción a las redes sociales. Le continúa el 3,9% (15) que tuvo nivel medio de adicción a las redes sociales; y el 0,5% (2) que tuvo nivel bajo de adicción a las redes sociales.

**Tabla z10**

*Niveles de obsesión por las redes sociales en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.*

|       | N°  | %      |
|-------|-----|--------|
| Bajo  | 1   | 0,3%   |
| Medio | 7   | 1,8%   |
| Alto  | 372 | 97,9%  |
| Total | 380 | 100,0% |

*Nota: Escala de SESLA-S y cuestionario de adicción a redes sociales (ARS)*

Según se aprecia en la tabla, el 97,9% (372) de los jóvenes de la Universidad Nacional de Altiplano Puno tuvo nivel alto de obsesión por las redes sociales. A su vez, el 1,8% (7) tuvo nivel medio de obsesión por las redes sociales; y únicamente el 0,3% (1) tuvo nivel bajo de obsesión por las redes sociales.

**Tabla 11**

*Niveles de falta de control personal en el uso de las redes sociales en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.*

|       | N°  | %     |
|-------|-----|-------|
| Bajo  | 12  | 3,2%  |
| Medio | 54  | 14,2% |
| Alto  | 314 | 82,6% |



|       |     |        |
|-------|-----|--------|
| Total | 380 | 100,0% |
|-------|-----|--------|

*Nota: Escala de SESLA-S y cuestionario de adicción a redes sociales (ARS)*

Tal como se observa en la tabla, el 82,6% (314) de los jóvenes de la Universidad Nacional de Altiplano Puno tuvo nivel alto de falta de control personal en el uso de las redes sociales. Le sigue el 14,2% (54) que tuvo nivel medio de falta de control personal en el uso de las redes sociales; y el restante 3,2% (12) tuvo nivel bajo de falta de control personal en el uso de las redes sociales.

### **Tabla 12**

*Niveles de uso excesivo de las redes sociales en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.*

|       | N°  | %      |
|-------|-----|--------|
| Bajo  | 6   | 1,6%   |
| Medio | 23  | 6,1%   |
| Alto  | 351 | 92,4%  |
| Total | 380 | 100,0% |

*Nota: Escala de SESLA-S y cuestionario de adicción a redes sociales (ARS)*

En la tabla se visualiza que el 92,4% (351) de los jóvenes de la Universidad Nacional de Altiplano Puno tuvo nivel alto de uso excesivo de las redes sociales. Mientras que el 6,1% (23) tuvo nivel medio de uso excesivo de las redes sociales; y el 1,6% tuvo nivel bajo de uso excesivo de las redes sociales.

### **Tabla 13**

*Niveles de soledad en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.*

|       | N°  | %      |
|-------|-----|--------|
| Bajo  | 81  | 21,3%  |
| Medio | 241 | 63,4%  |
| Alto  | 58  | 15,3%  |
| Total | 380 | 100,0% |

*Nota: Escala de SESLA-S y cuestionario de adicción a redes sociales (ARS)*

De acuerdo a la tabla se observa que el 63,4% (241) de los jóvenes de la Universidad Nacional de Altiplano Puno tuvo nivel medio de soledad. Le continúa el 21,3% (81) que tuvo nivel bajo de soledad; y el 15,3% (58) que tuvo nivel alto.

### **Tabla 14**

*Niveles de soledad romántica en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.*



|       | N°  | %      |
|-------|-----|--------|
| Bajo  | 105 | 27,6%  |
| Medio | 216 | 56,8%  |
| Alto  | 59  | 15,5%  |
| Total | 380 | 100,0% |

*Nota: Escala de SESLA-S y cuestionario de adicción a redes sociales (ARS)*

Tal como se muestra en la tabla, el 56,8% (216) de los jóvenes de la Universidad Nacional de Altiplano Puno tuvo nivel medio de soledad romántica. Le sigue el 27,6% (105) que tuvo nivel bajo de soledad romántica; y el 15,5% (59) que tuvo nivel alto de soledad romántica.

### **Tabla 15**

*Niveles de soledad familiar en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano*

*Puno.*

|       | N°  | %      |
|-------|-----|--------|
| Bajo  | 115 | 30,3%  |
| Medio | 202 | 53,2%  |
| Alto  | 63  | 16,6%  |
| Total | 380 | 100,0% |

*Nota: Escala de SESLA-S y cuestionario de adicción a redes sociales (ARS)*

Según se observa en la tabla, el 53,2% (202) de los jóvenes de la Universidad Nacional de Altiplano Puno tuvo nivel medio de soledad familiar. Por su parte, el 30,3% (115) tuvo nivel bajo de soledad familiar; y el 16,6% (63) tuvo nivel alto.

### **Tabla 16**

*Niveles de soledad social en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.*

|       | N°  | %      |
|-------|-----|--------|
| Bajo  | 63  | 16,6%  |
| Medio | 258 | 67,9%  |
| Alto  | 59  | 15,5%  |
| Total | 380 | 100,0% |

*Nota: Escala de SESLA-S y cuestionario de adicción a redes sociales (ARS)*

Tal como se aprecia en la tabla, el 67,9% (258) de los jóvenes de la Universidad Nacional de Altiplano Puno tuvo nivel medio de soledad social. Mientras que el 16,6% (63) tuvo nivel bajo de soledad social; y el 15,5% (59) tuvo nivel alto de soledad social.

### **Tabla 17**

*Pruebas de normalidad de Kolmogorov-Smirnov*



|   | Estadístico | gl  | Sig.  |
|---|-------------|-----|-------|
| Variable: Soledad                       | 0,115       | 380 | 0,000 |
| Dimensión 1: Soledad romántica          | 0,104       | 380 | 0,000 |
| Dimensión 2: Soledad familiar           | 0,068       | 380 | 0,000 |
| Dimensión 3: Soledad social             | 0,099       | 380 | 0,000 |
| Variable: Adicción a las redes sociales | 0,049       | 380 | 0,026 |

*Nota: Escala de SESLA-S y cuestionario de adicción a redes sociales (ARS)*

De acuerdo a la tabla se aprecia que hubo valores de Sig. que se encuentran por debajo del nivel de 0,05. De manera que no hubo presencia de distribución normal en los datos relacionados a soledad y adicción a las redes sociales. Por lo cual, resulta adecuado aplicar la prueba no paramétrica de correlación de Spearman.

**Tabla 18**

Prueba Spearman entre uso excesivo de las redes sociales y los niveles de soledad

|                   |      | Variable: Adicción a las redes sociales |
|-------------------|------|---|
| Variable: Soledad | Rho  | 0,356                                   |
|                   | Sig. | 0,000                                   |
|                   | N    | 380                                     |

*Nota: Elaboración propia.*

**Tabla 19**

Prueba Spearman entre uso excesivo de las redes sociales y los niveles de soledad romántica

|                                |      | Variable: Adicción a las redes sociales |
|--------------------------------|------|---|
| Dimensión 1: Soledad romántica | Rho  | 0,365                                   |
|                                | Sig. | 0,000                                   |
|                                | N    | 380                                     |

*Nota: Elaboración propia.*

**Tabla 20**

Prueba Spearman entre el uso excesivo de las redes sociales y los niveles de soledad familiar

|                               |      | Variable: Adicción a las redes sociales |
|-------------------------------|------|---|
| Dimensión 2: Soledad familiar | Rho  | 0,378                                   |
|                               | Sig. | 0,000                                   |
|                               | N    | 380                                     |

*Nota: Elaboración propia.*



**Tabla 21**

*Prueba Spearman entre el uso excesivo de las redes sociales y los niveles de soledad social*

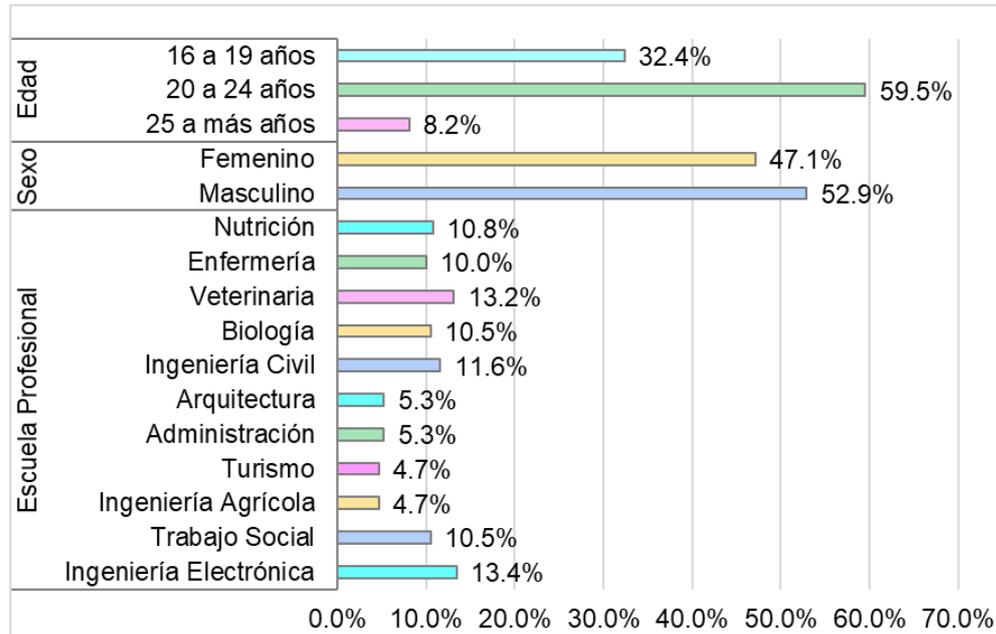
|                             |      | Variable: Adicción a las redes sociales |
|-----------------------------|------|---|
| Dimensión 3: Soledad social | Rho  | 0,342                                   |
|                             | Sig. | 0,000                                   |
|                             | N    | 380                                     |

*Nota: Elaboración propia.*

**ANEXO 18.** Gráficos de barras.

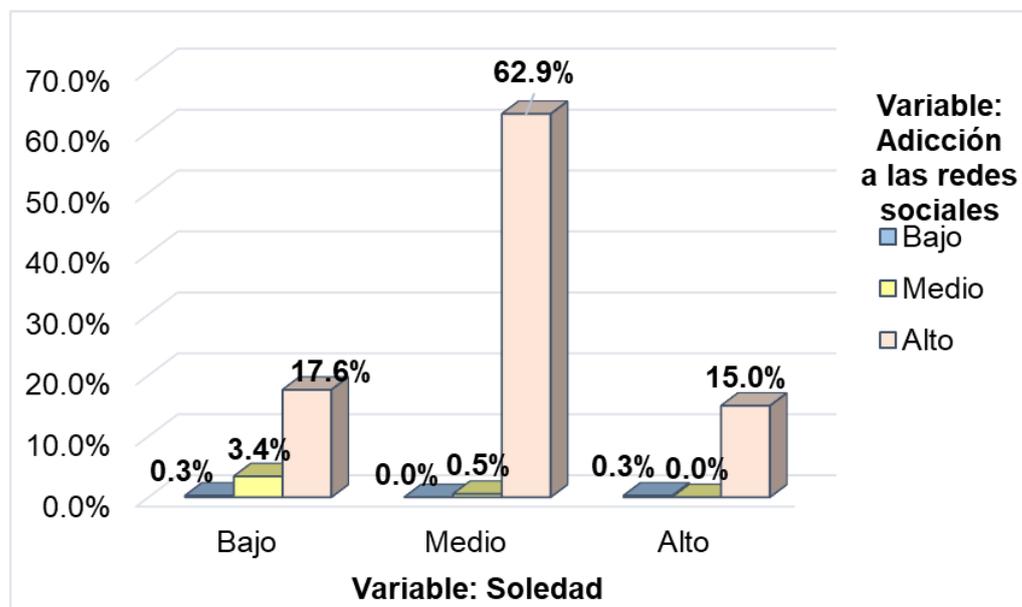
**Figura 2**

*Datos generales de los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno*



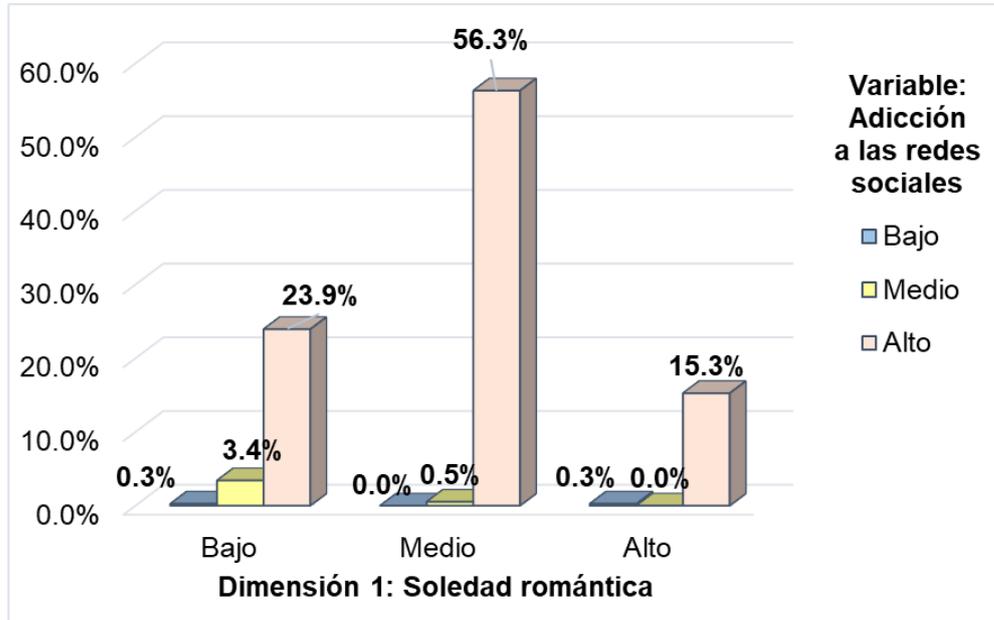
**Figura 3**

*Cruce entre adicción a las redes sociales y los niveles de soledad en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.*



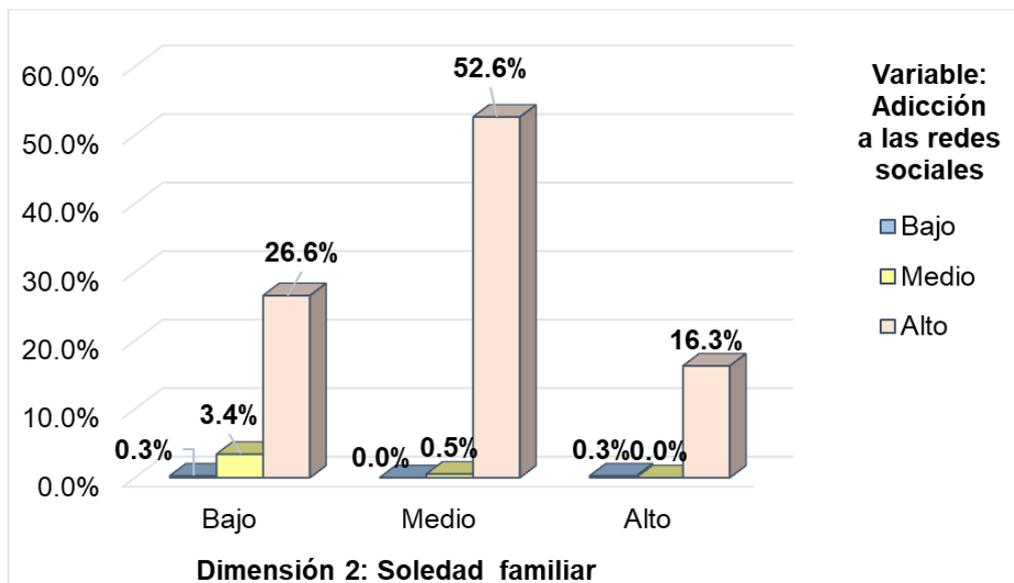
**Figura 4**

*Cruce entre adicción a las redes sociales y los niveles de soledad romántica en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.*



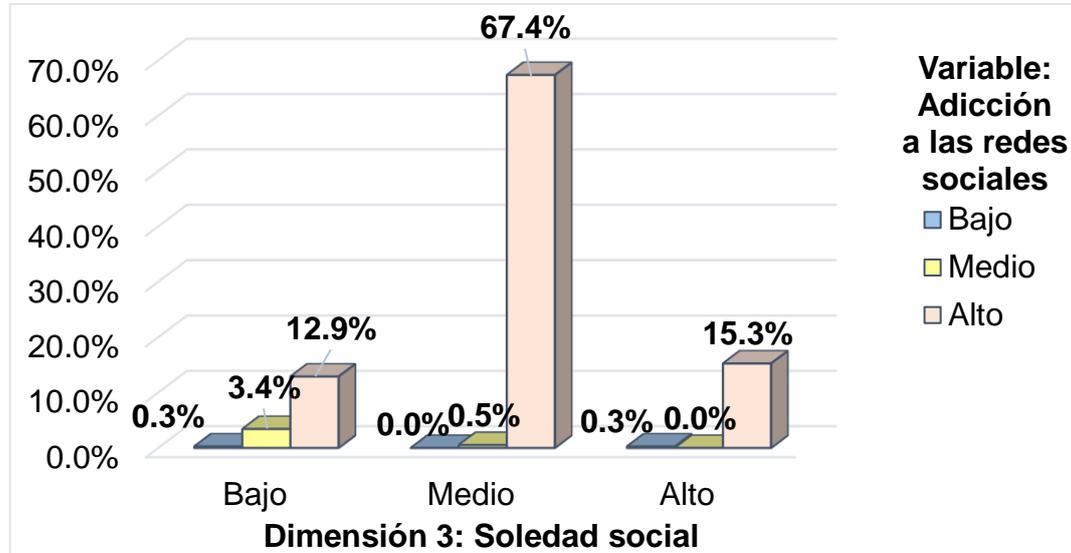
**Figura 5**

*Cruce entre adicción a las redes sociales y los niveles de soledad familiar en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.*



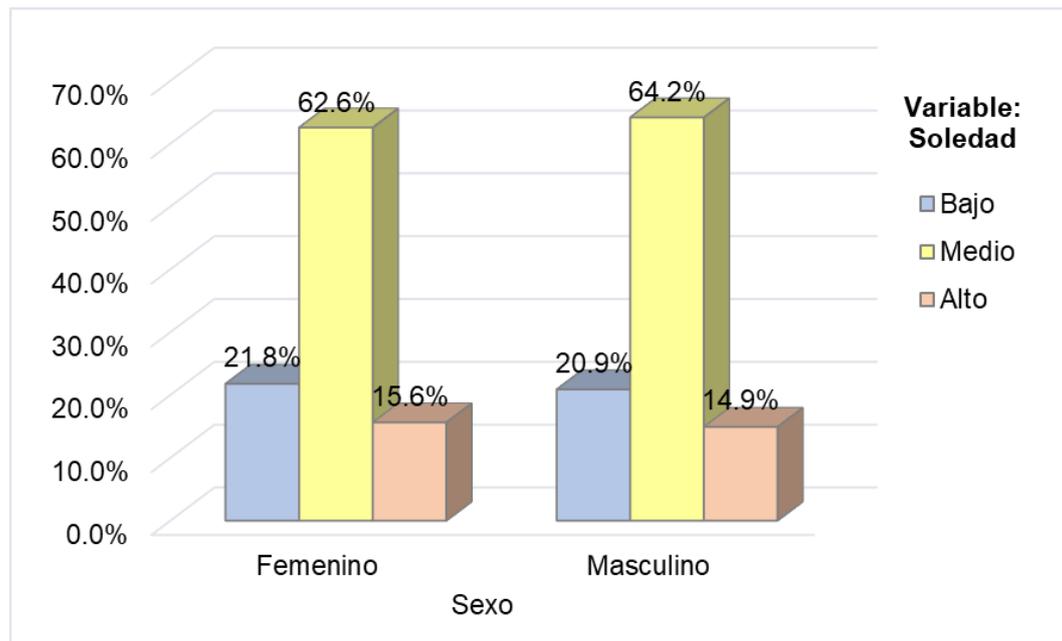
**Figura 6**

*Cruce entre adicción a las redes sociales y los niveles de soledad social en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.*



**Figura 7**

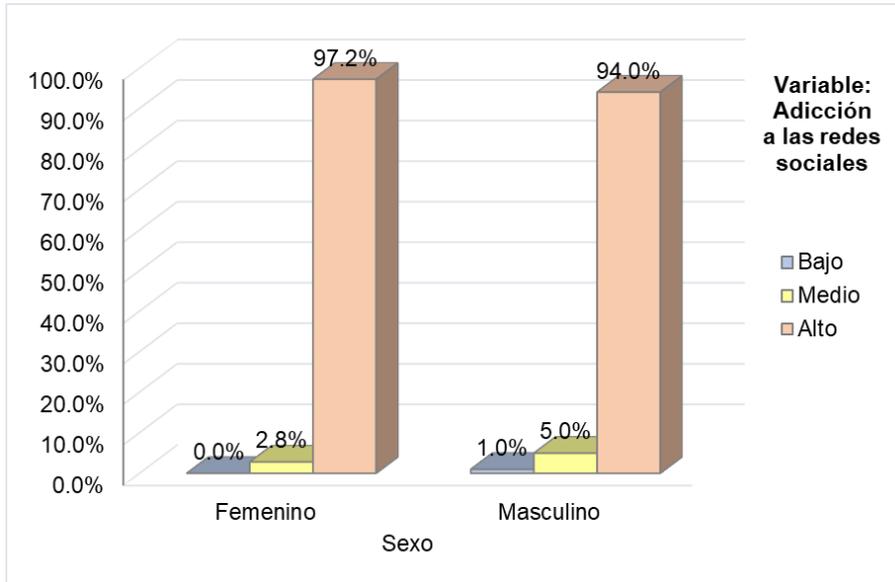
*Nivel de soledad según sexo en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno - 2024*



**Figura 8**

*Nivel de adicción a las redes sociales según sexo en jóvenes de la Universidad*

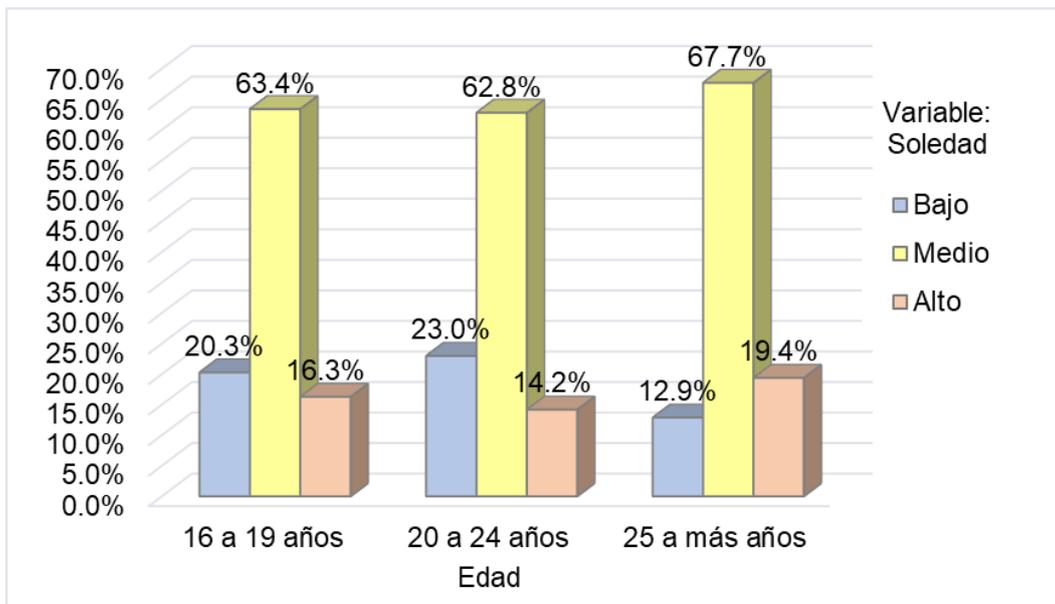
*Nacional del Altiplano Puno - 2024*



**Figura 9**

*Nivel de soledad según edad en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno*

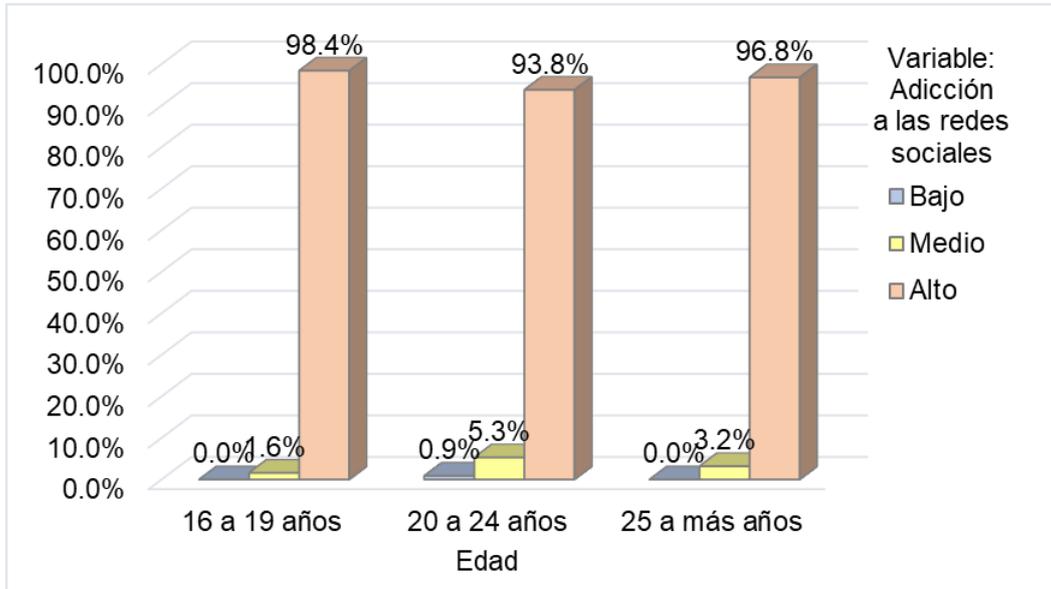
*- 2024*



**Figura 10**

*Nivel de adicción a las redes sociales según edad en jóvenes de la Universidad*

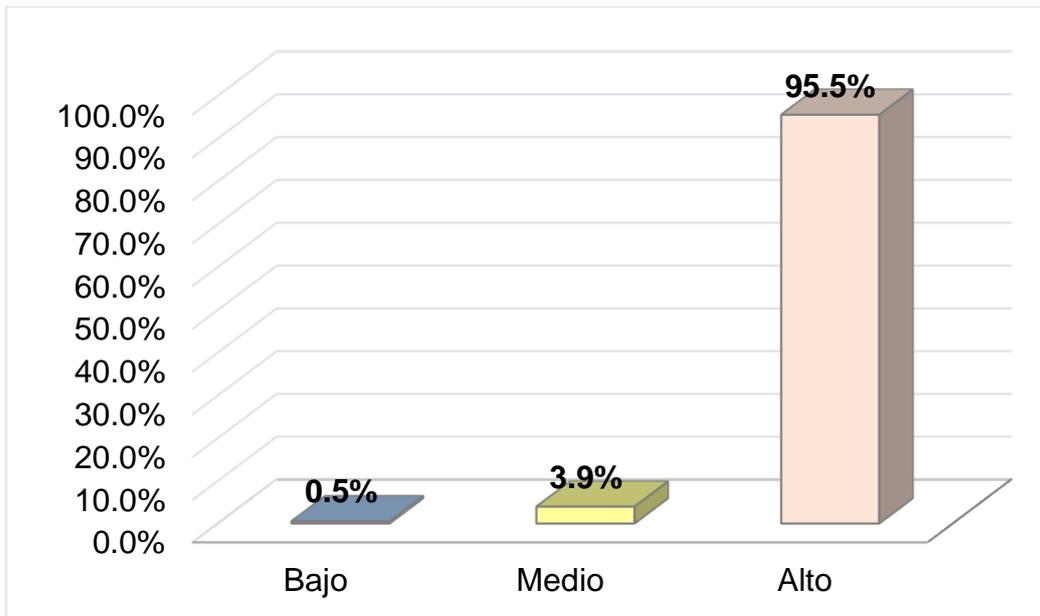
*Nacional del Altiplano Puno - 2024*



**Figura 11**

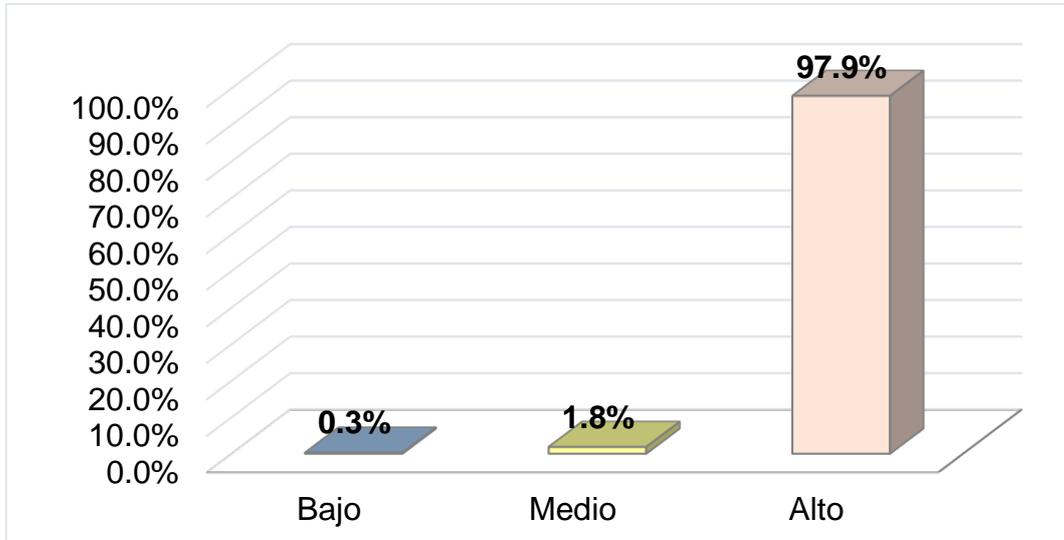
*Niveles de adicción a las redes sociales en los jóvenes de la Universidad Nacional del*

*Altiplano Puno.*



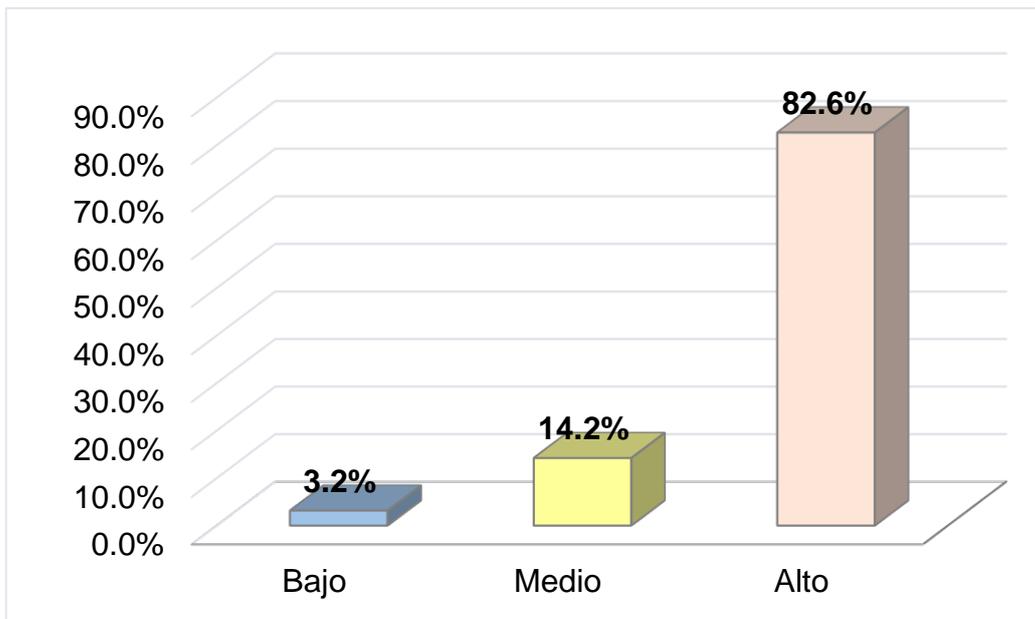
**Figura 12**

*Niveles de obsesión por las redes sociales en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.*



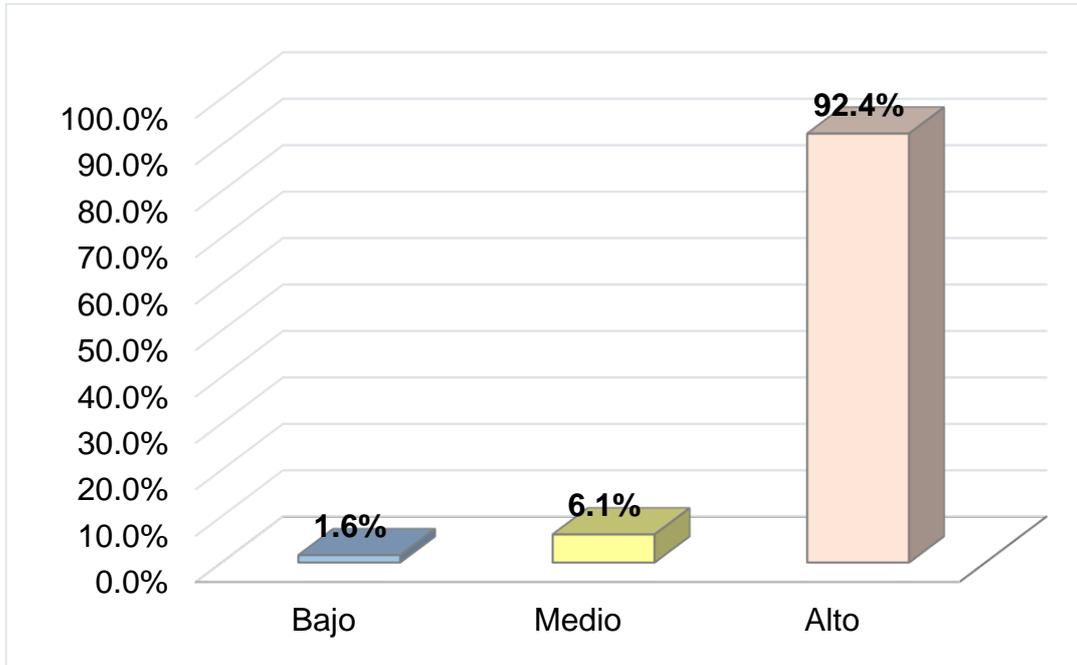
**Figura 13**

*Niveles de falta de control personal en el uso de las redes sociales en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.*



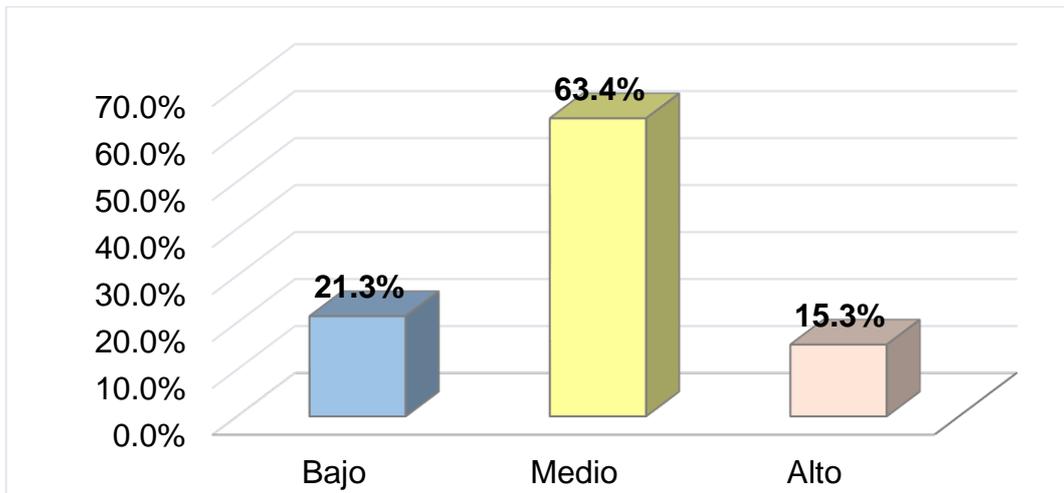
**Figura 14**

*Niveles de uso excesivo de las redes sociales en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.*



**Figura 15**

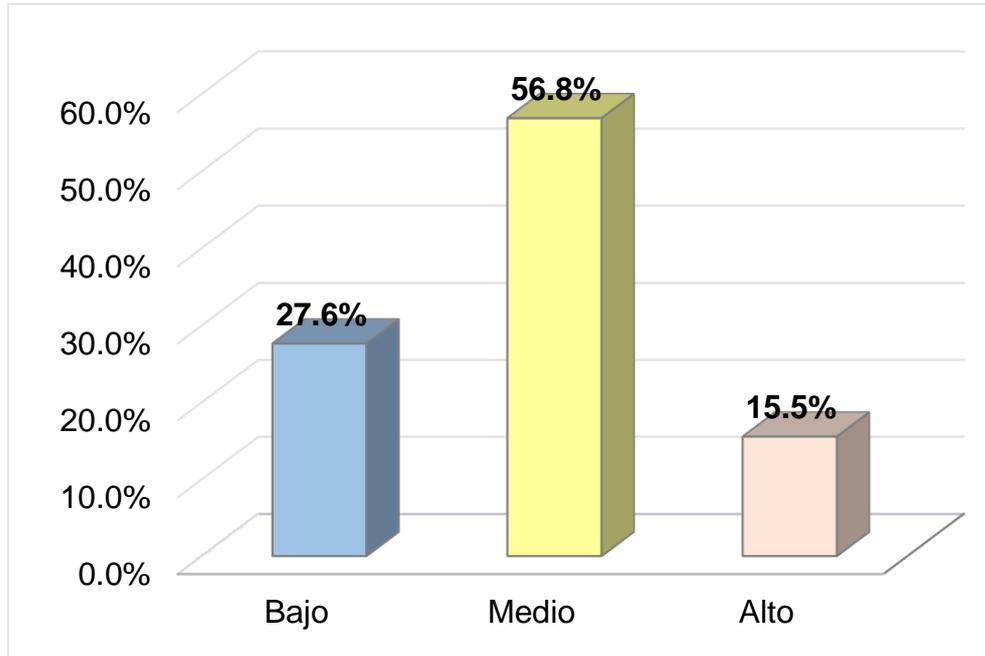
*Niveles de soledad en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.*



**Figura 16**

*Niveles de soledad romántica en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano*

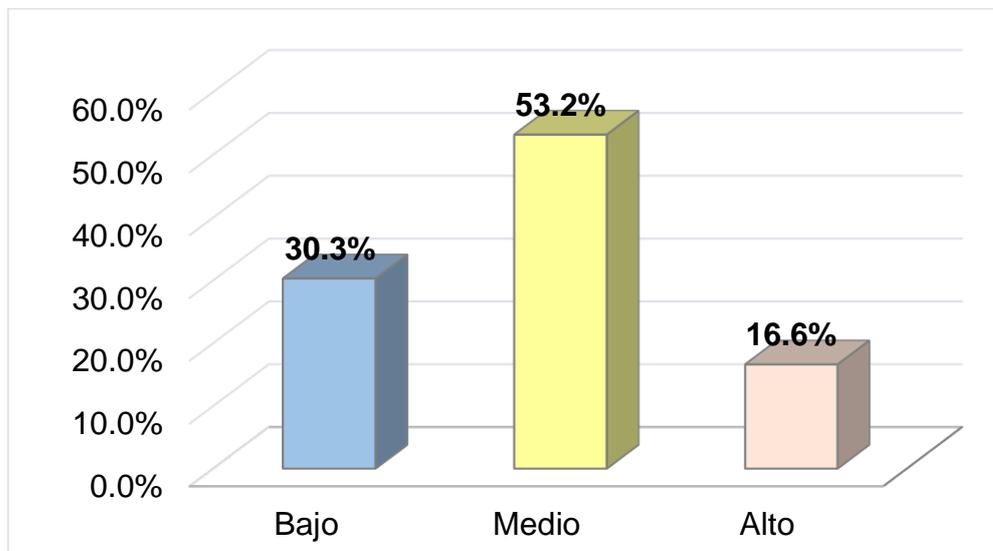
*Puno.*



**Figura 17**

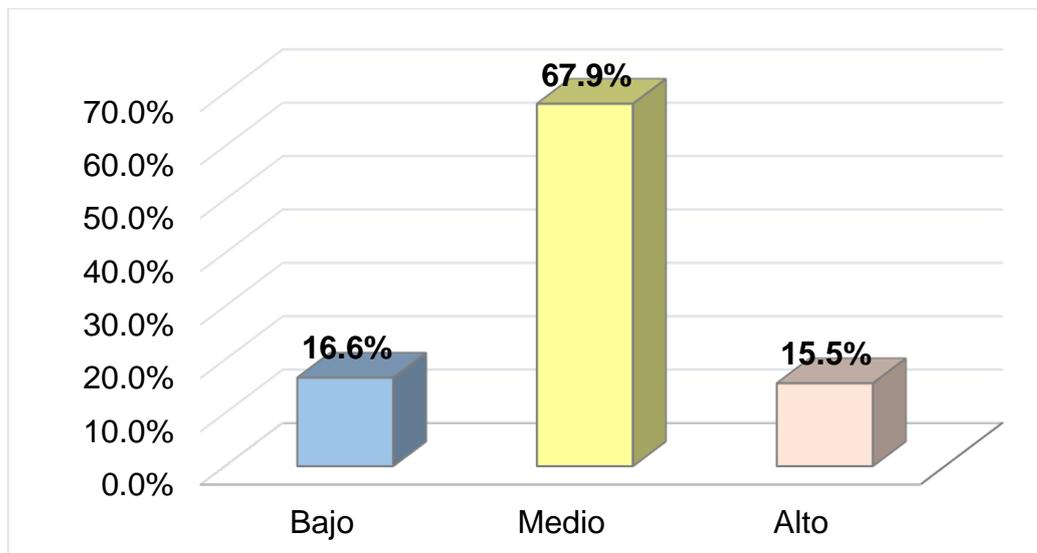
*Niveles de soledad familiar en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano*

*Puno.*



**Figura 18**

*Niveles de soledad social en los jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.*





## ANEXO 19. Declaración jurada de autenticidad de tesis.



Universidad Nacional  
del Altiplano Puno



Vicerrectorado  
de Investigación



Repositorio  
Institucional

### DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD DE TESIS

Por el presente documento, Yo Brenda Eliana Castro Calderon,  
identificado con DNI 73640557 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional,  Programa de Segunda Especialidad,  Programa de Maestría o Doctorado  
Enfermería

informo que he elaborado el/la  Tesis o  Trabajo de Investigación denominada:

"Adicción a redes sociales y relación con la soledad  
en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno  
2024"

Es un tema original.

Declaro que el presente trabajo de tesis es elaborado por mi persona y **no existe plagio/copia** de ninguna naturaleza, en especial de otro documento de investigación (tesis, revista, texto, congreso, o similar) presentado por persona natural o jurídica alguna ante instituciones académicas, profesionales, de investigación o similares, en el país o en el extranjero.

Dejo constancia que las citas de otros autores han sido debidamente identificadas en el trabajo de investigación, por lo que no asumiré como tuyas las opiniones vertidas por terceros, ya sea de fuentes encontradas en medios escritos, digitales o Internet.

Asimismo, ratifico que soy plenamente consciente de todo el contenido de la tesis y asumo la responsabilidad de cualquier error u omisión en el documento, así como de las connotaciones éticas y legales involucradas.

En caso de incumplimiento de esta declaración, me someto a las disposiciones legales vigentes y a las sanciones correspondientes de igual forma me someto a las sanciones establecidas en las Directivas y otras normas internas, así como las que me alcancen del Código Civil y Normas Legales conexas por el incumplimiento del presente compromiso

Puno 16 de Diciembre del 2024

FIRMA (obligatoria)



Huella



### DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD DE TESIS

Por el presente documento, Yo Milagros Rosa Castro Calderón,  
identificado con DNI 73642556 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional,  Programa de Segunda Especialidad,  Programa de Maestría o Doctorado

Enfermería

informo que he elaborado el/la  Tesis o  Trabajo de Investigación denominada:

"Adicción a redes sociales y relación con la soledad  
en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano  
Puno 2024"

Es un tema original.

Declaro que el presente trabajo de tesis es elaborado por mi persona y **no existe plagio/copia** de ninguna naturaleza, en especial de otro documento de investigación (tesis, revista, texto, congreso, o similar) presentado por persona natural o jurídica alguna ante instituciones académicas, profesionales, de investigación o similares, en el país o en el extranjero.

Dejo constancia que las citas de otros autores han sido debidamente identificadas en el trabajo de investigación, por lo que no asumiré como tuyas las opiniones vertidas por terceros, ya sea de fuentes encontradas en medios escritos, digitales o Internet.

Asimismo, ratifico que soy plenamente consciente de todo el contenido de la tesis y asumo la responsabilidad de cualquier error u omisión en el documento, así como de las connotaciones éticas y legales involucradas.

En caso de incumplimiento de esta declaración, me someto a las disposiciones legales vigentes y a las sanciones correspondientes de igual forma me someto a las sanciones establecidas en las Directivas y otras normas internas, así como las que me alcancen del Código Civil y Normas Legales conexas por el incumplimiento del presente compromiso

Puno 16 de Diciembre del 2024

  
FIRMA (obligatoria)



Huella



## ANEXO 20. Autorización para el depósito de tesis en repositorio institucional.



Universidad Nacional  
del Altiplano Puno



Vicerrectorado  
de Investigación



Repositorio  
Institucional

### AUTORIZACIÓN PARA EL DEPÓSITO DE TESIS O TRABAJO DE INVESTIGACIÓN EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL

Por el presente documento, Yo Brenda Eliana Castro Calderon,  
identificado con DNI 73640557 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional,  Programa de Segunda Especialidad,  Programa de Maestría o Doctorado

Enfermería,  
informo que he elaborado el/la  Tesis o  Trabajo de Investigación denominada:

“Adicción a redes sociales y relación con la soledad  
en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno  
2024”

para la obtención de  Grado,  Título Profesional o  Segunda Especialidad.

Por medio del presente documento, afirmo y garantizo ser el legítimo, único y exclusivo titular de todos los derechos de propiedad intelectual sobre los documentos arriba mencionados, las obras, los contenidos, los productos y/o las creaciones en general (en adelante, los “Contenidos”) que serán incluidos en el repositorio institucional de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.

También, doy seguridad de que los contenidos entregados se encuentran libres de toda contraseña, restricción o medida tecnológica de protección, con la finalidad de permitir que se puedan leer, descargar, reproducir, distribuir, imprimir, buscar y enlazar los textos completos, sin limitación alguna.

Autorizo a la Universidad Nacional del Altiplano de Puno a publicar los Contenidos en el Repositorio Institucional y, en consecuencia, en el Repositorio Nacional Digital de Ciencia, Tecnología e Innovación de Acceso Abierto, sobre la base de lo establecido en la Ley N° 30035, sus normas reglamentarias, modificatorias, sustitutorias y conexas, y de acuerdo con las políticas de acceso abierto que la Universidad aplique en relación con sus Repositorios Institucionales. Autorizo expresamente toda consulta y uso de los Contenidos, por parte de cualquier persona, por el tiempo de duración de los derechos patrimoniales de autor y derechos conexos, a título gratuito y a nivel mundial.

En consecuencia, la Universidad tendrá la posibilidad de divulgar y difundir los Contenidos, de manera total o parcial, sin limitación alguna y sin derecho a pago de contraprestación, remuneración ni regalía alguna a favor mío; en los medios, canales y plataformas que la Universidad y/o el Estado de la República del Perú determinen, a nivel mundial, sin restricción geográfica alguna y de manera indefinida, pudiendo crear y/o extraer los metadatos sobre los Contenidos, e incluir los Contenidos en los índices y buscadores que estimen necesarios para promover su difusión.

Autorizo que los Contenidos sean puestos a disposición del público a través de la siguiente licencia:

Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional. Para ver una copia de esta licencia, visita: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

En señal de conformidad, suscribo el presente documento.

Puno 16 de Diciembre del 2024

FIRMA (obligatoria)



Huella



### AUTORIZACIÓN PARA EL DEPÓSITO DE TESIS O TRABAJO DE INVESTIGACIÓN EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL

Por el presente documento, Yo Milagros Rosa Castro Calderón,  
identificado con DNI 73640556 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional,  Programa de Segunda Especialidad,  Programa de Maestría o Doctorado

Enfermería

informo que he elaborado el/la  Tesis o  Trabajo de Investigación denominada:

" Adición a redes sociales y relación con la soledad  
en jóvenes de la Universidad Nacional del Altiplano  
Puno 2024 "

para la obtención de  Grado,  Título Profesional o  Segunda Especialidad.

Por medio del presente documento, afirmo y garantizo ser el legítimo, único y exclusivo titular de todos los derechos de propiedad intelectual sobre los documentos arriba mencionados, las obras, los contenidos, los productos y/o las creaciones en general (en adelante, los "Contenidos") que serán incluidos en el repositorio institucional de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.

También, doy seguridad de que los contenidos entregados se encuentran libres de toda contraseña, restricción o medida tecnológica de protección, con la finalidad de permitir que se puedan leer, descargar, reproducir, distribuir, imprimir, buscar y enlazar los textos completos, sin limitación alguna.

Autorizo a la Universidad Nacional del Altiplano de Puno a publicar los Contenidos en el Repositorio Institucional y, en consecuencia, en el Repositorio Nacional Digital de Ciencia, Tecnología e Innovación de Acceso Abierto, sobre la base de lo establecido en la Ley N° 30035, sus normas reglamentarias, modificatorias, sustitutorias y conexas, y de acuerdo con las políticas de acceso abierto que la Universidad aplique en relación con sus Repositorios Institucionales. Autorizo expresamente toda consulta y uso de los Contenidos, por parte de cualquier persona, por el tiempo de duración de los derechos patrimoniales de autor y derechos conexos, a título gratuito y a nivel mundial.

En consecuencia, la Universidad tendrá la posibilidad de divulgar y difundir los Contenidos, de manera total o parcial, sin limitación alguna y sin derecho a pago de contraprestación, remuneración ni regalía alguna a favor mío; en los medios, canales y plataformas que la Universidad y/o el Estado de la República del Perú determinen, a nivel mundial, sin restricción geográfica alguna y de manera indefinida, pudiendo crear y/o extraer los metadatos sobre los Contenidos, e incluir los Contenidos en los índices y buscadores que estimen necesarios para promover su difusión.

Autorizo que los Contenidos sean puestos a disposición del público a través de la siguiente licencia:

Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional. Para ver una copia de esta licencia, visita: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

En señal de conformidad, suscribo el presente documento.

Puno 16 de Diciembre del 2024

  
FIRMA (obligatoria)



Huella