

**UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN SECUNDARIA**



**SÍNDROME DEL FOMO EN LOS ESTUDIANTES DE LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA “JOSÉ CARLOS
MARIÁTEGUI” APLICACIÓN DE LA UNA – PUNO EN EL AÑO
ESCOLAR 2017**

TESIS

PRESENTADA POR:

ISAIAS JOSSUE OLIVERA SAGUA

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

**LICENCIADO EN EDUCACIÓN SECUNDARIA, CON MENCIÓN EN
LA ESPECIALIDAD DE LENGUA, LITERATURA, PSICOLOGÍA Y
FILOSOFÍA**

PROMOCIÓN: 2017-II

PUNO – PERÚ

2018

UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN SECUNDARIA

SÍNDROME DEL FOMO EN LOS ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA “JOSÉ CARLOS MARIÁTEGUI” APLICACIÓN DE LA UNA – PUNO EN EL AÑO ESCOLAR 2017

ISAIAS JOSSUE OLIVERA SAGUA

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO EN EDUCACIÓN SECUNDARIA, CON MENCIÓN EN LA ESPECIALIDAD DE LENGUA, LITERATURA, PSICOLOGÍA Y FILOSOFÍA



APROBADA POR EL SIGUIENTE JURADO:

PRESIDENTE : _____
Dr. Feliciano Padilla Chalco

PRIMER MIEMBRO : _____
Dra. Yolanda Lujano Ortega

SEGUNDO MIEMBRO : _____
M.Sc. Katty Maribel Calderón Quino

DIRECTOR / ASESOR : _____
Dr. Francisco Charaja Cutipa

DIRECTOR / ASESOR : _____
Dr. Francisco Charaja Cutipa

Área: Perspectivas Teóricas de la Educación
Tema: Problemas Deontológicos de la Educación

Fecha de sustentación: 01 / Ago. / 2018

DEDICATORIA

A mis queridos padres, quienes me impulsan y me motivan a seguir adelante, pese a las dificultades de la vida y que de alguna manera ayudan al logro de este objetivo.

ISAIAS JOSSUE

AGRADECIMIENTO

A los docentes del programa de Lengua, Literatura, Psicología y Filosofía, quienes ayudaron e impulsaron a la realización y formación de mi persona como un futuro profesional, brindando información viva y actualizada. Y, en particular, al director y asesor de la presente investigación.

ISAIAS JOSSUE

ÍNDICE GENERAL

DEDICATORIA.....	3
AGRADECIMIENTO.....	4
ÍNDICE DE TABLAS.....	7
ÍNDICE DE FIGURAS.....	8
ÍNDICE DE ACRÓNIMOS.....	9
RESUMEN.....	10
ABSTRACT.....	11
INTRODUCCIÓN.....	12
CAPÍTULO I.....	14
EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	14
1.1 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	14
1.2 ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN.....	16
1.3 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	18
1.3.1 PROBLEMA GENERAL.....	18
1.3.2 PROBLEMAS ESPECÍFICOS.....	18
1.4 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN.....	19
1.4.1 OBJETIVO GENERAL.....	19
1.4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	19
CAPÍTULO II.....	20
REVISIÓN DE LITERATURA.....	20
2.1 SUSTENTO TEÓRICO.....	20
2.1.1 El síndrome del FOMO.....	20
2.1.1.1 Síntomas del FOMO.....	25
2.1.2 El FOMO y las actividades pedagógicas.....	31
2.1.3 El FOMO y los adolescentes.....	33
2.1.4 El FOMO y las actividades no pedagógicas.....	35
2.1.5 El FOMO durante la alimentación.....	37
2.1.6 El FOMO y las principales redes sociales.....	37
- Facebook.....	39
- Twitter.....	39
- Instagram.....	40
- WhatsApp.....	40
2.2 MARCO CONCEPTUAL.....	41

2.3 HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN	42
2.3.1 HIPÓTESIS GENERAL	42
2.3.2 HIPÓTESIS ESPECÍFICAS	42
2.4 SISTEMA DE VARIABLES	43
CAPÍTULO III	44
MATERIALES Y MÉTODOS	44
3.1. TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN	44
3.1.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN	44
3.1.2 DISEÑO DE INVESTIGACIÓN	44
3.2 POBLACIÓN Y MUESTRA DE INVESTIGACIÓN	45
3.2.1 POBLACIÓN	45
3.2.2 MUESTRA	45
3.3 UBICACIÓN Y DESCRIPCIÓN DE LA POBLACIÓN	47
3.4 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS	47
3.4.1 TÉCNICA	47
3.4.2 INSTRUMENTO	48
3.4.2.1 CONFIABILIDAD Y VALIDES DEL INSTRUMENTO	49
3.5 PLAN DE RECOLECCIÓN DE DATOS	50
3.6. PLAN DE TRATAMIENTO DE DATOS	51
3.7 DISEÑO ESTADÍSTICO PARA LA PRUEBA DE HIPÓTESIS	51
CAPÍTULO IV	53
RESULTADOS Y DISCUSIÓN	53
4.1 RESULTADOS	53
4.1.1 PRUEBA DE HIPÓTESIS	63
4.2 DISCUSIÓN DE RESULTADOS	64
CONCLUSIONES	66
RECOMENDACIONES	68
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	69
ANEXOS	76

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla N°1: Población de estudiantes de la Institución Educativa Secundaria “José Carlos Mariátegui”	45
Tabla N°2: Muestra de estudiantes de la Institución Educativa Secundaria “José Carlos Mariátegui”	47
Tabla N°3: Nivel de síndrome del FOMO que se manifiesta en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria “José Carlos Mariátegui”	54
Tabla N°4: Frecuencia con la que se manifiesta el síndrome del FOMO en los estudiantes durante las actividades pedagógicas	56
Tabla N°5: Frecuencia con la que se manifiesta el síndrome del FOMO en los estudiantes durante las actividades no pedagógicas	58
Tabla N°6: Frecuencia con la que se manifiesta el síndrome del FOMO en los estudiantes durante la alimentación	60

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura N°1: Porcentaje del nivel de síndrome del FOMO que se manifiesta en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria “José Carlos Mariátegui”	54
Figura N°2: Porcentaje con la que se manifiesta el síndrome del FOMO durante las actividades pedagógicas	56
Figura N°3: Porcentaje con la que se manifiesta el síndrome del FOMO en los estudiantes durante las actividades no pedagógicas	59
Figura N°4: Porcentaje con la que se manifiesta el síndrome del FOMO en los estudiantes durante la alimentación	61

ÍNDICE DE ACRÓNIMOS

UNA	Universidad Nacional del Altiplano
FOMO	Fear of missing out (miedo a perderse algo)
N	Nunca
RV	Rara vez
AV	Algunas veces
CS	Casi siempre
S	Siempre
IES	Institución Educativa Secundaria
INEI	Instituto Nacional de Estadística e Informática

RESUMEN

La presente investigación se refiere al Síndrome del FOMO en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria “José Carlos Mariátegui” Aplicación de la UNA – Puno. El propósito del estudio fue determinar el nivel de Síndrome del FOMO que se manifiesta en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria “José Carlos Mariátegui” Aplicación de la UNA – Puno en el año escolar 2017. La población de estudio estuvo constituido por todos los estudiantes del primero al quinto grado. De esta población se tomó una muestra representativa de todos los grados de estudio, a través de la fórmula del muestreo estratificado o tamaño de muestra, posteriormente, se prosiguió con la determinación de la muestra de cada grado de estudio mediante la fórmula, muestra por estratos y, finalmente, se determinó la muestra de varones y mujeres mediante la regla de tres simple, resultando un total de 139 estudiantes. La técnica de investigación que se utilizó fue la encuesta, dirigida a los estudiantes que cursan estudios en la institución educativa. El instrumento de investigación que corresponde a esta técnica fue el cuestionario que mide el nivel de síndrome del FOMO. Con esta investigación se pretendió determinar el porcentaje de estudiantes que padecen el Síndrome del FOMO. Para la obtención de resultados se utilizó el programa estadístico SPSS. La conclusión a la que se llegó fue que el nivel de síndrome del FOMO que se manifiesta en los estudiantes corresponde al nivel bajo, en la Institución Educativa Secundaria “José Carlos Mariátegui” Aplicación de la UNA – Puno en el año escolar 2017. En donde se obtuvo una valoración final de 32 puntos que corresponde al nivel bajo (20 - 39).

Palabras Clave:

Actividades, alimentación, FOMO, síndrome, pedagógicas.

ABSTRACT

The present investigation refers to the FOMO Syndrome in the students of the Secondary Educational Institution "José Carlos Mariátegui" Application of the UNA - Puno. The purpose of the study was to determine the level of FOMO Syndrome that manifests itself in the students of the Secondary Educational Institution "José Carlos Mariátegui" Application of the UNA - Puno in the 2017 school year. The study population was constituted by all the students from first to fifth grade. From this population a representative sample of all the study grades was taken, through the formula of the stratified sampling or sample size, afterwards, we continued with the determination of the sample of each degree of study by means of the formula, sample by strata and, finally, the sample of males and females was determined by the simple three-rule, resulting in a total of 139 students. The research technique that was used was the survey, aimed at students who are studying at the educational institution. The research instrument that corresponds to this technique was the questionnaire that measures the level of FOMO syndrome. With this research it was intended to determine the percentage of students suffering from FOMO Syndrome. The statistical program SPSS was used to obtain results. The conclusion reached was that the level of FOMO syndrome manifested in the students corresponds to the low level, in the Secondary Educational Institution "José Carlos Mariátegui" Application of the UNA - Puno in the 2017 school year. A final score of 32 points was obtained corresponding to the low level (20 - 39).

Keywords:

Activities, feeding, FOMO, syndrome, pedagogical.

INTRODUCCIÓN

La presente investigación abarca el problema referido al SÍNDROME DEL FOMO EN LOS ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA “JOSÉ CARLOS MARIÁTEGUI” APLICACIÓN DE LA UNA – PUNO EN EL AÑO ESCOLAR 2017. La aparición de las nuevas tecnologías como el Smartphone (teléfono inteligente) resulta muy beneficioso en estos tiempos, ya que, si se aprovechan de manera oportuna, ya sea en el trabajo, el estudio, etc., contribuyen a desarrollar nuestra personalidad y a potenciar nuestro aprendizaje, sin embargo el mal uso de estas o el uso excesivo, nos alejan de nuestra esencia como seres humanos, tal es el caso de nuestra sociedad que a simple vista, la juventud está conectada constantemente en un mundo virtual (redes sociales) que en el mundo de la realidad, y, en efecto, desarrollando ciertas patologías en la persona, como la dependencia, la ansiedad y la depresión. Es ahí que esta investigación cobra importancia porque nos permite conocer la situación de los estudiantes en relación al síndrome del FOMO.

El presente trabajo está estructurado en cuatro capítulos:

El primero engloba: el problema de investigación, antecedentes de la investigación, formulación del problema de investigación y los objetivos de la investigación.

En el segundo capítulo, referido a la revisión de literatura, se precisan el marco teórico y conceptual, las hipótesis de la investigación y el sistema de variables.

El capítulo tercero, referido a los materiales y métodos, abarca el tipo y diseño de investigación, la población y muestra de investigación, ubicación y descripción de la población, técnica e instrumentos de recolección de datos, plan de

recolección y tratamiento de datos y el diseño estadístico para la prueba de hipótesis.

Finalmente, el cuarto capítulo, referido a los resultados y la discusión, en donde se muestran el procesamiento de los datos en tablas y figuras, terminando con las conclusiones, recomendaciones, referencias y los anexos de la presente investigación.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

En las instituciones educativas de nivel secundario los estudiantes muestran un mayor interés en sus Smartphone que escuchar al docente, generando así un déficit en los aprendizajes y que merecen la atención de las autoridades y docentes. Cuando se indagan las razones del interés de los estudiantes hacia sus Smartphone se descubre que los estudiantes están inmersos en las redes sociales, el cual dificulta a lograr un aprendizaje íntegro. Según datos recabados, el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), en el Perú existen 15 millones de personas que utilizan la red social Facebook. De estos, el 61.2% son adolescentes entre 12 y 17 años. Así mismo Veliz J. (2015), conductor de familia. Com. Opina al respecto “nuestros hijos descubren Facebook casi de manera instantánea, no sólo establecen sus amistades, sino que discuten, ventilan quiénes son y qué es lo que hacen a través de fotos y videos”, evidenciándose así la propensión que tienen los estudiantes hacia su Smartphone y por consiguiente estar inmerso en las redes sociales. Por otro lado, Slater y Tiggemann (2010) nos muestran datos porcentuales en donde el 96% de las adolescentes tienen acceso a Internet desde casa, el 72% sube fotos suyas a la Red, mientras que el 12% prefiere compartir videos. Del mismo modo, Slater y Tiggemann (2010) afirman que, existe una alarmante relación entre el excesivo uso de las redes sociales y el bajo rendimiento académico, una menor autoestima, insatisfacción con el cuerpo, falta de identidad y depresión entre las adolescentes. En el caso de la Institución Educativa Secundaria “José Carlos

Mariátegui” Aplicación de la UNA – Puno no se tienen los datos científicamente sustentables respecto del nivel de Síndrome del FOMO que caracteriza a los estudiantes.

Por consiguiente, esta investigación se realizó porque los estudiantes con frecuencia están inmersos en sus Smartphone esto en relación con las redes sociales y debido a esta situación se evidencian las carestías en lo que respecta el rendimiento académico. Por otro lado los resultados que se obtuvieron en esta investigación servirán para demostrar el nivel de síndrome del FOMO que se manifiesta en los estudiantes. Así mismo, la investigación se efectuó por la necesidad de diagnosticar **y** conocer el nivel del síndrome FOMO que se manifiesta en los estudiantes, del mismo modo, poder propiciar la toma de consciencia sobre las consecuencias que puede ocasionar este nuevo síndrome.

Se planteó, de acuerdo a ello, la siguiente interrogante: ¿Cuál es el nivel de síndrome del FOMO que se manifiesta en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria “José Carlos Mariátegui” Aplicación de la UNA – Puno en el año escolar 2017?

El trabajo se realizó teniendo como base los estudios relacionados con el mismo lo que refieren, con respecto, al uso de las redes sociales. Según, Mejía (2015) la influencia de las redes sociales en la formación de los estudiantes es que desconocen de lo influyente que pueden llegar a ser las redes sociales, motivo por el cual se vuelven adictivos a las mismas y olvidan su compromiso como estudiantes situación que se vuelve incómoda tanto para padres como para profesores.

En base a ello el sustento teórico explica que el síndrome FOMO proviene de las siglas o del acrónimo en inglés ‘fear of missing out’ o miedo a perderse algo, en las redes sociales.

1.2 ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

En la Universidad Nacional del Altiplano de Puno, Sánchez (2013) sustentó una tesis referida a la influencia del uso de las redes sociales virtuales en el aprendizaje de la OFIMÁTICA. El propósito del estudio fue determinar la influencia del uso de las redes sociales virtuales en el aprendizaje de la OFIMÁTICA de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria “Comercial 45” de la ciudad de Puno – 2012. Las técnicas utilizadas fueron la encuesta y observación; mientras que los instrumentos fueron el cuestionario y la ficha de observación, respectivamente. Una de las conclusiones de la investigación señala que el uso de las redes sociales virtuales de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria “Comercial 45” es alto. Esta conclusión se sustenta en la prueba de hipótesis N° 2 donde $Z_c = 5,45 > Z_t = 1.64$.

En la Pontificia Universidad Católica del Perú, Mejía (2012) sustentó una tesis referida a Redes de innovación: Un análisis basado en la teoría de redes. El propósito del estudio fue explorar el uso de la metodología del Análisis de las redes sociales para estudiar y describir las relaciones entre actores de diferentes sistemas de innovación, siendo el más complejo el SINACYT. La técnica utilizada fue la observación; mientras que los instrumentos fueron los programas de UCINET, el spreadsheet y el netdraw, respectivamente. Una de las conclusiones de la investigación señala que la metodología del Análisis de las Redes Sociales es útil para estudiar y describir las relaciones entre actores de diferentes sistemas de innovación. Estos resultados pueden ser utilizados como un insumo

para el análisis de redes socio-técnicas, esto es, de redes que incluyan instituciones y que sean más complejas, presentando proyectos en común y coordinación centralizada como es el caso del SINACYT.

En la Universidad de Guayaquil - Ecuador, Mejía (2015) sustentó una tesis referida al análisis de la influencia de las redes sociales en la formación de los jóvenes de los colegios del Cantón Yaguachi. El propósito del estudio fue Establecer la influencia que tienen las redes sociales en la formación de los jóvenes por medio del análisis, para demostrar en qué medida afectan estos espacios cibernéticos a los estudiantes de los dos colegios del Cantón Yaguachi. Las técnicas utilizadas fueron la encuesta, la observación y la entrevista; mientras que los instrumentos fueron el cuestionario, la ficha de observación, la ficha de entrevista respectivamente. Una de las conclusiones de la investigación señala que los estudiantes desconocen de lo influyente que pueden llegar a ser las redes sociales, motivo por el cual se vuelven adictivos a las mismas y olvidan su compromiso como estudiantes situación que se vuelve incomoda tanto para padres como para profesores.

En la Universidad de San Martín de Porres en Lima, Salcedo (2016) sustentó una tesis referida a la relación entre adicción a redes sociales y autoestima en jóvenes universitarios de una universidad particular de Lima. El propósito de estudio fue determinar la relación entre la adicción a redes sociales y la autoestima en estudiantes de una universidad particular de Lima. La técnica utilizada fue la encuesta y su instrumento el cuestionario de adicción a las redes sociales y la escala de autoestima. Uno de los resultados obtenidos de la investigación señala que un 70% de los participantes, jóvenes universitarios, reportaron un uso elevado, de las redes sociales analizadas.

En la Universidad Rafael Landívar Guatemala de la Asunción, Haeussler (2014) sustentó referido al nivel de adicción a las redes sociales que presentan los adolescentes miembros del movimiento juvenil pandillas de la amistad y su relación con las manifestaciones de ansiedad. El propósito de estudio fue determinar el nivel de adicción a las redes sociales que presentan los adolescentes que forman parte del Movimiento Juvenil Pandillas de la Amistad, así como determinar los niveles de ansiedad y sus manifestaciones. La técnica utilizada fue la encuesta y su instrumento el cuestionario de adicciones a las nuevas tecnologías. Uno de los resultados obtenidos de la investigación señala que los sujetos demostraron niveles de adicción moderada en cuanto al uso de internet, tecnologías y redes sociales y que no presentan niveles graves de ansiedad.

1.3 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.3.1 PROBLEMA GENERAL

¿Cuál es el nivel de síndrome del FOMO que se manifiesta en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria “José Carlos Mariátegui” Aplicación de la UNA – Puno en el año escolar 2017?

1.3.2 PROBLEMAS ESPECÍFICOS

- ¿Con cuánta frecuencia se manifiesta el síndrome del FOMO en los estudiantes durante las actividades pedagógicas?
- ¿Con qué frecuencia se manifiesta el síndrome del FOMO en los estudiantes durante las actividades no pedagógicas?
- ¿Con qué frecuencia se manifiesta el síndrome del FOMO en los estudiantes durante la alimentación?

1.4 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

1.4.1 OBJETIVO GENERAL

Determinar el nivel de síndrome del FOMO que se manifiesta en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria “José Carlos Mariátegui” Aplicación de la UNA – Puno en el año escolar 2017.

1.4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Señalar la frecuencia con la que se manifiesta el síndrome del FOMO en los estudiantes durante las actividades pedagógicas.

- Señalar la frecuencia con la que se manifiesta el síndrome del FOMO en los estudiantes durante las actividades no pedagógicas.

- Identificar la frecuencia con la que se manifiesta el síndrome del FOMO en los estudiantes durante la alimentación.

CAPÍTULO II

REVISIÓN DE LITERATURA

2.1 SUSTENTO TEÓRICO

2.1.1 El síndrome del FOMO

Para, Cuadro *et al* (2016), el síndrome FOMO proviene de las siglas o del acrónimo en inglés ‘fear of missing out’ o miedo a perderse algo, en las redes sociales. “Esto se asocia en especial con las tecnologías modernas, como los teléfonos móviles (Smartphone) y los servicios de redes sociales”, describe el doctor Andrew Przybylski (citado en Sidoti, 2014, p. 1).

Este síndrome ha sido reconocido por los psicólogos como un trastorno producido por el avance de la tecnología, la causa de este fenómeno es estar continuamente conectado a las redes sociales, García (s. f.). FOMO es esa ansiedad por querer conocerlo todo y el miedo a estar perdiéndose algo realmente importante, Ríos (2016). Es ese deseo constante de estar conectados y pendientes de todo lo que hacen los demás, todo el tiempo, Arlene (2016).

Según, Piergiorgio (2014), es un nuevo síndrome que sufren los adictos a las tecnologías y a internet, es el temor a estar desconectados durante demasiado tiempo y a no enterarse qué hacen los demás. Así mismo, Gonzales (2015), considera que es el deseo constante y la necesidad de estar conectados con todo lo que hacen los demás todo el tiempo.

Así mismo, FOMO es un término acuñado por el grupo de investigación de Andrew Przybylski, investigador del Oxford Internet Institute, quien lo describe como “la sensación de malestar que se siente al ser consciente que otras

personas están realizando actividades agradables y uno no forma parte de ello” (citado en Cuadro, 2016, p. 6). Los expertos nos advierten que este síndrome es consecuencia de un tipo de distorsión cognitiva que lleva a pensamientos irracionales, García (s. f.).

FOMO refiere a la sensación de ansiedad que provoca saber que un evento emocionante o interesante puede estar sucediendo en otros lugares y no estoy siendo parte de eso, (Revista Cabal, 2017, p. 2). Es esa sensación amarga de sentir que nos estamos perdiendo algo que los otros conocen, comienza como una simple percepción, que crece y nos mortifica hasta el punto de necesitar mantenernos siempre actualizados, Shutterstock (2016).

La gran cantidad de información que se maneja en Internet y a través de las redes sociales es el causante de este Síndrome del FOMO y de sus consecuencias, las personas que están continuamente conectadas a la red son las que tienen más probabilidades de poder generar un síndrome como este, Ríos (2016). Cada vez son más las personas que sienten que su vida es mucho menos interesante que la de sus conocidos y que tienen siempre la sensación de estar perdiéndose algo, Knapp (2012). De tal forma viven volcados en aquello que les ofrecen las redes sociales sobre otras personas cuya vida parece mucho más interesante, Ríos (2016).

En la actualidad, la facilidad por mostrar nuestra aparente "felicidad" ante el mundo por medio de Instagram, Twitter o Facebook causa inestabilidad emocional y una alteración de la realidad, pues al convertir esto en una prioridad, creemos que estamos exentos de problemas o somos más interesantes al igual que nuestros contactos, Gopar (2017). Esto hace que la persona con Síndrome

FOMO pase el día y la noche buscando y pendiente de la red a través de su Smartphone, las investigaciones han resuelto que los hombres jóvenes son los que caen más en este tipo de problema. Ríos (2016).

Del mismo modo la revista, *Marketing Human* (2013), afirma que FOMO tiene una mayor intensidad entre la gente joven y entre los hombres jóvenes en particular. Generalmente seda en jóvenes menores de treinta años que sienten que pueden quedar alejados de algún evento social que ha ocurrido y que no son parte de ello, que se caracteriza además con el deseo de estar conectado permanentemente a lo que hacen los demás, sin perderse de nada, Sabbag (2013). Según un estudio de JWT (citado en Ríos, 2016), 3 de cada 10 personas entre 13 y 34 años han experimentado esta sensación.

Los niveles altos de este síndrome, correlacionan positivamente con circunstancias sociales como el bajo nivel de satisfacción social, lo que causa sentimientos de inferioridad, FOMO puede llegar a provocar problemas en la salud mental de las personas, produciendo depresión o ansiedad, Przybylski (citado en Knapp, 2012). Además de otros problemas de mayor o menor intensidad emocional y psicológica, Ríos (2016).

El miedo a perderse algo señala, Knapp (2012), es un miedo que siempre ha existido: la exclusión, al saber que tus colegas van a algo o tienen algo mejor que tú, pero gracias a los Smartphone y a la ubicuidad e instantaneidad de las redes sociales este miedo se ha convertido en un acompañante habitual. Con estas nuevas tecnologías estas sensaciones toman nuevas dimensiones, que puede transformarse a algo cercano a una enfermedad, la ansiedad y el miedo de quedarnos al margen nos hacen excluírnos a un más, y refugiándonos en un

mundo de pantallas que nos aísla del contacto humano, cayendo en un espiral de nunca acabar, Rivero (2016). Sufrir de FOMO es vivir con la ansiedad eterna y perpetua de que están pasando demasiadas cosas y que no podemos prestar atención a todas, Gonzales (2015). La necesidad de estar conectado continuamente a internet está aumentando en los últimos años sobre todo entre los más jóvenes generando los efectos psicológicos, Torres (2017).

Las redes sociales online, como Instagram, Facebook, Twitter o WhatsApp empleadas de forma adecuada, enriquecen y amplían nuestros círculos sociales. Sin embargo, su uso excesivo, por la cantidad de horas que invertimos en ellos, haciéndonos llevar en ocasiones, literalmente, nuestro mundo digital a cuestras, puede generar riesgos en la población adolescente. Ya que en esta etapa de la vida predomina la necesidad de pertenencia al grupo, las redes sociales multiplican el número de relaciones y amplifica la sensación de conexión entre ellas, Cuadro (2016). La identidad social especialmente en los jóvenes que viven inmersos en las nuevas tecnologías se van creando en gran parte, a través de las redes sociales, Knapp (2012). Estas tienen un componente muy elevado de exhibición por lo que hay personas que tienden a pensar que su vida carece de interés al ver que los demás cuelgan fotos sobre su supuestamente interesante y feliz vida, revista, BY Editor (2014). Sin embargo, Lo que se ve en las redes sociales es una realidad a medias, distorsionada y en parte, edulcorada, revista, actualidad en psicología (2017).

Cuando una persona se encuentre en un lugar apartado y que su móvil no tenga acceso a internet o WIFI y por costumbre revisa los mensajes en las redes sociales en cuanto se levanta por la mañana y en efecto al medio día o en la noche, entonces empieza a notar que están sucediendo diversas actividades sin

saber lo que está sucediendo y que no se es parte de ella y de todo lo que te estás perdiendo, es ahí cuando se experimenta el miedo de perderse algo conocido como el Síndrome FOMO, Piergiorgio (2014).

Los expertos aseguran que el fenómeno del FOMO tiene una base diferente. “Puedes sentir la envidia y la frustración de siempre, lo que ocurre es que ahora todo se viraliza más. Por ejemplo, con las redes sociales (Instagram, Facebook, WhatsApp, etc.), con las fotos puede causar un auténtico malestar porque no sólo te enteras, sino que ves lo que está haciendo el otro, cuando antes sólo tenías el teléfono fijo de casa”, explica Felipe Romero (citado en Piergiorgio, 2014).

Queremos estar en todo porque podemos estar en todo. Y queremos consultarlo todo ya. De ahí deseo de estar conectados para saber qué es lo que los demás están haciendo menciona, Piergiorgio (2014).

El FOMO no es considerado una forma de adicción a las redes sociales, aunque pueda ser un importante catalizador de su uso inadecuado, y de cómo éstas pueden convertirse en fuentes generadoras de estrés y ansiedad. Sociólogos y psicólogos prefieren hablar del temor que siempre ha existido a la exclusión social, que ahora se hace visible en las redes. La necesidad de pertenecer y estar conectado socialmente es una necesidad básica presente desde la infancia. Sin embargo, en la red no es suficiente observar, has de participar, dar señales de vida, porque en nuestra mente el riesgo de estar off supone la exclusión. Hoy día son una herramienta para estar socialmente integrado, desconectarse no es la solución, pero limitar su papel (por ejemplo; el número de horas...) puede ser un primer paso, Cuadro (2016).

En fin, el mal uso de las nuevas tecnologías lleva consigo a la determinación de nuevas patologías, y se debe estar alerta cuando de excesos se trata. Si también se ha sentido la necesidad urgente de saber todo aquello que ocurrió mientras no se estaba en las redes sociales, y ya ha sucedido en más de una ocasión, es probable que esto genere mucha ansiedad y estrés que con el tiempo afectará la salud emocional, Gopar (2017).

2.1.1.1 Síntomas del FOMO

Para Terrón (2014), en el momento que sentimos ansiedad o cierto grado de nerviosismo cuando no tenemos o prevemos que no vamos a tener acceso a Internet podemos decir que estamos enganchados. Cuántas veces habremos sacado el móvil para ver la hora y revisamos Facebook, Twitter, LinkedIn... guardamos el móvil... ¡y no sabemos qué hora es! ¿Cuántas veces encendemos el portátil y la primera página que abrimos es una red social que dejamos siempre abierta? ¿Cuánto tiempo puedes estar resistiéndote a un aviso de actividad en tu cuenta? Una persona sufre FOMO cuando siente miedo o temor a estar desconectado de su vida virtual. Cuando su dependencia a Internet es evidente, por ejemplo, sintiendo ansiedad cuando pasa cierto tiempo sin estar conectado, teniendo pensamientos recurrentes de estar “perdiéndose algo” (p.1).

En efecto, para, Terrón (2014), los síntomas de esta nueva patología son:

- Ansiedad en caso de olvidarse el Smartphone en casa.
- Pensar que en cuanto salga alguna reunión o evento, por ejemplo, se va a encontrar nuevas actualizaciones y alertas y esta sea una motivación para acortar el tiempo de estas.

- Comprobar Facebook cada cierto tiempo, por ejemplo cada 30 minutos y si se deja de hacerlo le invade una sensación de que se está perdiendo la diversión o la realidad de lo que pasa en sus círculos.
- No pasan más de 5 minutos desde que se encuentra un aviso de actividad y lo revisa.
- No poder salir a algún sitio de vacaciones sin asegurarse de que va a haber wifi.
- Pensar que el no recibir “Me gustas” o lo que es lo mismo la atención de sus seguidores o amigos es un síntoma claro de que algo no va bien.
- Tener en la pantalla del móvil primero los iconos de redes sociales que otros importantes para facilitar su accesibilidad.
- Tener una vida social virtual más rica que en persona. Se les da mejor comunicarse en redes que en persona, llegando a preferir reforzadores virtuales que gestos personales.
- Pasar muchas horas navegando por redes sociales, buscando reforzadores y viendo los eventos externos que hablando con familiares y amigos.
- Mirar las redes sociales nada más al levantarse y al acostarse.

Síntomas del FOMO, según otros autores:

- No despegarse del celular por estar esperando siempre una llamada o un mensaje, revista, mistura (s. f.)
- Enviar mensajes con mucha frecuencia para estar al tanto de los planes de los amigos y familiares, revista, mistura (s. f.)
- Estar en una reunión y sentir ansiedad por estar perdiéndose lo que sucede en otros sitios, revista, mistura (s. f.)
- No poder comer o dormir sin chequear antes las redes sociales, Sabbag (s. f.).
- Envío de mensajes con mucha frecuencia para así estar al tanto de los planes de amigos y familiares y evitar de este modo quedarse al margen, revista, curiosidades (2013).
- Sentir el deseo constante de estar conectados con todo lo que hacen los demás todo el tiempo, Arlene (2016).
- Sentirse frustrados si no reciben likes en sus publicaciones, Becerra (2017).
- Están pendientes de las actualizaciones del estado de sus amigos, Becerra (2017).
- Tienen necesidad de fotografiar y publicar todo lo que ven o hacen, Becerra (2017).
- Experimentar cambios de ánimo frente a las publicaciones que ven en las redes sociales, Becerra (2017).
- No dejan de pensar en las redes cuando no están conectados, Becerra (2017).

- Te genera angustia quedarte sin batería en tu Smartphone o no tener cobertura para seguir conectado, Torres (2017).
- Lo primero que hacen al levantarse y antes de ir a dormir es consultar las redes sociales, Becerra (2017).
- Sentir frustración al saber que no pudiste ir a una reunión y los demás hablan sobre algo que pasó ese día sin tu presencia, Lioi (2015).
- Conectarse a las redes sociales, aun cuando están en un evento social o reunido con amigos, Becerra (2017).
- Estar en continua actualización de los mails en el Smartphone y encadenado al Whastapp, Cantera (2014).
- Cuesta conciliar el sueño sin leer los últimos mensajes que has recibido por WhatsApp, Cristinarrv (2017).
- Sentirse desplazado o con ansiedad en caso de olvidarse el Smartphone, Cristinarrv (2017).
- Comprobar facebopok cada cierto tiempo, Alvarado (2017).
- Sentir que tienes menos actividades sociales que los demás y que te estás quedando atrás, Lioi (2015).
- Pasar demasiado tiempo investigando las redes sociales, responder todos los mensajes o llamados rápidamente. Incluso actualizar los mails y estados de redes sociales de manera continua, Lioi (2015).

Tips para evitar el síndrome del FOMO

Según, Terrón (2014), sugiere lo siguiente:

- Analizar los síntomas de FOMO, ser conscientes del tiempo que estamos conectados, enganchados y del tiempo y atención que le dedicamos.
- Comparar este tiempo con el que disponemos en todo el día y del que nos queda para socializarnos personalmente y sacar estadísticas objetivas para tener una idea de lo que nos supone.
- Pensar si estar conectados en redes sociales nos evita compartir un café o un refresco cara a cara con personas.
- Pensar si nos expresamos mejor con caras creadas que con la nuestra propia.

Así mismo, Wolman (2015). Sugiere potenciar otros ámbitos más de la vida, como encuentros cara a cara con amigos, salidas, deporte, evitar que estar conectado a las redes te impida hacer otras cosas como conversar, comer, etc. Por otro lado, Cristinarrv (2017), recomienda que para evitar el sentimiento de angustia que nos provoca el síndrome FOMO, el primer paso a seguir es dejar de idealizar la vida de los demás.

Tips para evitar el síndrome del FOMO, revista, mistura (s. f.).

- Consultar el correo solo durante un tiempo determinado cada día, en horario laboral. Quienes nos envíen e-mails sabrán que solo estaremos disponible en esas horas y se adaptarán. Y si hay algo urgente, siempre está el teléfono.
- Desconectar el celular al menos un rato cada día, cuando no sea imprescindible.

- Planificar las consultas diariamente a las redes sociales. Por ejemplo, cuatro al día y no más de 20 minutos cada una.

Tips para evitar el síndrome del FOMO, por Becerra (2017).

- Vivir el aquí y ahora. Aceptar que siempre va a haber algo que te estás perdiendo. Aprender a relajarse y disfrutar lo que se tiene en el momento presente es el desafío de la modernidad.

- Desconectarse. Elige no estar conectado algunos días a las redes sociales, para experimentar cómo esto impacta en tu estado de ánimo y calidad de vida.

- Usar la tecnología a tu favor. Hay gran cantidad de aplicaciones que puedes bajar a tu celular para controlar el uso excesivo de las redes sociales, o bien decidir eliminar estas aplicaciones de tu móvil y conectarte únicamente por la computadora.

- Ser realista. Lo que se refleja en las redes sociales no siempre es la realidad. Comparar tu vida con esa “vida perfecta” puede afectar tu autoestima y alterar tu bienestar emocional.

- Abandonar las comparaciones. Centrarte en tus proyectos y la forma de alcanzarlos suele ser más útil que sentirte mal por los logros ajenos.

- No vivir para tus redes. Estar más preocupado por subir una foto de un evento que de disfrutarlo puede ser una señal de que es mejor desintoxicarte de las redes.

- Buscar ayuda. Aquellas personas que vean sus vidas gravemente afectadas pueden realizar Terapia Cognitivo Conductual buscando modificar los

pensamientos y las conductas asociados al uso excesivo de Internet, así como los síntomas ansiosos y depresivos.

Efectos que produce el Síndrome del FOMO

Para, Arlene (2016), puede producir algunos trastornos en la salud por la ansiedad que provoca. Se pierden horas de descanso por estar conectados, debilitando no solo nuestro estado psicológico, también se verá afectado el estado físico, Becerra (2017).

A. ¿Cómo saber que tanto me afecta el FOMO?

Prestar atención a lo que estás haciendo y medir que tan grande es la urgencia por hacer otras cosas o averiguar que están haciendo los demás. ¿Qué tanto afecta las actividades diarias, el trabajo, o las relaciones personales, el querer estar conectado a todo y todos, todo el día? Hernández (2016).

B. ¿Cómo impacta a nuestro desempeño y productividad?

Según, Hernández (2016).

- Te aleja del momento presente.
- La ansiedad por consultar las redes sociales una y otra vez, impide que enfoquemos nuestra atención en el momento presente.
- Evita que entables conversaciones de calidad.
- Debilita tu autoestima.

2.1.2 El FOMO y las actividades pedagógicas

Las actividades pedagógicas son todas las acciones que se desarrollan y se hacen en pro de la educación. Cuando se trata del ambiente educativo se hace referencia a este tipo de actividades cuando estas están creadas, programadas

y ejecutadas con la idea de lograr aquellos objetivos educativos que queremos que los estudiantes logren, Concepto y Definición (2018). Así mismo, están enfocadas a todas aquellas operaciones que se realizan dentro del marco del proceso de enseñanza aprendizaje encaminadas a reforzar los conocimientos adquiridos en el aula, Rectoría UGM Norte (s. f.).

Según el DCN (2017) estas actividades son los procesos pedagógicos que desarrolla el docente de manera intencional con el objeto de mediar en el aprendizaje significativo del estudiante.

El fenómeno de síndrome del FOMO, está relacionada con estas actividades que se desarrollan en el aula en el proceso de enseñanza aprendizaje. Dado que, los adolescentes están conectados en las redes sociales durante este proceso, afectando su rendimiento.

Síntomas que se pueden dar durante las actividades pedagógicas:

- Estar pensando qué publicar en las redes sociales que prestar atención al docente.
- Preferencia en estar conectado a las redes sociales, para dejar pasar el tiempo durante las horas de clase.
- Estar revisando las redes sociales durante las actividades grupales en horas de clase.
- Sentir ansiedad al estar desconectado de las redes sociales y no enterarse qué hacen los demás, durante las horas de clase.
- Revisar el Smartphone, con acceso a las redes sociales, en la primera señal de notificación durante las horas de clase.

- Pasar muchas horas navegando en redes sociales que escuchar la exposición del docente.
- Estar revisando las redes sociales porque sienten que se están perdiendo algo durante las horas de clase.
- Estar revisando las redes sociales sin haber recibido ninguna señal de notificación durante las horas de clase.
- Asegurarse de tener WIFI o señal de internet con acceso a las redes sociales durante las horas clase.

2.1.3 El FOMO y los adolescentes

Según, el estudio de Thompson (citado en Cusi y Yana, 2017), 3 de cada 10 personas de entre 13 y 34 años han experimentado esta sensación, y generalmente cuando ven que sus amigos hacen cosas a las que no están invitados. Es en los jóvenes donde mayor prevalencia se observa por convertirse en la tecnología en un elemento identitario, internet es para ellos un catalizador perfecto para la expresión libre de ideas y por ser un medio fundamental para comunicarse entre ellos, Blanco (2017). “Para los adolescentes, lo peor es estar fuera del grupo, es decir, no me han invitado; para los adultos, en cambio, el miedo consiste en perderse una conversación o en el no haber sido consultado”, explica Romero (citado en Piergiorgio, 2014).

La mayor incidencia está entre los jóvenes de 18 a 33 años y el miedo más representativo es la exclusión de su grupo de iguales, Torres (2017). Así mismo, el estudio que realizó el Dr. Andy Przybylski (citado en Gopar, 2017) en el que se investigó a más de 2 mil adultos en Estados Unidos sobre su capacidad de desconectarse de su teléfono. Este estudio concluyó que el Síndrome FOMO

afecta en gran número a las personas jóvenes, sobre todo a los hombres; lo que causa un bajo nivel de satisfacción social y problemas en la salud mental que puede producir depresión o crisis de ansiedad.

Los jóvenes que entran en contacto excesivo con las redes sociales sufren de FOMO: el miedo a sentirse excluidos de lo que ocurre, Universia Mexico (2013). Esta conducta puede provocar inconvenientes en el trabajo, el estudio, el sueño, la alimentación y hasta en los vínculos personales que se dan en la vida real y no en la semificción de la virtualidad, Becerra (2017). La psicoeducación en las TICS es básica, y el rol educativo de los padres toma especial protagonismo, Cuadro (2016).

De acuerdo con una encuesta de la agencia de publicidad JWT (citado en Piergiorgio (2014), casi el 70% de los ingleses y estadounidenses de entre 18 y 34 años reconoce que “puede estar sufriendo el FOMO”, “Nuestros datos indican que sufren el FOMO los que han usado instrumentos tecnológicos desde edades tempranas. Para ellos la web es parte de su vida real.

Según la A&M Health Science Center College of Medicine de Texas (citado en cultura digital, 2018), al menos un 13% de la población estaría padeciendo este tipo de ansiedad social. En el estudio realizado entre jóvenes universitarios por este centro, el estudiante medio pasa de ocho a diez horas matando el tiempo con su ‘Smartphone’.

Otro estudio realizado por investigadores del Centro Reina Sofía sobre Adolescencia y Juventud (citado en Wolman, 2015) que analiza la impronta de lo virtual en la juventud, asegura que el 82% de los adolescentes entre los 12 y 18 años considera que una de las mayores utilidades de internet es que te

permite «saber lo que ocurre». Por otro lado, dos de cada cinco entrevistados confesaron sentirse “ansiosos” si no pudieran revisar constantemente su celular. En relación al lugar donde usan el teléfono, el 75% de los jóvenes dijeron que en la cama, el 46% en las comidas con amigos y familiares, el 30% en el baño y el 20% mientras conduce un auto.

Así es como adolescentes y adultos se conectan a cualquier momento y mandan mensajes de texto aun cuando están manejando y ponen en riesgo sus propias vidas, interrumpen llamadas para tomar otras, aunque no sepan quién está en la otra línea, chequean Twitter y Facebook en forma permanente, como si lo que no apareciera allí, simplemente “no existe”, Wolman (2015).

2.1.4 El FOMO y las actividades no pedagógicas

El síndrome del FOMO (fear of missing out) o miedo a perderse algo, en las redes sociales, no solo se manifiesta durante las actividades pedagógicas, también se puede dar fuera de estas, ya sea en una reunión de amigos, un paseo familiar, en casa, en el trabajo, etc.

Síntomas que se pueden dar fuera de las actividades pedagógicas:

- Sentir ansiedad al haber olvidado el celular con acceso a las redes sociales, ya sea cuando se sale de paseo, al salir de casa, llegando al trabajo o saliendo de la misma, etc.
- Estar conectado a las redes sociales para dejar pasar el tiempo, ya sea en el trabajo, en casa, en una reunión, en un encuentro deportivo, etc.
- Sentir frustración al no recibir “me gustas” en las redes sociales.

- Sentir ansiedad al estar desconectado de las redes sociales, a causa de la falta de señal de internet.
- Colocar primero en su pantalla del móvil los iconos de las redes sociales, para una instantánea accesibilidad.
- Preferencia para comunicarse en las redes sociales que en persona.
- Preferencia para estar navegando en las redes sociales durante una reunión con familiares y/o amigos.
- Frecuencia en estar mirando las redes sociales al levantarse o al acostarse para ver que están haciendo los demás y así estar actualizado de lo que hacen los demás.

2.1.5 El FOMO durante la alimentación

La alimentación es un proceso por el cual el ser humano tiene la necesidad de consumir todos los componentes nutritivos que proviene de los alimentos. Sin embargo, con la presencia de este nuevo fenómeno, el síndrome FOMO, se ve distorsionada dicho proceso, en donde la metabolización no se da en su totalidad, incluso las personas que están desarrollando este fenómeno tienden a no alimentarse correctamente, ya sea a la hora del desayuno, el almuerzo y en el momento de la cena.

Del mismo modo, cuando se está en un evento social o reunido con amigos, en un almuerzo, por ejemplo, se prefiere estar conectado a las redes sociales, dando mayor prioridad a estas que a la reunión de amigos, Becerra (2017). Asimismo, con el uso que se hace de las redes sociales justo cuando te levantas o mientras comes, puede generar ansiedad el no querer desconectarse, Gonzales (2015).

Síntomas que se pueden dar durante la alimentación:

- Preferencia al estar navegando en las redes sociales que estar conversando un almuerzo familiar.
- Sentir ansiedad de revisar las redes sociales durante el desayuno, también se puede sentir al momento de almorzar y cenar.
- Sentir ansiedad de revisar las redes sociales durante un almuerzo de amigos y/o compañeros.

2.1.6 El FOMO y las principales redes sociales

Las redes sociales online, como Instagram, Facebook, Twitter o WhatsApp empleadas de forma adecuada, enriquecen y amplían nuestros círculos sociales.

Sin embargo, su uso excesivo, por la cantidad de horas que invertimos en ellos, haciéndonos llevar en ocasiones, literalmente, nuestro mundo digital a costas, puede generar riesgos en la población adolescente. Ya que en esta etapa de la vida predomina la necesidad de pertenencia al grupo, Cuadro (2016). De tal manera, se sienta la necesidad de estar conectado a las redes sociales y son precisamente estas redes las que generan el síndrome del FOMO.

2.1.6.1 Definición de las redes sociales

Las redes sociales son sitios de Internet formados por comunidades de individuos con intereses o actividades en común (como amistad, parentesco, trabajo, etc.) y que permiten el contacto entre estos, de manera que se puedan comunicar e intercambiar información.

Tipos de redes sociales

- **Facebook**

Fue creado alrededor de 2004 por un grupo de estudiantes liderado por Mark Zuckerberg, con el objetivo de mantener en contacto a los estudiantes de la Universidad de Harvard (USA). Sin embargo, al poco tiempo cualquier persona con una cuenta de correo electrónico podía unirse. Así, Facebook empezó a ganar popularidad en el ambiente estudiantil, para luego ampliar su target.

Esta red social, puede subir en su muro textos, vídeos, fotografías y cualquier otro tipo de archivo digital a fin de que las personas que él desea puedan verlos, compartir, comentar o expresar qué les gusta. En este tipo de páginas el contenido puede publicarse o compartirse de forma pública (con todos los usuarios de la red social), o privada (únicamente con aquellos que forman parte de la red de contactos o amigos de dicho usuario), Peres y Gardey (2013).

- **Twitter**

Fue creado un poco después que Facebook, alrededor del año 2006 y es una red social que permite publicar textos medianamente cortos (140 caracteres), que son popularmente conocidos como “tuits” y que aparecen en la página principal del usuario que los publica. De esta manera, cada individuo suscripto a

dicha red, puede elegir “seguir” a otros usuarios, y de esta manera ver el contenido de sus publicaciones. Rubín (2017).

- **Instagram**

Es una aplicación gratuita para iPhone o para Android que permite tomar fotografías, modificarlas con efectos especiales, para luego compartirlas en redes sociales como Facebook, Twitter, Flickr o la propia Instagram. Toma fotografías cuadradas, similares a las que tomaban las cámaras Kodak Instamatic en los años 60. El nombre Instagram proviene de las fotografías "instantáneas" que se tomaban con las cámaras Polaroid. Cuenta con once filtros digitales que permiten transformar las fotografías que se toman, mejorando la calidad del producto final. Además se pueden modificar los colores, el ambiente, los bordes y los tonos, Rubira (2013).

- **WhatsApp**

Es una aplicación de chat para teléfonos móviles de última generación, los llamados Smartphone. Permite el envío de mensajes de texto a través de sus usuarios. Su funcionamiento es idéntico al de los programas de mensajería instantánea para ordenador más comunes. La identificación de cada usuario es su número de teléfono móvil. Basta con saber el número de alguien para tenerlo en la lista de contactos. Es imprescindible que, tanto el emisor como el destinatario, tengan instalada esta aplicación en su teléfono. Para poder usar WhatsApp hay que contratar un servicio de internet móvil. Los mensajes son enviados a través de la red hasta el teléfono de destino.

2.2 MARCO CONCEPTUAL

- **Síndrome del FOMO:** Proviene de las siglas o del acrónimo en inglés 'fear of missing out' o miedo a perderse algo, en las redes sociales, es un trastorno psicológico producido por el avance de la tecnología en relación a las redes sociales, al no querer perderse nada y producto de esta acción, se genera la necesidad de estar siempre conectados, de no ser así genera en la persona depresión o ansiedad alterando el estado psicológico.

- **Alimentación:** Es un proceso por el cual el ser humano tiene la necesidad de consumir todos los componentes nutritivos que proviene de los alimentos, ya sea en el momento de desayunar, almorzar y cenar.

- **Actividades pedagógicas:** Son acciones que realiza el docente durante el proceso de enseñanza – aprendizaje, al ser estas creadas, programadas y ejecutadas con la idea de lograr aprendizajes significativos por parte de los estudiantes.

- **Actividades no pedagógicas:** Son todas las acciones que realiza el ser humano, por ejemplo, salir de paseo con amigos y/o familiares, realizar reuniones, ir de compras, realizar los quehaceres domésticos, etc., Es decir, son acciones que no tienen nada que ver con las actividades pedagógicas.

- **Smartphone (teléfono inteligente):** Teléfono móvil con características de una computadora, con acceso a internet, a través de la señal de wi-fi, que permite también tener acceso a las redes sociales (Facebook, Instagram, Twitter, WhatsApp, etc.) y otros aplicativos como servicios de e-mail, cámara integrada de gran potencia, navegador web, procesador de textos, agenda, GPS, videojuegos, etc.

2.3 HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN

2.3.1 HIPÓTESIS GENERAL

El nivel de síndrome del FOMO que se manifiesta en los estudiantes corresponde a la escala nivel medio en la Institución Educativa Secundaria “José Carlos Mariátegui” Aplicación de la UNA – Puno en el año escolar 2017.

2.3.2 HIPÓTESIS ESPECÍFICAS

- La frecuencia con la que se manifiesta el síndrome del FOMO es de algunas veces en los estudiantes durante las actividades pedagógicas.

- La frecuencia con la que se manifiesta el síndrome del FOMO es de algunas veces en los estudiantes durante las actividades no pedagógicas.

- La frecuencia con la que se manifiesta el síndrome del FOMO es de algunas veces en los estudiantes durante la alimentación.

2.4 SISTEMA DE VARIABLES

SISTEMA DE VARIABLES TIPO DIAGNÓSTICO			
VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	VALORACIÓN DE LA VARIABLE
1. Síndrome del FOMO	1.1 El FOMO durante las actividades pedagógicas.	<ul style="list-style-type: none"> - Frecuencia con la que los estudiantes están pensando qué publicar en las redes sociales que prestar atención al docente. - Frecuencia con la que los estudiantes prefieren estar conectado a las redes sociales, en horas de clase, para dejar pasar el tiempo. - Frecuencia con la que los estudiantes revisan las redes sociales durante las actividades grupales en horas de clase. - Frecuencia con la que los estudiantes sienten ansiedad al estar desconectados de las redes sociales y no enterarse qué hacen los demás, durante las horas de clase. - Frecuencia con la que los estudiantes, en la primera señal de notificación revisan las redes sociales durante las horas de clase. - Frecuencia con la que los estudiantes pasan muchas horas navegando en redes sociales que escuchar la exposición del docente. - Frecuencia con la que los estudiantes revisan las redes sociales porque sienten que se están perdiendo algo durante las horas de clase. - Frecuencia con la que los estudiantes revisan las redes sociales sin haber recibido ninguna señal de notificación durante las horas de clase. - Frecuencia con la que los estudiantes se aseguran de tener WIFI o señal de internet con acceso a las redes sociales durante las horas clase. 	<p>Nivel bajo (20 – 39 puntos).</p> <p>Nivel medio (40 – 69 puntos).</p> <p>Nivel alto (70 – 100 puntos).</p>
	1.2 El FOMO durante las actividades no pedagógicas.	<ul style="list-style-type: none"> - Frecuencia con la que los estudiantes sienten ansiedad al haber olvidado el celular con acceso a las redes sociales. - Frecuencia con la que los estudiantes están conectado a las redes sociales para dejar pasar el tiempo. - Frecuencia con la que los estudiantes sienten frustración al no recibir “me gustas” en las redes sociales. - Frecuencia con la que los estudiantes sienten ansiedad al estar desconectado de las redes sociales. - Frecuencia con la que los estudiantes colocan primero en su pantalla del móvil los iconos de las redes sociales. - Frecuencia con la que los estudiantes prefieren comunicarse en las redes sociales que en persona. - Frecuencia con la que los estudiantes prefieren estar navegando en las redes sociales durante una reunión con familiares y/o amigos. - Frecuencia con la que los estudiantes mira las redes sociales al levantarse o al acostarse para ver que están haciendo los demás. 	
	1.3 El FOMO durante la alimentación.	<ul style="list-style-type: none"> - Frecuencia con la que los estudiantes prefieren estar navegando en las redes sociales que estar conversando un almuerzo familiar. - Frecuencia con la que los estudiantes sienten ansiedad de revisar las redes sociales durante el desayuno. - Frecuencia con la que los estudiantes sienten ansiedad de revisar las redes sociales durante un almuerzo de amigos y/o compañeros. 	

CAPÍTULO III

MATERIALES Y MÉTODOS

3.1. TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

3.1.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN

Según el propósito de la investigación corresponde al tipo básico.

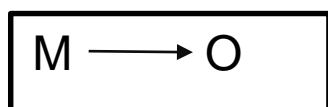
Corresponde a este tipo porque los resultados de investigación serán conocimientos que incremente la teoría existente sobre el tema.

Según Charaja (2011), considerando la estrategia de investigación, corresponde a las investigaciones no experimentales porque no se manipula ninguna variable ni se preparan las condiciones de investigación. Los datos se recogieron tal como se presenta en la realidad.

Asi mismo, la investigación de tipo básico se caracteriza porque los resultados de la investigación son conocimientos teóricos para describir, explicar y predecir un fenómeno de la realidad. En el caso del presente estudio los conocimientos logrados referido al nivel de síndrome del FOMO que se manifiesta en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria “José Carlos Mariátegui” Aplicación de la UNA – Puno en el año escolar 2017.

3.1.2 DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

El diseño de investigación que corresponde se representa en el siguiente esquema.



Donde:

M: Muestra

O: Observaciones

Según el esquema previsto el diseño pertenece a una investigación de tipo diagnóstico.

3.2 POBLACIÓN Y MUESTRA DE INVESTIGACIÓN

3.2.1 POBLACIÓN

La población de estudio estuvo constituido por los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria “José Carlos Mariátegui” Aplicación de la UNA - Puno en la ciudad de Puno. Esta población se muestra en la siguiente tabla.

Tabla 1

Estudiantes de la Institución Educativa Secundaria “José Carlos Mariátegui” Aplicación de la UNA – Puno en el año 2017

GRADOS DE ESTUDIO	ESTUDIANTES		TOTAL
	VARONES	MUJERES	
1. Primer grado (A Y B)	38	29	67
2. Segundo grado(A Y B)	37	37	72
3. Tercer grado (A Y B)	32	32	64
4. Cuarto grado (A Y B)	34	33	67
5. Quinto grado (A Y B)	30	38	68
TOTAL	171	169	340

Fuente: Nómina de matriculados.

Elaboración: el investigador.

El tamaño de la población es de 340 estudiantes, distribuidos en cinco grados de estudio, de los cuales 171 son varones y 169 mujeres.

3.2.2 MUESTRA

El tamaño de la muestra de estudio se determinó mediante la aplicación de la siguiente fórmula:

$$n = \frac{(0,25)(N)}{\left(\frac{E}{Z}\right)^2 (N-1) + (0,25)}$$

Donde:

n: Tamaño de muestra
N: Población de investigación
Z: Valor estándar del nivel de confianza (1.96)
E: Margen de error (0,25)

$$n = \frac{(0,25)(340)}{\left(\frac{0,05}{1,96}\right)^2 (340 - 1) + (0,25)} = \frac{85}{0,61} = 139$$

De acuerdo a la fórmula aplicada, el tamaño de la muestra de estudio fue de 139 estudiantes que cursan estudios en el año escolar 2017.

Dado que este tamaño de la muestra general comprende cinco grados, se procedió con la determinación de las muestras por cada grado de estudio (estrato). Para ello se aplicó la siguiente fórmula.

$$n_i = \frac{(n)(N_i)}{N}$$

Donde:

n_i : Tamaño de muestra de estrato
n : tamaño de muestra general
 N_i : Poblacion del grado (estrato)
N: población general

$$\text{Primer grado } n_i = (139) (67) / 340 = 28$$

$$\text{Segundo grado } n_i = (139) (72) / 340 = 29$$

$$\text{Tercer grado } n_i = (139) (64) / 340 = 26$$

$$\text{Cuarto grado } n_i = (139) (67) / 340 = 28$$

$$\text{Quinto grado } n_i = (139) (68) / 340 = 28$$

Luego, para hallar la muestra de varones y mujeres se aplicó la regla de tres simple, resultando, finalmente, la tabla siguiente:

Tabla 2

Muestra de estudiantes de la Institución Educativa Secundaria “José Carlos Mariátegui” Aplicación de la UNA – Puno 2017

GRADOS DE ESTUDIO	N° DE ESTUDIANTES		TOTAL
	VARONES	MUJERES	
Primer grado	16	12	28
Segundo grado	15	14	29
Tercer grado	13	13	26
Cuarto grado	14	14	28
Quinto grado	12	16	28
TOTAL	70	69	139

Fuente: Nómina de matriculados.

Elaboración: El investigador.

De la tabla mostrada se observa que el tamaño de la muestra es un total de 139 estudiantes entre varones y mujeres distribuidos en diferentes grados de estudio.

3.3 UBICACIÓN Y DESCRIPCIÓN DE LA POBLACIÓN

La presente investigación se realizó en la ciudad de Puno en la Institución Educativa Secundaria “José Carlos Mariátegui” Aplicación de la UNA – Puno en el año escolar 2017.

La población que ha sido considerado para el presente trabajo de investigación, fueron los estudiantes del primero, segundo, tercero, cuarto y quinto grado secciones “A” y “B” de la Institución Educativa Secundaria “José Carlos Mariátegui” Aplicación de la UNA – Puno en el año escolar 2017.

3.4 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

3.4.1 TÉCNICA

La técnica utilizada para la investigación fue la encuesta.

La encuesta permitió reunir información mediante un cuestionario de 20 preguntas que mide el nivel de síndrome del FOMO, se aplicó a los estudiantes

de la Institución Educativa Secundaria “José Carlos Mariátegui” Aplicación de la UNA – Puno.

3.4.2 INSTRUMENTO

El instrumento utilizado fue el cuestionario de encuesta (ver anexo 1).

Para medir el nivel de síndrome del FOMO se utilizó el cuestionario de encuesta que comprende un total de 20 preguntas en donde tienen una valoración que van desde Nunca (N) = 1, Rara vez (RV) = 2, Algunas veces (AV) = 3, Casi siempre (CS) = 4 y Siempre (S) = 5, en efecto, según sean las respuestas la suma total de cada uno de estos valores comprenderán un rango entre 20 a 100 puntos, en donde la decisión final referido al nivel de síndrome del FOMO se presentan en el siguiente cuadro:

RANGOS DE PUNTEOS OBTENIDOS	INTERPRETACIÓN
20 – 39 puntos	Nivel bajo
40 – 69 puntos	Nivel medio
70 – 100 puntos	Nivel alto

El nivel bajo, comprende una valoración que radica entre Nunca (N) = 1 y Rara vez (RV) = 2, que sumado los puntajes totales de sus valores en la encuesta oscilará entre 20 a 39 puntos. El nivel medio comprende una valoración que radica en Algunas veces (AV) = 3, que sumado los valores totales en la encuesta oscilara entre los puntajes del nivel bajo y el nivel alto (40 – 69 puntos). Finalmente, el nivel alto radica entre Casi siempre (CS) = 4 y Siempre (S) = 5, que sumado los puntajes totales de sus valores en la encuesta oscilará entre los 70 a 100 puntos.

Para la presente investigación, del total de 139 encuestas aplicadas referido al nivel de síndrome del FOMO en estudiantes de la IES “José Carlos Mariátegui” Aplicación de la UNA – Puno, se calculó con la suma total de las encuestas aplicadas divididas entre la cantidad de las mismas (139), de tal manera el resultado responda a la hipótesis general planteada.

Por otro lado, para responder a las hipótesis específicas se procedió a seleccionar las preguntas de la encuesta que miden cada dimensión de estudio, donde la decisión valorativa (Nunca = 1, Rara vez = 2, Algunas veces = 3, Casi siempre = 4 y Siempre = 5) para cada dimensión fue el promedio de mayor rango.

3.4.2.1 CONFIABILIDAD Y VALIDES DEL INSTRUMENTO

Respecto a la confiabilidad del instrumento este fue aplicado en otras investigaciones que media “la adicción a las redes sociales” Haeussler (2014). La escala estuvo compuesta por 20 ítems y cuyas respuestas complementaron los rangos que iban desde el 1 (nunca) a 5 (Siempre) y con una interpretación que se muestra en el siguiente cuadro:

RANGOS DE PUNTEOS OBTENIDOS	INTERPRETACIÓN
20 – 39 puntos	Sin adicción
40 – 69 puntos	Adicción moderada
70 – 100 puntos	Adicción grave

Fuente: Haeussler (2014).

Para la valides del instrumento se readapto este instrumento que media “los niveles de adicción a las redes sociales” por Haeussler (2014), considerando algunos ítems, como también el rango e interpretación valorativa esto con relación al síndrome FOMO ya que los indicadores resultantes de esta variable compatibilizaban con las variables de estudio de dicho instrumento. Para esto se

volvió a validar el instrumento resultante con un experto competente en el área de la psicología por el Dr. Guillermo Zevallos Mendoza.

Instrumento N°1

Nombre del instrumento: cuestionario de encuesta (ver anexo 1).

Autor: el investigador

Administración: individual

Tiempo de aplicación: 20 minutos

Significación: mide el nivel de síndrome del FOMO

Tipificación: readaptado de Haeussler (2014) que media los niveles de adicción a las redes sociales.

3.5 PLAN DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Primero: Se hizo las gestiones necesarias (solicitud dirigida al director de la institución).

Segundo: Se coordinó con los docentes y estudiantes de la institución la fecha en que se aplicó el cuestionario de encuesta.

Tercero: En la fecha previamente determinada, se aplicó el cuestionario de encuesta que medía el nivel de síndrome del FOMO.

Cuarto: Se procedió a procesar los datos recolectados.

3.6. PLAN DE TRATAMIENTO DE DATOS

Primero: Se analizó cada pregunta de la encuesta aplicada en el programa estadístico SPSS.

Segundo: Se clasificaron las preguntas de acuerdo a las dimensiones de estudio, tabulándose los datos de manera agrupada en el programa SPSS.

Tercero: Los datos se expresaron porcentualmente en tablas para su análisis e interpretación.

Cuarto: Las tablas fueron ilustradas en figuras de barras para facilitar el análisis y la interpretación de los resultados.

Quinto: Los datos totales se expresaron en una tabla y figura que representa a la variable de estudio.

Sexto: Se sumaron los puntajes totales de las 139 encuestas aplicadas en el programa Excel, para luego determinar el nivel de síndrome del FOMO.

3.7 DISEÑO ESTADÍSTICO PARA LA PRUEBA DE HIPÓTESIS

Para ver los resultados y probar la veracidad o la falsedad de la hipótesis planteada se aplicó el siguiente paso: la media aritmética (también llamada promedio o simplemente media) de un conjunto finito de números, es el valor característico de una serie de datos cuantitativos objeto de estudio que parte del principio de la esperanza matemática o valor esperado, se obtiene a partir de la suma de todos sus valores dividida entre el número de sumandos (para este caso de estudio se dividirá entre el total de encuestas aplicadas o la muestra de estudio).

Para probar la hipótesis planteada solo se utilizó la media aritmética, cuya fórmula es la siguiente:

$$\bar{\alpha} = \frac{\sum fi}{n}$$

Donde:

$\bar{\alpha}$ = Media aritmética

fi = Frecuencia absoluta

n = Muestra de estudio

\sum = Sumatoria

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

En el presente capítulo se da a conocer los resultados obtenidos en la investigación que está estructurado de acuerdo a los objetivos planteados, considerando la variable de estudio, las dimensiones e indicadores que mide el nivel de Síndrome del FOMO en los estudiantes de la I. E. S. “José Carlos Mariátegui” Aplicación de la UNA - Puno. La investigación es de tipo descriptivo cuyo diseño es diagnóstico, estos resultados obtenidos después del proceso se representan de acuerdo al análisis porcentual de las preguntas, agrupadas para un análisis que responden a cada dimensión de estudio y terminando con un análisis general de la variable en tablas y figuras, las cuales han sido analizadas e interpretadas para responder, finalmente, la interrogante: ¿Cuál es el nivel de síndrome del FOMO que se manifiesta en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria “José Carlos Mariátegui” Aplicación de la UNA – Puno en el año escolar 2017?

Para el procesamiento de datos se usó el programa estadístico de SPSS.

4.1 RESULTADOS

Los siguientes resultados se muestran, partiendo por el análisis general de la variable de estudio seguido de las tres dimensiones que corresponden a esta investigación, estas están organizadas en tablas y figuras debidamente analizadas e interpretadas.

Tabla 3

Nivel de síndrome del FOMO que se manifiesta en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria “José Carlos Mariátegui” Aplicación de la UNA – Puno en el año 2017.

Valoración	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje	
			válido	Porcentaje acumulado
Nunca	2	1.4	1.4	1.4
Rara vez	131	94.2	94.2	95.7
Algunas veces	6	4.3	4.3	100.0
Total	139	100.0	100.0	

Fuente: Cuestionario de encuesta.
Elaboración: El investigador.

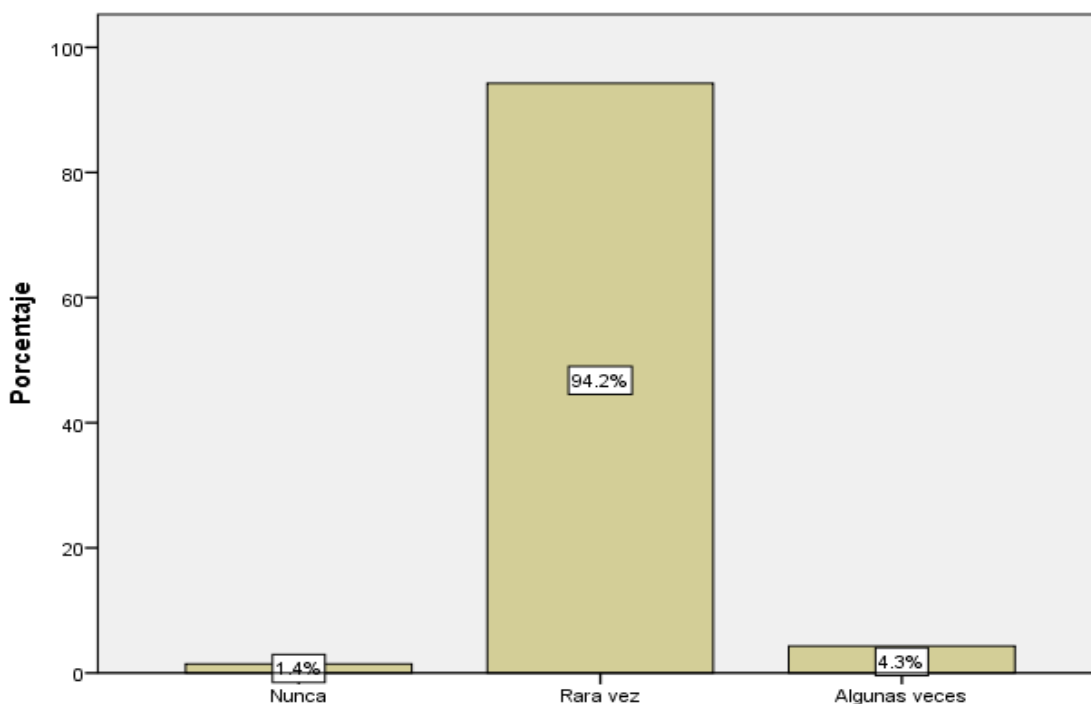


Figura 1

Porcentaje del nivel de síndrome del FOMO que se manifiesta en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria “José Carlos Mariátegui” Aplicación de la UNA – Puno en el año 2017.

Fuente: Cuestionario de encuesta.
Elaboración: El investigador.

ANÁLISIS:

- De un total de 139 estudiantes que representa el 100%; 2 estudiantes que constituyen el 1.4% evidencian un nivel bajo de síndrome del FOMO que en la tabla de frecuencia tiene una valoración de nunca.
- De un total de 139 estudiantes que representa el 100%; 131 estudiantes que constituyen el 94.2% evidencian un nivel bajo de síndrome del FOMO que en la tabla de frecuencia tiene una valoración de rara vez.
- De un total de 139 estudiantes que representa el 100%; 6 estudiantes que constituyen el 4.3% evidencian un nivel medio de síndrome del FOMO que en la tabla de frecuencia tiene una valoración de algunas veces.

INTERPRETACIÓN:

El mayor nivel de síndrome del FOMO que se manifiesta en los estudiantes de la I.E.S. “José Carlos Mariátegui” Aplicación de la UNA Puno en el año 2017, es bajo que en la tabla de frecuencia tiene una valoración de rara vez con un 94.2%, donde la frecuencia con la que se manifiesta el FOMO durante la alimentación, las actividades pedagógicas y no pedagógicas corresponden al nivel bajo.

Tabla 4

Frecuencia con la que se manifiesta el síndrome del FOMO en los estudiantes durante las actividades pedagógicas en la I.E.S. “José Carlos Mariátegui” Aplicación de la UNA – Puno en el año 2017.

Valoración	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Nunca	25	18.0	18.0	18.0
Rara vez	108	77.7	77.7	95.7
Algunas veces	6	4.3	4.3	100.0
Total	139	100.0	100.0	

Fuente: Cuestionario de encuesta.

Elaboración: El investigador.

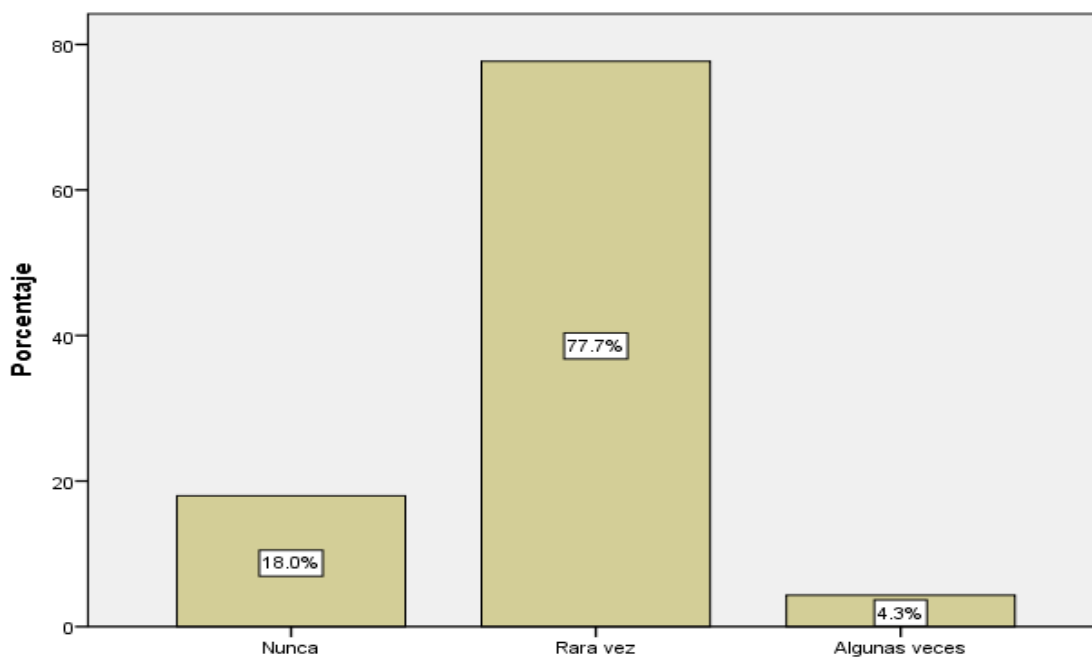


Figura 2

Porcentaje con la que se manifiesta el síndrome del FOMO durante las actividades pedagógicas en los estudiantes de la I.E.S. “José Carlos Mariátegui” Aplicación de la UNA Puno en el año 2017.

Fuente: Cuestionario de encuesta.

Elaboración: El investigador.

ANÁLISIS:

- De un total de 139 estudiantes que representa el 100%; 2 estudiantes que constituyen el 1.4% evidencian una frecuencia con la que se manifiesta el síndrome del FOMO durante las actividades no pedagógicas de nunca.
- De un total de 139 estudiantes que representa el 100%; 122 estudiantes que constituyen el 87.8% evidencian una frecuencia con la que se manifiesta el síndrome del FOMO durante las actividades no pedagógicas de rara vez.
- De un total de 139 estudiantes que representa el 100%; 15 estudiantes que constituyen el 10.8% evidencian una frecuencia con la que se manifiesta el síndrome del FOMO durante las actividades no pedagógicas de algunas veces.

INTERPRETACIÓN:

La mayor frecuencia con la que se manifiesta el síndrome del FOMO en los estudiantes durante las actividades no pedagógicas en la I.E.S. “José Carlos Mariátegui” Aplicación de la UNA Puno en el año 2017, es de rara vez con un 87.8% lo que significa que se encuentra en el nivel bajo de síndrome del FOMO, donde los estudiantes no se preocupan mucho en revisar las redes sociales, no sienten tanta ansiedad al haber olvidado el Smartphone, no sienten la necesidad de estar navegando en las redes sociales en el momento de levantarse o acostarse.

Tabla 5

Frecuencia con la que se manifiesta el síndrome del FOMO en los estudiantes durante las actividades no pedagógicas en la I.E.S. “José Carlos Mariátegui” Aplicación de la UNA – Puno en el año 2017.

Valoración	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Nunca	2	1.4	1.4	1.4
Rara vez	122	87.8	87.8	89.2
Algunas veces	15	10.8	10.8	100.0
Total	139	100.0	100.0	

Fuente: Cuestionario de encuesta.

Elaboración: El investigador.

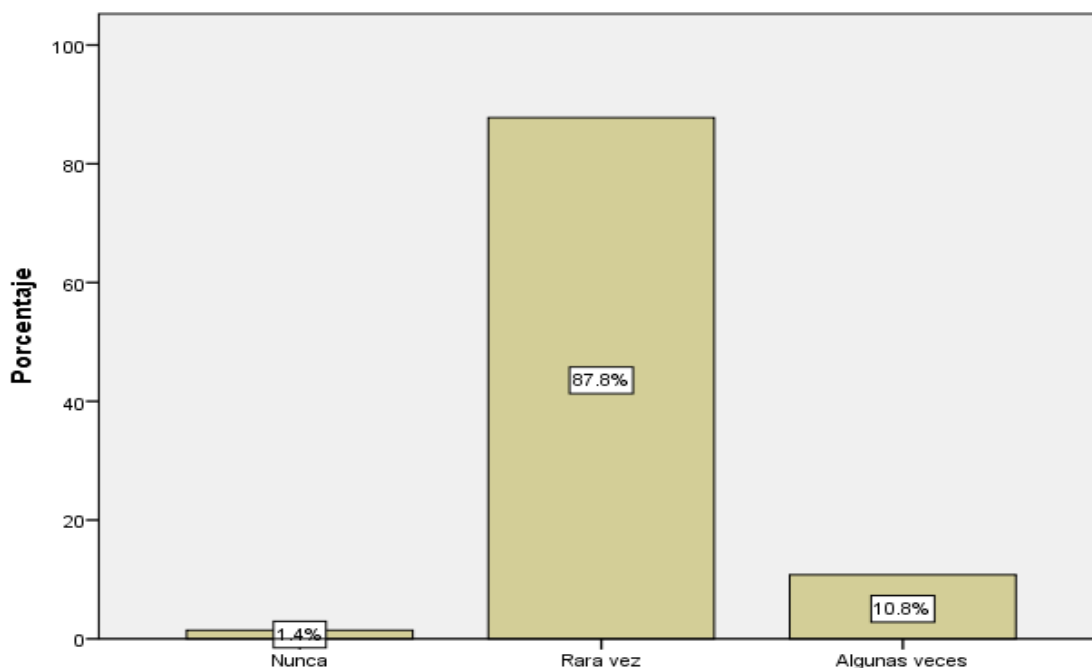


Figura 3

Porcentaje con la que se manifiesta el síndrome del FOMO en los estudiantes durante las actividades pedagógicas no en la I.E.S. "José Carlos Mariátegui" Aplicación de la UNA – Puno en el año 2017.

Fuente: Cuestionario de encuesta.

Elaboración: El investigador.

ANÁLISIS:

- De un total de 139 estudiantes que representa el 100%; 25 estudiantes que constituyen el 18% evidencian una frecuencia con la que se manifiesta el síndrome del FOMO durante las actividades pedagógicas de nunca.
- De un total de 139 estudiantes que representa el 100%; 108 estudiantes que constituyen el 77.7% evidencian una frecuencia con la que se manifiesta el síndrome del FOMO durante las actividades pedagógicas de rara vez.
- De un total de 139 estudiantes que representa el 100%; 6 estudiantes que constituyen el 4.3% evidencian una frecuencia con la que se manifiesta el síndrome del FOMO durante las actividades pedagógicas de algunas veces.

INTERPRETACIÓN:

La mayor frecuencia con la que se manifiesta el síndrome del FOMO en los estudiantes durante las actividades pedagógicas en la I.E.S. “José Carlos Mariátegui” Aplicación de la UNA Puno en el año 2017, es de rara vez con un 77.7% lo que significa que se encuentra en el nivel bajo de síndrome del FOMO, donde los estudiantes no se preocupan en estar pensando qué publicar en las redes sociales que prestar atención al docente, no optan mucho en estar conectado a las redes sociales en horas de clase, no revisan mucho las redes sociales durante las actividades grupales en horas de clase, como también no sienten tanta ansiedad al estar desconectado de las redes sociales.

Tabla 6

Frecuencia con la que se manifiesta el síndrome del FOMO en los estudiantes durante la alimentación, en la I.E.S. “José Carlos Mariátegui” Aplicación de la UNA – Puno en el año 2017.

Valoración	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje	
			válido	Porcentaje acumulado
Nunca	36	25.9	25.9	25.9
Rara vez	99	71.2	71.2	97.1
Algunas veces	4	2.9	2.9	100.0
Total	139	100.0	100.0	

Fuente: Cuestionario de encuesta.

Elaboración: El investigador.

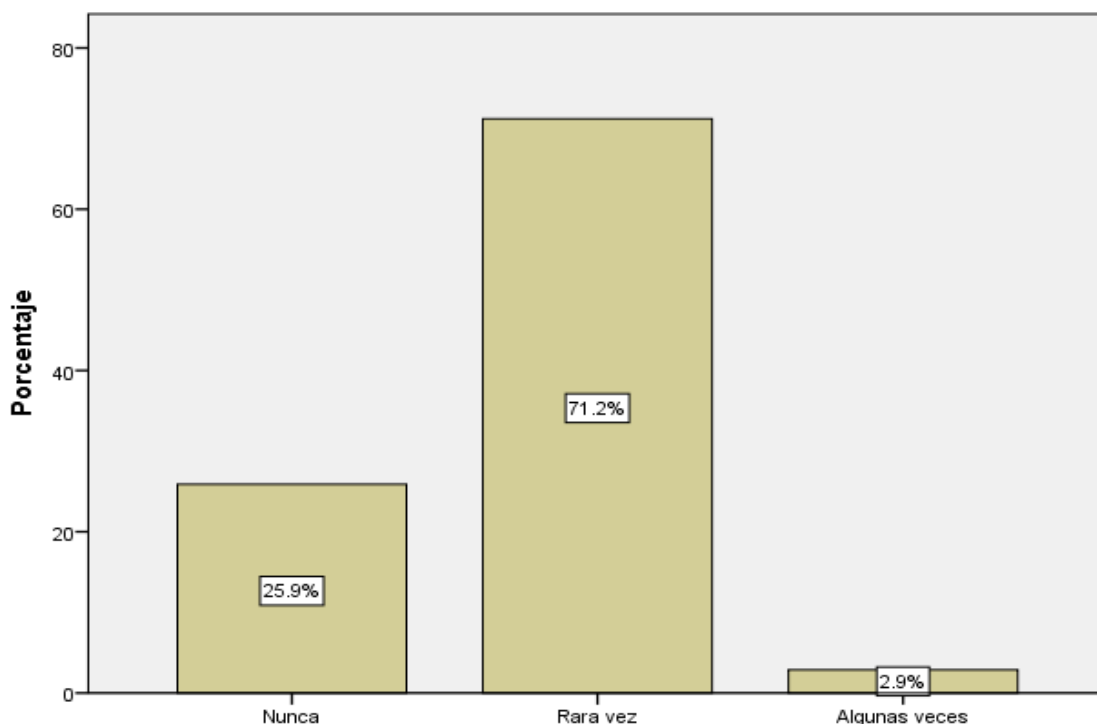


Figura 4

Porcentaje con la que se manifiesta el síndrome del FOMO en los estudiantes durante la alimentación, en la I.E.S. “José Carlos Mariátegui” Aplicación de la UNA – Puno en el año 2017.

Fuente: Cuestionario de encuesta.

Elaboración: El investigador.

ANÁLISIS:

- De un total de 139 estudiantes que representa el 100%; 36 estudiantes que constituyen el 25.9% evidencian una frecuencia, con la que se manifiesta el síndrome del FOMO durante la alimentación, de nunca.
- De un total de 139 estudiantes que representa el 100%; 99 estudiantes que constituyen el 71.2% evidencian una frecuencia, con la que se manifiesta el síndrome del FOMO durante la alimentación, de rara vez.

- De un total de 139 estudiantes que representa el 100%; 4 estudiantes que constituyen el 2.9% evidencian una frecuencia, con la que se manifiesta el síndrome del FOMO durante la alimentación, de algunas veces.

INTERPRETACIÓN:

La mayor frecuencia con la que se manifiesta el síndrome del FOMO en los estudiantes durante la alimentación en la I.E.S. “José Carlos Mariátegui” Aplicación de la UNA Puno en el año 2017, es de rara vez con un 71.2% lo que significa que se encuentra en el nivel bajo de síndrome del FOMO, donde los estudiantes prefieren más estar conversando en un almuerzo familiar que estar navegando en las redes sociales, no sienten tanta ansiedad de revisar las redes sociales durante la alimentación, ya sea en un almuerzo de amigos o compañeros.

4.1.1 PRUEBA DE HIPÓTESIS

Para la prueba de hipótesis se aplicó la media aritmética (\bar{X}).

Hipótesis general: El nivel de síndrome del FOMO que se manifiesta en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria “José Carlos Mariátegui” Aplicación de la UNA – Puno corresponde a la escala nivel medio, en el año escolar 2017. Para responder a la hipótesis general se determinó de la siguiente manera:

Síndrome del FOMO	Número de estudiantes	Número de preguntas	Suma total de los puntajes obtenidos de cada encuesta
El FOMO durante las actividades no pedagógicas	139	13	3093
El FOMO durante las actividades pedagógicas.	139	04	785
El FOMO durante la alimentación.	139	03	602
TOTAL		20	4480

$$\bar{\alpha} = \frac{\sum f_i}{n}$$

Donde:

$\bar{\alpha}$ = Media aritmética

f_i = Frecuencia absoluta

n = Muestra de estudio

\sum = Sumatoria

$$\bar{\alpha} = \frac{3093 + 785 + 602}{139} = 32$$

$\bar{\alpha} = 32$ NIVEL BAJO (20 - 39)

Resultado obtenido: El nivel de síndrome del FOMO en estudiantes, según la media aritmética aplicada, corresponde a la escala nivel bajo, con un puntaje de 32 puntos.

4.2 DISCUSIÓN DE RESULTADOS

La presente investigación realizada que mide el nivel de síndrome del FOMO en los estudiantes de la I.E.S. "José Carlos Mariátegui" Aplicación de la UNA Puno se observa que presentan un nivel bajo, alcanzándose una media de 32 puntos. Así mismo, Haeussler (2014) señala que los sujetos demostraron niveles de adicción moderada en cuanto al uso de internet, tecnologías y redes sociales y que no presentan niveles graves de ansiedad. Lo que significa que el estudio realizado compatibiliza de cierta manera con Haeussler (2014), es decir, del puntaje o promedio final alcanzado se deduce que los estudiantes solo revisan las redes sociales como parte de su socialización virtual, más no llegan al grado de sentir ansiedad o depresión que los desestabilice psicológicamente, no les genera ansiedad al olvidar Smartphone en casa, no necesitan ver constantemente que hacen los demás en las redes sociales, etc., en resumen para los estudiantes, el miedo a perderse algo en las redes sociales (FOMO) es una característica que no se manifiesta en ellos.

Sin embargo, en otros estudios realizados se observa lo contrario y contradice a los resultados obtenidos por esta investigación, así se observa, para Sánchez (2013) menciona que el uso de las redes sociales virtuales de los estudiantes de

la Institución Educativa Secundaria “Comercial 45” es alto. Así mismo Salcedo (2016) señala que un 70% de los participantes, jóvenes universitarios, reportaron un uso elevado, de las redes sociales. Otro estudio realizado por Mejía (2015) reporta que los estudiantes desconocen de lo influyente que pueden llegar a ser las redes sociales, motivo por el cual se vuelven adictivos a las mismas y olvidan su compromiso como estudiantes.

CONCLUSIONES

- PRIMERA:** El nivel de síndrome del FOMO que se manifiesta en los estudiantes corresponde a la escala **nivel bajo (20 – 39)**, en la Institución Educativa Secundaria “José Carlos Mariátegui” Aplicación de la UNA – Puno en el año escolar 2017, en donde se alcanzó una media de 32 puntos del total de 139 encuestas que se aplicaron en los estudiantes, en efecto se deduce que éstos no manifiestan un nivel alto ni medio de síndrome del FOMO.
- SEGUNDA:** Los resultados alcanzados concerniente a la frecuencia con la que se manifiesta el síndrome del FOMO en los estudiantes de la I. E. S. “José Carlos Mariátegui” Aplicación de la UNA - Puno durante las actividades pedagógicas, es de rara vez con un porcentaje del 77.7 % equivalente a 108 estudiantes del total de 139, en donde se infiere que frecuentemente los estudiantes, no están pensando que publicar en las redes sociales, no revisan las redes sociales porque sienten que se están perdiendo algo, no sienten ansiedad de estar desconectados de las redes sociales, etc.
- TERCERA:** Los resultados obtenidos referido a la frecuencia con la que se manifiesta el síndrome del FOMO en los estudiantes de la I. E. S. “José Carlos Mariátegui” Aplicación de la UNA - Puno durante las actividades no pedagógicas, es de rara vez con un porcentaje del 87.8 % que representa a 122 estudiantes del total de 139. En donde se infiere que frecuentemente los estudiantes durante su

tiempo libre, fuera del contexto educativo – institucional, no están revisando constantemente las redes sociales para dejar pasar el tiempo, no se frustran al no recibir “me gustas” cuando sube alguna imagen suya a las redes sociales.

CUARTA: Los resultados logrados referente a la frecuencia con la que se manifiesta el síndrome del FOMO en los estudiantes de la I. E. S. “José Carlos Mariátegui” Aplicación de la UNA - Puno durante la alimentación, es de rara vez con un porcentaje del 71.2 % equivalente a 99 estudiantes del total 139. En donde se infiere que frecuentemente los estudiantes, no prefieren están navegando constantemente en las redes sociales durante un almuerzo familiar, de amigos y/o compañeros, no sientes ansiedad de revisar las redes sociales en el momento del desayuno.

RECOMENDACIONES

- PRIMERA:** Al director de la I.E.S. “José Carlos Mariátegui” Aplicación de la UNA - Puno realizar talleres sobre el síndrome del FOMO dirigido a los estudiantes, docentes y padres de familia, en donde se enfatice cómo es que puede afectar este nuevo síndrome en el rendimiento académico e incluso llegar a un estado de ansiedad y depresión en el estudiante.
- SEGUNDA:** A los padres de familia en aprovechar mejor el uso de un Smartphone, dando orientaciones pertinentes y oportunas a sus hijos sin caer o desarrollar este Síndrome del FOMO.
- TERCERA:** A los docentes de la I.E.S. “José Carlos Mariátegui” Aplicación de la UNA - Puno en aprovechar mejor el uso de un Smartphone, dando orientaciones pertinentes y oportunas a sus estudiantes.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Charaja, F. (2011). *El MAPIC en la metodología de investigación*. (2da edición.). Puno: Impresores Sagitario.
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P (2010) *Metodología de la investigación*. (5a. ed.) .México: McGraw Hill.
- Haeussler, M. F. (2014) *Nivel de adicción a las redes sociales que presentan los adolescentes miembros del movimiento juvenil pandillas de la amistad y su relación con las manifestaciones de ansiedad* (tesis de licenciatura). Guatemala de la Asunción: Universidad Rafael Landívar.
- Mejía, V. Y. (2015). *Análisis de la influencia de las redes sociales en la formación de los jóvenes de los colegios del Cantón Yaguachi* (tesis de licenciatura). Guayaquil: Universidad de Guayaquil – Ecuador.
- Mejía, M. (2012). *Redes de innovación: un análisis basado en la teoría de redes* (Tesis para optar el grado de Magíster en Gestión y Política de la Innovación y la Tecnología). Lima: Pontificia Universidad Católica del Perú.
- MINEDU (2017). *Diseño Curricular Nacional Lima – Perú*.
- Sánchez, S. U. (2013). *Influencia de las redes sociales virtuales en el aprendizaje de la OFIMÁTICA de los estudiantes de la institución educativa secundaria “Comercial 45” de la ciudad de Puno – 2012* (tesis de licenciatura). Puno: Universidad Nacional del Altiplano.

- Salcedo, I. (2016). *Relación entre adicción a redes sociales y autoestima en jóvenes universitarios de una universidad particular de Lima* (tesis para optar el grado académico de maestro en psicología clínica). Lima: Universidad de San Martín de Porres.

WEBGRAFÍAS:

- Alvarado, L. (2017). *FOMO el mal de la tecnología*. El heraldo.
Recuperado de:
<http://www.elheraldo.hn/suplementos/tecnologia/1133914466/fomo-el-mal-de-la-tecnolog%C3%ADa>.
- Anónimo (2017). *El miedo a perderse algo: el síndrome FOMO*. Actualidades en Psicología. Recuperado de:
<https://www.actualidadenpsicologia.com/sindrome-fomo/>.
- Anónimo (s. f.). *El síndrome FOMO*. Revista mistura. Recuperado de:
www.revistamistura.com.ar/web/index.php/secciones/salud/1218-el-sindrome-fomo.html.
- Anónimo (2013). *Síndrome FOMO, la sensación de estar perdiéndote algo si no estás conectado*. Curiosidades. Recuperado de:
www.blog.2mdc.com/sindrome-fomo-la-adiccion-a-las-redes-sociales/.
- Arlene (2016). *FOMO: El síndrome que padeces y aún no conoces*. Noticias ya. Recuperado de: <https://noticiasya.com/2016/09/14/>.
- Anónimo (2013). *Síndrome FOMO (Fear of missing out) en redes sociales*. Marketing Human. Recuperado de: [human.chil.org/.../sindrome-fomo-\(fear-of-missing-out\)-en-redes-sociales-](http://human.chil.org/.../sindrome-fomo-(fear-of-missing-out)-en-redes-sociales-).

- Anónimo (2018). *El síndrome FOMO: la adicción a las redes sociales*. Cultura digital. Recuperado de: www.fmdelta903.com/.../38309-culturadigital-el-sindrome-fomo-la-adiccion-a-las-redesso.
- Barrera, J. A. (s. f.). *Un nuevo trastorno de ansiedad: ¿Qué es el FOMO?* Psicoactiva. Recuperado de: <https://www.psicoactiva.com> ›... › Trastornos Psicológicos › Trastornos de ansiedad.
- Becerra, V. (2017). *FOMO, el temor a perderse algo*. Revista cabal. Recuperado de: www.revistacabal.coop/actualidad/fomo-el-temor-perderse-algo.
- Blanco, D. (2017). *7 formas de superar el FOMO (miedo a perderse algo)*. Recuperado de: www.cenitpsicologos.com/7-formas-de-superar-el-fomo-miedo-a-perderse-algo/.
- Byeditor (2014). *¿Existe el síndrome FOMO o la sensación de perderse algo en las redes sociales?* Delitos informáticos. Recuperado de: www.delitosinformaticos.com/.../existe-el-sindrome-fomo-o-lasensacion-de-perderse-.
- Cantera, J. (2014). *El síndrome FOMO: la tiranía de estar enterado*. Grupo Blc. Recuperado de: www.grupoblcc.com/el-sindrome-fomo-la-tirania-de-estar-enterado.
- Cuadro, E. M. (2016). *FOMO, ¿una nueva patología?* Recuperado de: www.cenitpsicologos.com/fomo-una-nueva-patologia/.
- Cusi, L. W., Yana, M. (2017). *El síndrome del FOMO y los desempeños académicos en la facultad de ciencias de la educación de la Universidad Nacional del Altiplano*. Revista de Investigación. Recuperado de:

www.revistaepgunapuno.org/index.php/investigaciones/article/download/124/103.

- Cristinarrv, (2017). *FOMO: la tiranía de estar enterado*. Revista code. Recuperado de: www.revistacode-FOMO-latiraniadeestarenterado-.
- Concepto y Definición (2018). *Definición De Actividades Pedagógicas*. Recuperado de: <https://conceptoydefinicion.com/actividades-pedagogicas/>.
- Delgado, P. (2014). FOMO, miedo a perderse algo en las redes sociales. El grupo informático. Recuperado de: <https://www.elgrupoinformatico.com ›Curiosidades>.
- Fotonostra (s. f.). *Concepto de WhatsApp*. Recuperado de: www.fotonostra.com/digital/whatsapp.htm.
- García, J. (2015). *¿Qué es el síndrome FOMO?* Psicología y mente. Recuperado de: <https://psicologiaymente.net/clinica/sindrome-fomo#>.
- González, G. (2015). *Qué es el FOMO y cómo saber cuánto te afecta*. Híper textual. Recuperado de: <https://hipertextual.com/2015/01/que-es-el-fomo>.
- Gopar, J. (2017). *Señales que indican que padeces el síndrome del miedo a "perderte algo" en las redes sociales*. Estilo de vida. Recuperado de: <https://culturacolectiva.com/estilo-de-vida/padecer-el-sindorme-fomo/>

- Hernández, M. (2016). *¿Facebook podría estar afectando tu productividad?* Recuperado de: <https://www.entrepreneur.com/article/277529>.
- Knapp, A. (2012). *FOMO: El miedo a perderse algo (Fear of Missing Out)*. El país. Recuperado de: blogs.elpais.com/.../2012/03/fomo-el-miedo-a-perderse-algo-fear-of-missing-out.html.
- Lioi, C. (2015). *¿Vos también sufrís de FOMO?* Revista OHLALÁ. Recuperado de: www.revistaohlala.com › Calidad de vida.
- Moreno, O. (2016). *FOMO: el miedo a perderse algo*. Recuperado de: www.correiodevenezuela.com › Variedades › Curiosidades.
- Navas, R. (s. f.). *FOMO: Obsesión por estar conectado siempre a Internet*. Recuperado de: www.salud.facilísimo.com/fomo-obsesion-por-estar-conectado-siempre-a-internet_1121619.
- Pérez, J., Gardey, A. (2013). *Definición de Facebook*. Recuperado de: <https://definicion.de/facebook/>.
- Piergiorgio, S. (2014). *Miedo a la desconexión*. La vanguardia. Recuperado de: www.lavanguardia.com/estilos-de-vida/20140124/.../miedo-a-la-desconexion.html.
- Rectoría UGM Norte (s. f.). *Actividades académicas*. Recuperado de: www.ugm.edu.mx/index.php/vida-estudiantil/actividades-academicas.
- Redacción en Redes Sociales (2013). *FOMO: Redes sociales y el nuevo fenómeno del miedo a perderse algo*. Puro marketing. Recuperado de: www.puromarketing.com/.../fomo-redes-sociales-nuevo-fenomeno-miedo-perderse-al.

- Ríos, I. (2016). *El Síndrome FOMO*. Guía de Psicología. Recuperado de:
<http://psicologia.laguia2000.com/trastornos-nuevas-tecnologias/el-sindrome-fomo#ixzz4SYKNrQqD>.
- Rubín, R. (2017). *Concepto de Facebook, twitter*. Recuperado de:
<https://www.ciudadano2cero.com/facebook-que-es-como-funciona/>
- Rubira, F. (2013). *Qué es el Instagram*. El confidencial digital. Recuperado de: https://www.elconfidencialdigital.com/opinion/.../Instagram-sirve_0_2076992284.ht.
- Sabbag, J. (s. f.). *¿Usás mucho tu celular? Podrías padecer FOMO, el síndrome de la modernidad*. Revista Vix. Recuperado de:
<https://www.vix.com/.../usas-mucho-tu-celular-podrias-padecer-fomo-el-sindrome-de->.
- Sidoti, M. E. (2014). *FOMO: El síndrome de no querer perderse nada*. Sophiaonline. Recuperado de: www.sophiaonline.com.ar/fomo-el-sindrome-de-no-querer-perderse-nada/.
- Shutterstock, (2016). *FOMO: La enfermedad que desconoces aunque ya la tienes*. Noticias universia. Recuperado de:
www.noticias.universia.es › Noticias › Ciencia y Tecnología.
- Tapia, J. (2015). *Facebook: 61% de niños y adolescentes usan esta red social pero sin responsabilidad*. Diario correo. Recuperado de:
<http://diariocorreo.pe/edicion/arequipa/facebook-61-de-ninos-y-adolescentes-usan-esta-red-social-pero-sin-responsabilidad-632995/>.

- Terrón, A. (2014). *FOMO, la obsesión del “perderse algo”*. Psicología Amaya Terrón. Recuperado de: www.psicologiaamayaterron.com/novedades-y.../fomo-la-obsesion-del-perderse-algo.
- Torres, L. (2017). *El miedo a perderse algo: el síndrome FOMO*. Actualidad y psicología. Recuperado de: <https://www.actualidadenpsicologia.com/sindrome-fomo/>.
- Universia México, (2013). *FOMO: la enfermedad del mundo*. Noticias unuversia: recuperado de: www.noticias.universia.net.mx > Noticias > Portada.
- Wolman, V. (2015). *FOMO, ansiedad y tecno dependencia*. Hola doctor. Recuperado de: <https://holadoctor.com/es/trastornos-mentales-y.../fomo-ansiedad-y-tecnodependencia>.
- Zumalacárregui, V. (2014). *Diario de una JASP: El síndrome de FOMO*. Recuperado de: https://www.huffingtonpost.es/veronica.../diario-de-una-jasp-fomo_b_5318933.html

ANEXOS

ANEXO 1

CUESTIONARIO DE ENCUESTA

PARA MEDIR EL NIVEL DE SÍNDROME DEL FOMO

(Escala de Likert)

- I. Parte Informativa.**
- 1.1. Nombres y Apellidos :
- 1.2. I. E. S. :
- 1.3. Grado de estudios :
- 1.4. Fecha de la encuesta :

II. Cuestionario
Instrucciones:

A continuación se presentan 20 preguntas referidos al Síndrome del FOMO (miedo a perderse algo en las redes sociales), por favor conteste a todos ellos con sinceridad, no existen respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o malas. Marque un aspa (X) en el espacio que corresponda a lo que Ud. siente, piensa o hace.

Valoración:

Nunca (N) = 1

Rara vez (RV) = 2

Algunas veces (AV) = 3

Casi siempre (CS) = 4

Siempre (S) = 5

N°	PREGUNTAS	RESPUESTAS				
		N	RV	AV	CS	S
		1	2	3	4	5
I. El FOMO durante las actividades pedagógicas.						
1.	¿Con cuánta frecuencia estás pensando qué publicar en las redes sociales que prestar atención al docente?					
2.	¿Con cuánta frecuencia en horas de clase prefieres estar conectado en las redes sociales para dejar pasar el tiempo?					
3.	¿Con cuánta frecuencia revisas las redes sociales durante las actividades grupales en horas de clase?					
4.	¿Con cuánta frecuencia sientes ansiedad al estar desconectado de las redes sociales y no enterarte qué hacen los demás durante las horas de clase?					
5.	¿Con cuánta frecuencia en la primera señal de notificación revisas las redes sociales durante las horas de clase?					
6.	¿Con cuánta frecuencia pasas muchas horas navegando en redes sociales que escuchar la exposición del docente?					
7.	¿Con cuánta frecuencia revisas las redes sociales porque sientes que te estás perdiendo algo durante las horas de clase?					
8.	¿Con cuánta frecuencia revisas las redes sociales sin haber recibido ninguna señal de notificación durante las horas de clase?					
9.	¿Con cuánta frecuencia te aseguras de tener WIFI o señal de internet con acceso a las redes sociales durante las horas de clase?					

II. El FOMO durante las actividades no pedagógicas.					
1.	¿Con cuánta frecuencia sientes ansiedad al haber olvidado el celular con acceso a las redes sociales?				
2.	¿Con cuánta frecuencia estas conectado a las redes sociales para dejar pasar el tiempo?				
3.	¿Con cuánta frecuencia sientes frustración al no recibir “me gustas” en las redes sociales?				
4.	¿Con cuánta frecuencia sientes ansiedad al estar desconectado de las redes sociales?				
5.	¿Con cuánta frecuencia colocas primero en la pantalla del móvil los íconos de las redes sociales?				
6.	¿Con cuánta frecuencia prefieres comunicarte en las redes sociales que en persona?				
7.	¿Con cuánta frecuencia prefieres estar navegando en las redes sociales durante una reunión con familiares y/o amigos?				
8.	¿Con cuánta frecuencia miras las redes sociales al levantarte o al acostarte para ver que están haciendo los demás?				
III. El FOMO durante la alimentación.					
1.	¿Con cuánta frecuencia prefieres estar navegando en las redes sociales que estar conversando en un almuerzo familiar o de amigos?				
2.	¿Con cuánta frecuencia sientes ansiedad de revisar las redes sociales durante el desayuno?				
3.	¿Con cuánta frecuencia sientes ansiedad de revisar las redes sociales durante un almuerzo de amigos y/o compañeros?				
Puntajes parciales.					
Puntaje final (para obtener el puntaje final, sumar los puntajes parciales).					

Decisión final.

RANGOS DE PUNTEOS OBTENIDOS	INTERPRETACIÓN
20 – 39 puntos	Nivel bajo
40 – 69 puntos	Nivel medio
70 – 100 puntos	Nivel alto

GRACIAS...



CONSTANCIA

EL DIRECTOR DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA
"JCM" APLICACIÓN DE LA U.N.A. - PUNO.

HACE CONSTAR:

Que el Sr. OLIVERA SAGUA, Isaias Jossue, identificado con DNI N° 73648327, estudiante de la Facultad de Ciencias de la Educación, Escuela Profesional de Educación Secundaria del Programa de Lengua, Literatura, Psicología y Filosofía de la U.N.A. PUNO, ha realizado satisfactoriamente la ejecución de su Proyecto de Investigación Titulado "SÍNDROME DEL FOMO EN LOS ESTUDIANTES DE LA I.E.S: "JOSEÉCARLOS MARIÁTEGUI APLICACIÓN DE LA U.N.A. PUNO, EN EL AÑO ESCOLAR 2017 , consiste en la aplicación de encuesta en toda la institución, en fecha 12 de setiembre del presente año, durante su ejecución ha sido responsable en el tema planteado y demostrando Puntualidad, Creatividad, Solidaridad, e identificación con la Institución Educativa.

Se expide la presente, a solicitud del interesado para los fines que vea por conveniente.

Puno, C.U., 14 de setiembre del 2017.



[Handwritten Signature]
FIDEL CHÓQUE ARAPA
 DIRECTOR (e)



FICHA DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

1.1 Nombre del experto : Dr. GUILLERMO ZEVALLOS MENDOZA
 1.2 Actividad laboral del experto : DOCENTE UNIVERSITARIO (BIOZOOLOGO)
 1.3 Institución laboral del experto: UNA-PUNO. (DEPARTAMENTO DE HUMANIDADES, C.S.S.)
 1.4 Nombre del instrumento : ESCALA DE RISKY PARA EL SINDROME DEL FOMO
 1.5 Autor del instrumento :

II. EVALUACIÓN DEL INSTRUMENTO

PONDERACIÓN: Pésimo (P)= 0.0 Deficiente (D)= 0.5 Regular (R)= 1.0 Bueno (B)= 1.5 Excelente (E)= 2.0

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	(P)	(D)	(R)	(B)	(E)
	0.0	0.5	1.0	1.5	2.0
1. CLARIDAD: Los ítems o las preguntas están redactados con claridad y son coherentes a los indicadores de la variable que se quiere investigar, es decir, cada indicador está expresado en un ítem o en una pregunta.				X	
2. OBJETIVIDAD: Los ítems o las preguntas están redactados en forma de indicadores observables o medibles y, en conjunto, pueden ser tratados estadísticamente para probar la hipótesis.				X	
3. ACTUALIDAD: Los ítem o las preguntas corresponden a las formas actuales de formulación de los instrumentos de investigación científica (pueden ser cerradas, abiertas o mixtas, según sea el caso).				X	
4. ORGANIZACIÓN: La formulación de los ítems o preguntas tienen una secuencia lógica según el tipo de investigación y, sobre todo, guardan relación con el orden de los indicadores y de la variable respectiva.				X	
5. COHERENCIA ESTRUCTURAL: La cantidad de ítems o preguntas corresponde a la cantidad de indicadores de la variable que se pretende medir y cuya operación se encuentre en el sistema de variables (cuadro).				X	
6. COHERENCIA SEMÁNTICA: Los ítems o preguntas del instrumento de investigación permiten recoger los datos necesarios para probar la hipótesis o las hipótesis planteadas en la investigación.				X	
7. CONSISTENCIA TEÓRICA: Los ítems o preguntas se sustentan o derivan del marco teórico desarrollado en el proyecto de investigación.				X	
8. METODOLOGÍA: Este instrumento de investigación corresponde a la técnica apropiada para recoger los datos necesarios y confiables de la variable a investigarse.				X	

9. ESTRUCTURA FORMAL: El instrumento contiene todos los elementos estructurales básicos: título, encabezamiento o parte informativa, cuerpo (conjunto de ítems) antecedido con la instrucción correspondiente.					X
10. ORIGINALIDAD: Este instrumento es una elaboración propia con todos los criterios metodológicos básicos de elaboración de lo contrario es un instrumento ya utilizado (validado), cuya fuente se menciona al final.					X
PUNTAJES PARCIALES				12	4
PROMEDIO FINAL				16	

III. DECISIÓN DEL EXPERTO:

DRESCRIPCIÓN	PUNTAJE	DECISIÓN
El instrumento debe ser reformulado.	01-10	
El instrumento requiere de algunos reajustes.	11-15	
El instrumento es adecuado.	16-18	X
El instrumento es excelente.	19-20	

IV. RECOMENDACIONES:

SU APLICACIÓN E INTERPRETACIÓN DEBE TENER
 ASESORIA PSICOLÓGICA.

.....

.....

.....

.....

Puno, 16 de Abril de 2018

Firma y Posfirma

Dr. GUILLERMO ZEVALLOS MENDOZA
 PSICÓLOGO
 C.Ps.P. 0759