

**UNIVERSIDAD NACIONAL
TORIBIO RODRÍGUEZ DE MENDOZA DE AMAZONAS**



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

**TESIS PARA OBTENER
EL TÍTULO PROFESIONAL DE
PSICÓLOGA**

**NOMOFOBIA Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA SANTO
TOMAS- CUTERVO, 2024**

Autora: Bach. Alicia Seidith Mego Mondragon

Asesora: Dra. Violeta Hurtado Chancafe

Registro: (.....)

CHACHAPOYAS – PERÚ

2024

DEDICATORIA

A mis padres Aníbal Mego y Arminda Mondragon por el amor incondicional que siempre me brindan, por el apoyo constante y por enseñarme a no rendirme hasta logara mis metas.

A mi hermano Eli quien siempre es una fuente de motivación y perseverancia, uno de mis mejores ejemplos, quien con su paciencia y amor ha sabido guiarme por el buen camino.

A todos mis demás hermanos y hermanas por ser quienes me inspiran y motivan en mi lucha día a día.

Alicia Seidith

AGRADECIMIENTO

A Dios, por la vida, la salud e infinita misericordia.

Al director, estudiantes y padres de la Institución Educativa Santo Tomas, por permitirme y aceptar formar parte de la investigación, por responder al instrumento el cual ayudo de forma significativa el desarrollo de la investigación.

A mi asesora Dra. Violeta Hurtado Chancafe, por el apoyo brindado con sus conocimientos y experiencia para que sea posible la realización de la investigación.

A mis compañeras y amigas que han formado parte de la formación profesional en estos años de carrera y a todas aquellas personas que han estado apoyándome siempre para que sea posible alcanzar mis metas.

**AUTORIDADES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL TORIBIO RODRÍGUEZ
DE MENDOZA DE AMAZONAS**

JORGE LUIS MAICELO QUINTANA Ph. D.

RECTOR

Dr. OSCAR ANDRÉS GAMARRA TORRES

VICERRECTOR ACADÉMICO

Dra. MARÍA NELLY LUJÁN ESPINOZA

VICERRECTORA DE INVESTIGACIÓN

Dr. YSHONER ANTONIO SILVA DIAZ

DECANO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

VISTO BUENO DEL ASESOR DE LA TESIS



UNTRM

REGLAMENTO GENERAL
PARA EL OTORGAMIENTO DEL GRADO ACADÉMICO DE
BACHILLER, MAESTRO O DOCTOR Y DEL TÍTULO PROFESIONAL

ANEXO 3-L

VISTO BUENO DEL ASESOR DE TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL

El que suscribe el presente, docente de la UNTRM (X)/Profesional externo (), hace constar que ha asesorado la realización de la Tesis titulada Nomofobia y autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás - Cutervo, 2024;

del egresado Alicia Seidith Mega Mondragon
de la Facultad de Ciencias de la Salud
Escuela Profesional de Psicología
de esta Casa Superior de Estudios.

El suscrito da el Visto Bueno a la Tesis mencionada, dándole pase para que sea sometida a la revisión por el Jurado Evaluador, comprometiéndose a supervisar el levantamiento de observaciones que formulen en Acta en conjunto, y estar presente en la sustentación.



Chachapoyas, 26 de Agosto de 2024

Firma y nombre completo del Asesor
Dra. Violeta Hurtado Chancayo

JURADO EVALUADOR DE LA TESIS

Resolución de Decanato N° 580-2023-UNTRM-VRAC/FACISA



Dr. Migdonio Epiquián Chanchahuana

Presidente



Mg. Neyser Mercedes Vigo Maicelo

Secretario



Mg. Shirley Jhovanna Tuesta Mendoza

Vocal

CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD DE LA TESIS



ANEXO 3-Q

CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD DE LA TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL

Los suscritos, miembros del Jurado Evaluador de la Tesis titulada:

Nomofobia y Autoestima en estudiantes de la institución educativa secundaria Santo Tomás - Cutervo, 2024

presentada por el estudiante ()/egresado (X) Alicia Seidith Mezo Mondragon
de la Escuela Profesional de Psicología

con correo electrónico institucional 7162273182@untrm.edu.pe
después de revisar con el software Turnitin el contenido de la citada Tesis, acordamos:

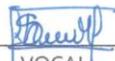
- La citada Tesis tiene 8 % de similitud, según el reporte del software Turnitin que se adjunta a la presente, el que es menor (X) / igual () al 25% de similitud que es el máximo permitido en la UNTRM.
- La citada Tesis tiene _____ % de similitud, según el reporte del software Turnitin que se adjunta a la presente, el que es mayor al 25% de similitud que es el máximo permitido en la UNTRM, por lo que el aspirante debe revisar su Tesis para corregir la redacción de acuerdo al Informe Turnitin que se adjunta a la presente. Debe presentar al Presidente del Jurado Evaluador su Tesis corregida para nueva revisión con el software Turnitin.



Chachapoyas, 05 de diciembre del 2024


SECRETARIO


PRESIDENTE


VOCAL

OBSERVACIONES:

.....
.....

REPORTE TURNITIN

Nomofobia y autoestima en estudiantes de la institución educativa secundaria, Santo Tomas, Cutervo, 2024

INFORME DE ORIGINALIDAD

8%

INDICE DE SIMILITUD

8%

FUENTES DE INTERNET

2%

PUBLICACIONES

6%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1

repositorio.ucv.edu.pe

Fuente de Internet

4%

2

repositorio.untrm.edu.pe

Fuente de Internet

1%

3

Submitted to Universidad Cesar Vallejo

Trabajo del estudiante

1%

4

Submitted to Universidad Ricardo Palma

Trabajo del estudiante

1%

5

repositorio.continental.edu.pe

Fuente de Internet

1%

6

Submitted to Universidad Católica San Pablo

Trabajo del estudiante

1%

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 1%

Excluir bibliografía

Activo


Dr. Irigoin Epiquien Chancayana

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE LA TESIS



UNTRM

REGLAMENTO GENERAL
PARA EL OTORGAMIENTO DEL GRADO ACADÉMICO DE
BACHILLER, MAESTRO O DOCTOR Y DEL TÍTULO PROFESIONAL

ANEXO 3-S

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL

En la ciudad de Chachapoyas, el día 17 de diciembre del año 2024, siendo las 10:00 horas, el aspirante: Bach: Alicia Seidith Mego Mondragon, asesorado por Dra: Violeta Hurtado Chancafe defiende en sesión pública presencial () / a distancia () la Tesis titulada: Nomofobia y autoestima en estudiantes de la institución educativa secundaria Santo Tomás - Cutervo, 2024, para obtener el Título Profesional de Psicóloga, a ser otorgado por la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas; ante el Jurado Evaluador, constituido por:

Presidente: Dr. Migdonio Epiquién Chancahuana

Secretario: Mg. Naysier Mercedes Vigo Maicelo

Vocal: Mg. Shirley Johanna Tuesta Mendoza

Procedió el aspirante a hacer la exposición de la Introducción, Material y métodos, Resultados, Discusión y Conclusiones, haciendo especial mención de sus aportaciones originales. Terminada la defensa de la Tesis presentada, los miembros del Jurado Evaluador pasaron a exponer su opinión sobre la misma, formulando cuantas cuestiones y objeciones consideraron oportunas, las cuales fueron contestadas por el aspirante.



Tras la intervención de los miembros del Jurado Evaluador y las oportunas respuestas del aspirante, el Presidente abre un turno de intervenciones para los presentes en el acto de sustentación, para que formulen las cuestiones u objeciones que consideren pertinentes.

Seguidamente, a puerta cerrada, el Jurado Evaluador determinó la calificación global concedida a la sustentación de la Tesis para obtener el Título Profesional, en términos de:

Aprobado () por Unanimidad () / Mayoría () Desaprobado ()

Otorgada la calificación, el Secretario del Jurado Evaluador lee la presente Acta en esta misma sesión pública. A continuación se levanta la sesión.

Siendo las 11:00 horas del mismo día y fecha, el Jurado Evaluador concluye el acto de sustentación de la Tesis para obtener el Título Profesional.

[Signature]
SECRETARIO

[Signature]
PRESIDENTE

[Signature]
VOCAL

OBSERVACIONES:

ÍNDICE GENERAL

Dedicatoria.....	ii
Agradecimiento.....	iii
Autoridades de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas	iv
Visto Bueno del Asesor de Tesis	v
Jurado Evaluador de la Tesis.....	vi
Constancia de Originalidad de la Tesis	vii
Reporte Turnitin.....	viii
Acta de Sustentación de la Tesis	ix
Índice General.....	x
Índice de Tablas	xi
Índice de Figuras.....	xii
Resumen.....	13
Abstrac	14
I. INTRODUCCIÓN	15
II. MATERIAL Y MÉTODOS.....	19
III. RESULTADOS	25
IV. DISCUSIÓN	35
V. CONCLUSIONES	42
VI. RECOMENDACIONES.....	44
VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	45
ANEXOS	49

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Distribución aleatoria estratificada de la muestra	21
Tabla 2. Relación entre la nomofobia y la autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás - Cutervo, 2024.....	25
Tabla 3. Relación entre la dimensión no poder comunicarse de la nomofobia y el nivel de autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás - Cutervo, 2024.	26
Tabla 4. Relación entre la dimensión la pérdida de conexión de la nomofobia y el nivel de autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás - Cutervo, 2024.....	27
Tabla 5. Relación entre la dimensión no ser capaz de acceder a la información de la nomofobia y el nivel de autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás - Cutervo, 2024.....	28
Tabla 6: Relación entre la dimensión renunciar a la comodidad de la nomofobia y el nivel de autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás - Cutervo, 2024.....	29
Tabla 7. Nivel de nomofobia en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás - Cutervo, 2024.....	30
Tabla 8. Nivel de nomofobia según dimensiones en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás - Cutervo, 2024.....	31
Tabla 9. Nivel de autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás - Cutervo, 2024.....	31
Tabla 10. Nivel de nomofobia según edad y sexo en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás - Cutervo, 2024.....	33
Tabla 11. Nivel de autoestima según edad y sexo en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás - Cutervo, 2024.....	34

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Nomofobia en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás - Cutervo, 2024.	30
Figura 2. Nivel de autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás - Cutervo, 2024.....	32

RESUMEN

El uso de los teléfonos móviles se ha masificado cada vez a edades más tempranas, al punto que su ausencia puede ocasionar alteraciones en el estado de salud de las personas. Por ello, el objetivo del estudio busco determinar la relación entre la nomofobia y la autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás - Cutervo, 2024. Estudio de enfoque cuantitativo, de alcance correlacional, corte trasversal, no experimental, con una muestra de 114 estudiantes de secundaria. Los instrumentos fueron el Inventario de autoestima de Rossemberg y el cuestionario de Nomophobia Questionnaire (NMP-Q); así mismo, para el análisis de datos se empleó la prueba de independencia de chi cuadrada. Los resultados obtenidos evidencian que 23,7% de los estudiantes presenta autoestima baja y 36,8% autoestima media; 4,4% nomofobia severa, 46,5% moderada y 47,4% leve; de los que presentan nomofobia severa 1,8% presentó autoestima baja y 2,6% media; de estudiantes con nomofobia moderada, 11,4% presenta autoestima baja, 15,8% media; así mismo, se obtuvo un coeficiente de correlación de chi cuadrado de 4,149 y un p-valor de 0,269 ($> 0,05$). Luego del análisis estadístico se concluyó que estadísticamente no existe relación significativa entre la nomofobia y la autoestima en la población de estudio, pero si la autoestima se relaciona significativamente con las dimensiones de la nomofobia de “no poder comunicarse” y “renunciar a la comodidad”.

Palabras Clave: Nomofobia, estudiantes de secundaria, autoestima, teléfono móvil.

ABSTRAC

The use of cell phones has become increasingly widespread at younger and younger ages, to the point that their absence can cause alterations in people's state of health. Therefore, the objective of the study was to determine the relationship between nomophobia and self-esteem in students of the Santo Tomás Secondary School - Cutervo, 2024. This was a quantitative, correlational, cross-sectional, non-experimental study with a sample of 114 high school students. The instruments used were the Rossemberg Self-Esteem Inventory and the Nomophobia Questionnaire (NMP-Q); likewise, the chi-square test of independence was used for data analysis. The results obtained showed that 23.7% of the students had low self-esteem and 36.8% had medium self-esteem; 4.4% had severe nomophobia, 46.5% moderate and 47.4% mild; of those with severe nomophobia, 1.8% had low self-esteem and 2.6% medium self-esteem; of students with moderate nomophobia, 11.4% presented low self-esteem, 15.8% medium; likewise, a chi-square correlation coefficient of 4.149 and a p-value of 0.269 (> 0.05) was obtained. After the statistical analysis it was concluded that statistically there is no significant relationship between nomophobia and self-esteem in the study population, but self-esteem is significantly related to the nomophobia dimensions of “not being able to communicate” and “giving up comfort”.

Key words: Nomophobia, high school students, self-esteem, cell phone.

I. INTRODUCCIÓN

La proliferación de dispositivos móviles, especialmente los teléfonos inteligentes, ha experimentado un crecimiento exponencial a nivel global, integrándose cada vez más temprano en la vida de los individuos; estos dispositivos se han consolidado como herramientas multifuncionales, facilitando el acceso a internet, la interacción social y el almacenamiento de datos; sin embargo, su uso excesivo ha dado lugar a una patología digital emergente conocida como nomofobia. Este término alude al miedo irracional e intenso a estar desconectado del teléfono móvil, manifestándose a través de una ansiedad significativa ante la pérdida, el mal funcionamiento o la inaccesibilidad del dispositivo (Chumacero, 2022).

En la actualidad el uso de los dispositivos móviles se ha vuelto indispensables en la vida de las personas, en donde la población adolescente es la que más hace uso para mantenerse conectado en las diversas plataformas como las redes sociales, enviar o recibir mensajes o llamadas, ver videos, jugar videojuegos; en los adolescentes que se encuentran estudiando el uso desmedido y excesivo del teléfono celular puede generar un impacto negativo como problemas con el autoestima debido a la búsqueda constante de la aprobación que buscan en las redes sociales y a la vez también afectar desempeño académico (Cabeza, 2023; Vera, 2020).

La utilidad de estos dispositivos móviles está ligada al uso del tiempo ya que mantiene en comunicación a las personas de forma rápida sin tener la necesidad de esperar para poder comunicarse con las personas que deseamos, esta conexión sin interrupción, ni dilatación en varias circunstancias puede resultar perjudicial en la vida de cada una de las personas que hacemos uso de nuestros dispositivos móviles (Sosa, 2022).

La autoestima ha emergido como un concepto de gran relevancia en el discurso social contemporáneo, sin embargo, su significado se ha diluido en una multiplicidad de interpretaciones, muchas veces imprecisas y erróneas. El autoconcepto, núcleo fundamental de la autoestima, se construye a partir de las interacciones tempranas del individuo con su entorno social; los mensajes verbales y no verbales, cargados de significación emocional, que los padres transmiten a

sus hijos, se internalizan y configuran una representación cognitiva de sí mismos, este proceso de construcción identitaria puede visualizarse a través del concepto de 'Espejo conceptual', que refleja la imagen que el individuo proyecta sobre sí mismo (Soria & Villegas-Villacres, 2024).

Por su parte, Rossemberg citado en Sánchez-Villena (2021), define a la autoestima como un conjunto sentimientos, creencias y pensamientos que pueden llegar a ser positivos o negativos y que una persona tiene con respecto a sí mismo.

De acuerdo a diversos estudios realizados a lo largo de los años, como el de Soria (2023) señala que población adolescente es la más vulnerable y las más propensa a desarrollar un cuadro de nomofobia, debido a que esta población se encuentra en plena construcción de su identidad personal; el uso excesivo puede afectar la autopercepción de su imagen corporal desencadenando problemas de baja autoestima que van en aumento cada vez que el dispositivo se siga utilizado de forma excesiva (Soria & Villegas-Villacres, 2024).

La nomofobia es un acrónimo que proviene de "no-mobile-phone phobia", cuya definición es el miedo irracional a estar sin teléfono móvil, esta ansiedad surge de la dependencia que se ha desarrollado hacia los dispositivos móviles, los cuales se han convertido en una extensión de uno mismos. Las dimensiones que abarca la nomofobia son “no poder comunicarse”, puesto que la imposibilidad de comunicarse a través de mensajes, llamadas o redes sociales genera una sensación de aislamiento y desconexión que puede provocar ansiedad; “pérdida de conexión” que tiene que ver con el miedo irracional a perder la conexión con el mundo digital, que puede generar sentimientos de vacío y desorientación (Cunha et al., 2023).

También la dimensión “no ser capaz de acceder a la información” debido a que la imposibilidad de acceder a información relevante cuando la necesitamos puede generar frustración y estrés; de la misma manera, la dimensión “renunciar a la comodidad” puesto que los smartphones nos facilitan la vida en innumerables aspectos, desde realizar compras hasta utilizar servicios de transporte, por ello la idea de renunciar a esta comodidad puede resultar abrumadora, además, terminaría generando ansiedad (Cunha et al., 2023).

En tanto, con respecto a la autoestima, la Organización Mundial de la Salud (OMS) refiere que forma parte de un estado completo de bienestar físico, mental y social, significando que la autoestima no se limita a una simple valoración positiva o negativa de uno mismo, sino que implica una armonía en las diferentes dimensiones de nuestra vida. Sin embargo, la definición más consensuada de autoestima es que es la valoración que una persona hace de sí misma sobre nuestras capacidades, cualidades y valor como individuos, es decir, es cómo nos sentimos con respecto a nosotros mismos. La autoestima puede ser alta o baja, una persona con alta autoestima se siente segura de sí misma, valiosa y capaz de enfrentar los desafíos de la vida, en cambio, una persona con baja autoestima puede sentirse insegura, inadecuada y con poca confianza en sí misma (Sosa, 2022).

Además, Morris Rosenberg en una aproximación sociocultural define la autoestima como una actitud o sentimiento hacia uno mismo pudiendo ser positiva o negativa; así mismo, en los términos de Rosenberg la autoestima es un constructo psicológico influenciado por factores socioculturales y relacionales, por ello lo conceptualiza como la valoración que un individuo hace de sí mismo, basada en una comparación social con estándares internalizados. Rosenberg, a través de un amplio estudio, estableció una relación significativa entre la autoestima y estados afectivos negativos como la ansiedad y la depresión, es así como su modelo teórico enfatiza el papel central de las creencias y afectos relacionados con el valor personal (Blanca & Mota, 2016).

La evidencia científica sugiere una relación compleja así como multifacética entre la nomofobia y la autoestima en adolescentes, es innegable el quebrantamiento de la interacción familiar, la disminución del tiempo para compartir en familia y la comunicación entre sus miembros a consecuencia del tiempo empleado en el móvil, considerando que la familia juega un papel crucial en el desarrollo de una autoestima saludable en los adolescentes (Sosa, 2022).

Según estudios, bajo el enfoque social de Rosenberg, personas con baja autoestima pueden recurrir excesivamente a sus teléfonos para buscar aprobación, reconocimiento social, alimentando así la nomofobia, de otro lado la ansiedad social asociada a la baja autoestima puede llevar a preferir la interacción virtual, lo que refuerza la dependencia del teléfono; es así que, el teléfono móvil se

convierte en una forma de escapar de los sentimientos negativos asociados a la baja autoestima, creando un círculo vicioso (Blanca & Mota, 2016).

Con lo mencionado anteriormente, en los siguientes apartados del estudio realizado, se muestran los métodos, procedimientos, resultados obtenidos que fueron analizados y comparados respectivamente con otros estudios. Así mismo, como parte final del estudio se presentan, las conclusiones, recomendaciones y anexos empleados durante todo el estudio. De esta manera se aporta con evidencia científica para generar programas preventivos para disminuir los niveles de nomofobia, potenciando la autoestima de los adolescentes que se encuentran en una etapa de vulnerabilidad mediante la construcción de autonomía e identidad que servirá de base para su etapa adulta.

Frente a esta realidad problemática se planteó el siguiente problema de investigación ¿Existe relación entre nomofobia y la autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomas- Cutervo, 2024? Así mismo, se planteó como objetivo general determinar la relación entre la nomofobia y la autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomas- Cutervo, 2024. Además, como objetivos específicos se plantearon los siguiente: 1) Establecer la relación entre la dimensión no poder comunicarse de la nomofobia y la autoestima; 2) Establecer la relación entre la dimensión perdida de la conexión de la nomofobia y la autoestima; 3) Establecer la relación entre la dimensión no ser capaz de acceder a la información de la nomofobia y la autoestima; 4) Establecer la relación entre la dimensión renunciar a la comodidad de la nomofobia y la autoestima; 5) Identificar el nivel de nomofobia; 6) Identificar el nivel de autoestima; 7) Identificar el nivel de nomofobia y autoestima según edad y sexo.

II. MATERIAL Y MÉTODOS

2.1. Tipo y diseño de investigación

El enfoque de estudio fue de enfoque cuantitativo, enfoque que contempla una serie de métodos y técnicas estadísticas en el proceso de investigación, mide fenómenos, los procesos son secuenciales deductivos y probatorios (hipótesis), asimismo, dentro de sus bondades permite generalizar resultados, precisión y predicción, es decir, este tipo de enfoque sigue un patrón predecible y estructurado (Fuentes-Doria et al., 2020; Hernández & Mendoza, 2018; Polanía et al., 2020).

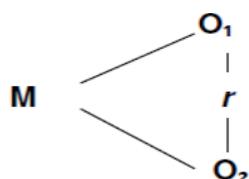
De acuerdo con su finalidad la investigación fue básica, debido a que su intención será ampliar el conocimiento y verificar teorías o principios, este tipo de investigaciones no poseen ni plantean soluciones prácticas a un problema específico, sino que se orienta a conocer y resolver problemas amplios y de validez general (Polanía et al., 2020).

Según Hernández & Mendoza (2018), el alcance fue correlacional, cuya finalidad fue conocer la relación entre dos o más variables, dimensiones en un contexto en particular, es preciso mencionar también que este alcance permite cierto grado de predicción por lo que es necesario el planteamiento de hipótesis. En el caso del estudio se pretendió determinar la relación entre la nomofobia y la autoestima.

De otro lado, el diseño del estudio fue no experimental transaccional o transversal; este tipo de diseños se caracterizan por recolectar la información en un solo momento sin ninguna manipulación o alteración de la naturalidad de la variable (Cevallos et al., 2017; Fuentes-Doria et al., 2020); es decir, busca describir la relación entre las variables nomofobia y autoestima en un solo momento en los estudiantes de secundaria.

Diseño de la investigación

La investigación se esquematizó tal como se muestra a continuación.



Donde:

M: Estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás

O₁: Variable 1; Nomofobia

O₂: Variable 2; Autoestima

r: Relación

2.2. Población, muestra y muestreo

2.2.1. Población

La población fue finita debido a que se conoce a la cantidad exacta de la población en la cual se ha realizado el estudio, (Arias & Covinos, 2021). En la investigación, la población estuvo conformada por 322 estudiantes de 2do a 5to grado del nivel secundario matriculados en la Institución Educativa Santo Tomas en el año lectivo 2024, ubicado en el distrito de Santo Tomas, provincia de Cutervo, departamento de Cajamarca.

2.2.2. Muestra

Una pequeña parte de la población es conocida como muestra, esta muestra es representativa debido a que en esta se obtendrán los datos que son necesarios para el estudio (Hernández & Mendoza, 2018). En la presente investigación la muestra fue calculada con la fórmula que es utilizada cuando la población de estudio es finita.

$$n = \frac{z^2 \sigma^2 \cdot N}{(N - 1)E^2 + z^2 \sigma^2}$$

Donde:

Z= 1,96 cuyo nivel de confianza es de 95%

$\sigma^2 = p \cdot q$ donde $p = 0,5$ y $q = 0,5$ (cuando se desconoce a la varianza poblacional).

$N = 322$ participantes del estudio (población)

$E = 5\%$ error máximo de estimación

Datos reemplazados en la fórmula:

$$n = \frac{(1,96^2)(0,5)^2 \cdot 322}{(322 - 1)(0,05)^2 + 1,96^2(0,5)^2} = 176$$

Teniendo en cuenta que $E = 0,05$; $N = 322$ y $n = 176$ se realizó la corrección si: $n/N > E$, entonces $176/322 = 0,546 > 0,065$; por lo tanto, se realizó un ajuste en la muestra.

$$n_0 = \frac{176}{1 + \frac{176-1}{322}} = 114$$

2.2.3. Muestreo

El muestreo que se utilizó fue probabilístico de tipo estratificado, debido a que este tipo de muestreo permite dividir a la población en estratos de manera proporcional y homogénea (Triola, 2018). En la investigación se tuvo como estratos a los grados de segundo a quinto grado y de cada estrato se seleccionó de manera aleatoria simple. El cálculo de la muestra y muestreo estratificado fue realizado de la siguiente manera:

Tabla 1. *Distribución aleatoria estratificada de la muestra*

Estratos	Población	% de la Población	Muestra
Segundo grado	89	27,64	32
Tercer grado	83	25,78	29
Cuarto grado	80	24,84	28
Quinto grado	70	21,74	25
Total	322	100,00	114

Nota: Elaboración propia

Criterios de inclusión

- ✓ Estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomas que se encuentren matriculados en el año lectivo 2024 entre el 2do al 5to grado.
- ✓ Estudiantes que manifestaron su voluntad de participar mediante el asentimiento y el consentimiento informados de sus padres.
- ✓ Estudiantes que asistan regularmente a clases.

Criterios de exclusión

- ✓ Estudiantes que presenten alguna incapacidad física o mental que les impida responder de manera autónoma a los instrumentos.

2.3.Método, técnica e instrumento de recolección de datos

2.3.1. Método

Como método se tendrá al método analítico-sintético, este método combina el análisis y la síntesis para comprender un fenómeno o problema en su totalidad; el análisis descompone el fenómeno en partes individuales, mientras que la síntesis reconstruye y relaciona estas partes para obtener una visión global y comprensiva del fenómeno (Arias & Covinos, 2021).

2.3.2. Técnica

La técnica para el presente estudio fue la encuesta

2.3.3. Instrumento

El instrumento fue el cuestionario. Como cuestionarios se utilizó dos escalas: 1) Cuestionario Nomophobia Questionnaire (NMP-Q), y 2) Escala de Autoestima de Rossemberg.

- ✓ **Nomophobia Questionnaire (NMP-Q):** Escala elaborada por Yildirim y Correia en el 2015, adaptada al español y validada por González, León, Pérez y Calvete (2017) y en el Perú adaptada por Ramírez y Vargas en el 2018. Es una escala tipo Likert que consta de 20 ítems organizados en 4 dimensiones, con un tiempo de aplicación de 20 minutos. Escala tipo Likert cuya puntuación va desde 1 que indica que está totalmente en desacuerdo hasta el 7 totalmente de acuerdo, teniendo en cuenta lo siguiente para su clasificación el

siguiente baremo, teniendo en cuenta una distribución estadística uniforme (proporcional) para su clasificación, según se detalla a continuación:

Para medir el nivel de nomofobia de manera general, se tuvo en cuenta la siguiente puntuación: de 0-20 nomofobia ausente, de 21-59 nomofobia leve; así mismo, para el nivel de nomofobia moderada se tuvo en cuenta desde los 60- 99 puntos y finalmente para el nivel de nomofobia severa desde los 100-140.

Así mismo, para la calificación de sus dimensiones se tuvo en cuenta lo siguiente: primeramente, para la dimensión no poder comunicarse la calificación es de 0-14 nomofobia ausente, de 15 a 24 puntos nomofobia leve, de 25 a 34 nomofobia moderada y de 35 a 42 puntos nomofobia severa; seguidamente para las dimensiones Pérdida de conexión y Renunciar a la comodidad, se calificó teniendo en cuenta lo siguiente: para el nivel de nomofobia ausente fue 0-12 puntos, el nivel de nomofobia leve de 13-20 puntos, nomofobia moderada de 21-28 puntos y nomofobia severa de 29 a 35 puntos.

Finalmente, para la dimensión no ser capaz de acceder a la información la calificación fue teniendo en cuenta lo siguiente: nivel de nomofobia ausente de 0 a 10 puntos, de 11 a 16 nomofobia leve, de 17 a 22 puntos nivel de nomofobia moderada y para el nivel de nomofobia severa de 23 a 28 puntos.

- ✓ **Escala de Autoestima de Rosseberg:** Este instrumento es un cuestionario que sirve para evaluar la autoestima, que es entendida como el respeto a sí mismo y la valía personal, dicha escala está compuesta por 10 ítems redactados en forma positiva y negativa.

Para la calificación de esta escala, se debe tener en cuenta que en los ítems directivos son: 1, 3, 4, 6, 7. Fueron calificados de 4 a 1; mientras, que los ítems inversos: 2, 5, 9, 10 se puntúan de forma inversa. En donde, \leq a 25 indica autoestima baja; desde 26 a 29 autoestima media y de 30 a 40 puntos autoestima elevada.

La confiabilidad de los instrumentos fueron un coeficiente alfa de Crombach de 0,80 para la Escala de Autoestima de Rosseberg, y el

cuestionario de Nomophobia Questionnaire (NMP-Q) un coeficiente de (0.95).

2.4.Procedimiento de recolección de datos

Para realizar de la investigación, en primer lugar, se revisó bibliografía necesaria para poder escoger el tema el cual nace del vacío de conocimiento. En segundo lugar, se definió el tema de interés y las variables requeridas para el estudio, seguidamente se identificó el alcance que el estudio tendrá y se redactaron los objetivos. Así mismo, se definió el contexto (Distrito Santo Tomas- Cajamarca) y la población (estudiantes del segundo al quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomas), seguidamente, se solicitó mediante un documento al director de la Institución la relación de estudiantes matriculados, tras ello, se realizó el cálculo de la muestra.

Así mismo, se solicitó la autorización del director para la aplicación de los instrumentos y se hizo llegar los consentimiento y asentimiento para ser firmado junto a los estudiantes y padres de familia, coordinando luego para la aplicación de los cuestionarios. Durante la investigación, se les explicó los detalles del Cuestionario Nomophobia Questionnaire (NMP-Q) y la Escala de Autoestima de Rossember, procediendo con su aplicación.

Los datos recolectados fueron calificados e interpretados, posteriormente los resultados obtenidos fueron ordenados en tablas para su fácil comprensión. Por último, estos resultados obtenidos fueron discutidos y contrastados con estudios previos.

2.5.Análisis de datos

Una vez recolectada la información, se hizo uso del programa estadístico SPSS en su versión 26 para realizar el análisis de los respectivos datos, así mismo, se hizo uso del programa Excel mediante el cual se obtuvieron tablas que nos sirvieron para poder entender las características de las variables; además. Para la contrastación de hipótesis se utilizó la prueba estadística de independencia de Chi Cuadrado de Pearson (X^2), cuyos resultados fueron representados mediante tablas y gráficos indicando frecuencias y porcentajes.

III. RESULTADOS

Tabla 2. Relación entre la nomofobia y la autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás - Cutervo, 2024.

Nivel de autoestima	Nomofobia								Total	
	Ausente		Leve		Moderado		Severo			
	F	%	f	%	F	%	f	%	f	%
Baja	0	0,0	12	10,5	13	11,4	2	1,8	27	23,7
Media	1	0,9	20	17,5	18	15,8	3	2,6	42	36,8
Elevada	1	0,9	22	19,3	22	19,3	0	0,0	45	39,5
Total	2	1,8	54	47,4	53	46,5	5	4,4	114	100,0

Nota: Elaboración propia

Chi-cuadrado de Pearson = 4,149; **gl** = 6; **p-valor** = 0,269 > 0,05

De acuerdo con la tabla 2, de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás – Cutervo, 23,7% presenta autoestima baja, en tanto 4,4% padece de nomofobia severa y 46,5% nomofobia moderada; de los que presentan nomofobia severa 1,8% presentó autoestima baja y 2,6% presentó autoestima media; de los estudiantes con nomofobia moderada, 11,4% presenta autoestima baja, 15,8% autoestima media y 19,3% autoestima elevada.

De acuerdo con la prueba estadística de independencia Chi-cuadrado de Pearson se tiene un coeficiente de 4,149 y un p-valor de 0,269 (> 0,05), lo que significa que existe una relación positiva, pero sin embargo esta relación no es significativa, por tanto, se rechaza la hipótesis de investigación y por lo tanto se acepta la hipótesis nula, es decir se acepta que no existe relación significativa entre la nomofobia y la autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás - Cutervo, 2024.

Tabla 3. *Relación entre la dimensión no poder comunicarse de la nomofobia y el nivel de autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás - Cutervo, 2024.*

Nivel de autoestima	Dimensión no poder comunicarse de la nomofobia							
	Ausente		Leve		Moderado		Severo	
	F	%	f	%	f	%	f	%
Baja	5	4,4	14	12,3	6	5,3	2	1,8
Media	8	7,0	23	20,2	9	7,9	2	1,8
Elevada	16	14,0	10	8,8	19	16,7	0	0,0
Total	29	25,4	47	41,2	34	29,8	4	3,5

Nota: Elaboración propia

Chi-cuadrado de Pearson = 16,6; gl = 6; p-valor = 0,012 < 0,050

En la tabla 3 se presenta la relación de la dimensión no poder comunicarse de la nomofobia y la autoestima, donde se puede apreciar que, 1,8% de estudiantes que presentan autoestima baja y 1,8% con autoestima media presentan nomofobia severa; en tanto, de los que presentan nomofobia moderada, 16,7% presentan autoestima elevada, 7,9% autoestima media y 5,3% autoestima baja; en tanto, en estudiantes que no presentan nomofobia, 14% presenta autoestima elevada, 7% autoestima media, y 4,4% autoestima baja.

De acuerdo con la prueba estadística de independencia Chi-cuadrado de Pearson se obtuvo un p-valor (0,012) siendo menor a la significancia ($\alpha=0,050$), es decir, se acepta la hipótesis de investigación y se rechaza la hipótesis nula, debido a que existe una relación positiva y significativa entre la dimensión no poder comunicarse de la nomofobia y la autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás - Cutervo, 2024.

Tabla 4. Relación entre la dimensión la pérdida de conexión de la nomofobia y el nivel de autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás - Cutervo, 2024.

Nivel de autoestima	Dimensión la pérdida de conexión de la nomofobia							
	Ausente		Leve		Moderado		Severo	
	F	%	f	%	f	%	f	%
Baja	13	11,4	12	10,5	1	0,9	1	0,9
Media	19	16,7	16	14,0	6	5,3	1	0,9
Elevada	24	21,1	17	14,9	3	2,6	1	0,9
Total	56	49,1	45	39,5	10	8,8	3	2,6

Nota: Elaboración propia

Chi-cuadrado de Pearson = 3,15; gl = 6; p-valor = 0,790 > 0,050

En la tabla 4 se presenta la relación de la dimensión la pérdida de conexión de la nomofobia y la autoestima, donde se puede apreciar que, 0,9% de estudiantes que presentan autoestima baja y 0,9% con autoestima media presentan nomofobia severa; en tanto, de los que presentan nomofobia moderada, 2,6% presentan autoestima elevada, 5,3% autoestima media y 0,9% autoestima baja; en tanto, en estudiantes que no presentan nomofobia, 21,1% presenta autoestima elevada, 16,7% autoestima media, y 11,4% autoestima baja.

De acuerdo con la prueba estadística de independencia Chi-cuadrado de Pearson se obtuvo un p-valor (0,790) es mayor a la significancia ($\alpha=0,050$), es decir se acepta rechaza la hipótesis de investigación y se acepta la hipótesis nula debido a que no existe una relación significativa entre la dimensión la pérdida de conexión de la nomofobia y la autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás - Cutervo, 2024.

Tabla 5. Relación entre la dimensión no ser capaz de acceder a la información de la nomofobia y el nivel de autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás - Cutervo, 2024.

Nivel de autoestima	Dimensión ser capaz de acceder a la información de la nomofobia							
	Ausente		Leve		Moderado		Severo	
	F	%	f	%	f	%	f	%
Baja	9	7,9	11	9,6	7	6,1	0	0,0
Media	14	12,3	17	14,9	10	8,8	1	0,9
Elevada	21	18,4	18	15,8	5	4,4	1	0,9
Total	44	38,6	46	40,4	22	19,3	2	1,8

Nota: Elaboración propia

Chi-cuadrado de Pearson = 4,50; gl = 6; p-valor = 0,609 > 0,050

En la tabla 5 se presenta la relación de la dimensión no ser capaz de acceder a la información de la nomofobia y la autoestima, donde se puede apreciar que, de los estudiantes con nomofobia severa, 0,9% presentan autoestima media y 0,9% autoestima alta; en tanto, de los que presentan nomofobia moderada, 4,4% presentan autoestima elevada, 8,8% autoestima media y 6,1% autoestima baja; así mismo, en estudiantes que no presentan nomofobia, 18,4% presenta autoestima elevada, 12,3% autoestima media, y 7,9% autoestima baja.

De acuerdo con la prueba estadística de independencia Chi-cuadrado de Pearson cuyo p-valor (0,609) es mayor a la significancia ($\alpha=0,050$), lo que indica que se rechaza la hipótesis de investigación y se acepta la hipótesis nula ya que no existe una relación significativa entre la dimensión no ser capaz de acceder a la información de la nomofobia y la autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás - Cutervo, 2024.

Tabla 6: Relación entre la dimensión renunciar a la comodidad de la nomofobia y el nivel de autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás - Cutervo, 2024.

Nivel de autoestima	Dimensión renunciar a la comodidad de la nomofobia							
	Ausente		Leve		Moderado		Severo	
	F	%	f	%	f	%	f	%
Baja	6	5,3	10	8,8	9	7,9	2	1,8
Media	22	19,3	14	12,3	5	4,4	1	0,9
Elevada	22	19,3	20	17,5	2	1,8	1	0,9
Total	50	43,9	44	38,6	16	14,0	4	3,5

Nota: Elaboración propia

Chi-cuadrado de Pearson = 16,34; gl = 6; p-valor = 0,012 < 0,050

En la tabla 6 se presenta la relación de la renunciar a la comodidad de la nomofobia y la autoestima, donde se puede apreciar que, de los estudiantes con nomofobia severa, 1,8% presentan autoestima baja, 0,9 autoestima media y 0,9% autoestima alta; en tanto, de los que presentan nomofobia moderada, 1,8% presentan autoestima elevada, 4,4% autoestima media y 7,9% autoestima baja; así mismo, en estudiantes que no presentan nomofobia, 19,3% presenta autoestima elevada, 19,3% autoestima media, y 5,3% autoestima baja.

De acuerdo con la prueba estadística de independencia Chi-cuadrado de Pearson el p-valor (0,012) es menor a la significancia ($\alpha=0,050$), por la cual se acepta la hipótesis de investigación debido a la existencia de una relación significativa entre la dimensión 4 de la nomofobia “renunciar a la comodidad” y la autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás - Cutervo, 2024.

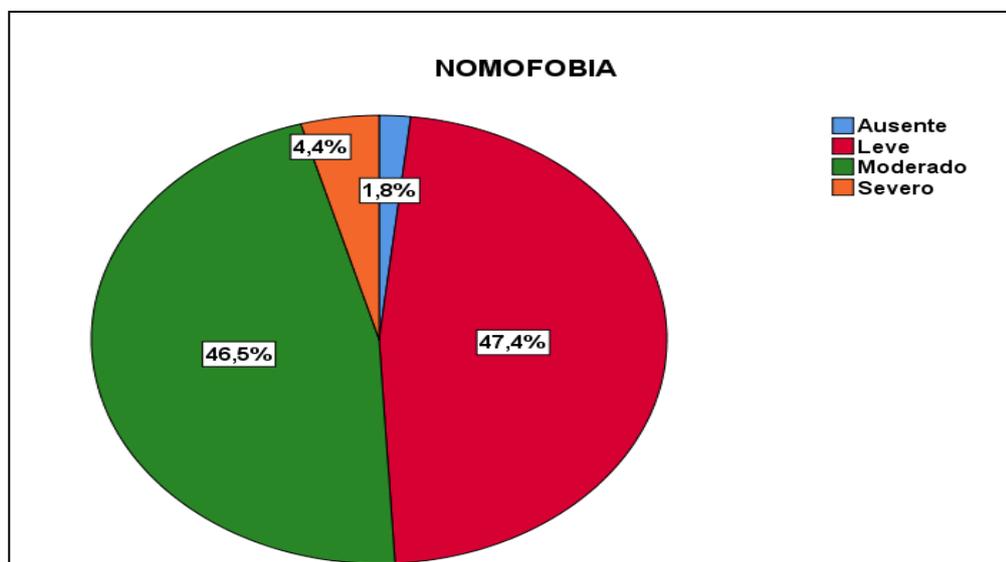
Tabla 7. Nivel de nomofobia en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás - Cutervo, 2024.

Nomofobia	f	%
Nomofobia ausente	2	1,8
Nomofobia leve	54	47,4
Nomofobia moderada	53	46,5
Nomofobia severa	5	4,4
Total	114	100,0

Nota: Elaboración propia

Media = 2,5; **Mediana** = 3; **Moda** = 2; **Desv. Estándar** = 0,6

Figura 1. Nomofobia en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás - Cutervo, 2024.



Nota: Elaboración propia

Tal como se puede observar en la tabla 7 y figura 1, 46,5% de estudiantes presenta nomofobia moderado, 47,4% nomofobia leve y 4,4% nomofobia severa.

De acuerdo con las medidas estadísticas de tendencia central, se tiene para la variable de nomofobia, una media de 2,5 mediana de 3 que significa que la nomofobia a nivel poblacional en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás - Cutervo, 2024 es moderada.

Tabla 8. Nivel de nomofobia según dimensiones en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás - Cutervo, 2024.

Nomofobia	No poder comunicarse		La pérdida de conexión		no ser capaz de acceder a la información		Renunciar a la comodidad	
	F	%	F	%	f	%	f	%
Ausente	29	25,4	56	49,1	44	38,6	50	43,9
Leve	47	41,2	45	39,5	46	40,4	44	38,6
Moderado	34	29,8	10	8,8	22	19,3	16	14,0
Severo	4	3,5	3	2,6	2	1,8	4	3,5
Total	114	100,0	114	100,0	114	100,0	114	100,0

Nota: Elaboración propia

Según los datos de la tabla 8 se puede afirmar que la nomofobia según sus dimensiones, en la dimensión “no poder comunicarse” el 41,2% es leve seguido del 29,8% es moderado; en la dimensión de “la pérdida de conexión”, 49,1% no presenta nomofobia, seguido del 39,5% con nomofobia leve; en la dimensión “no ser capaz de acceder a la información”, 40,4% presenta nomofobia leve y 38,6% no presenta nomofobia; y en la dimensión “renunciar a la comodidad” 43,9% no presenta nomofobia y 38,6% presenta nomofobia leve.

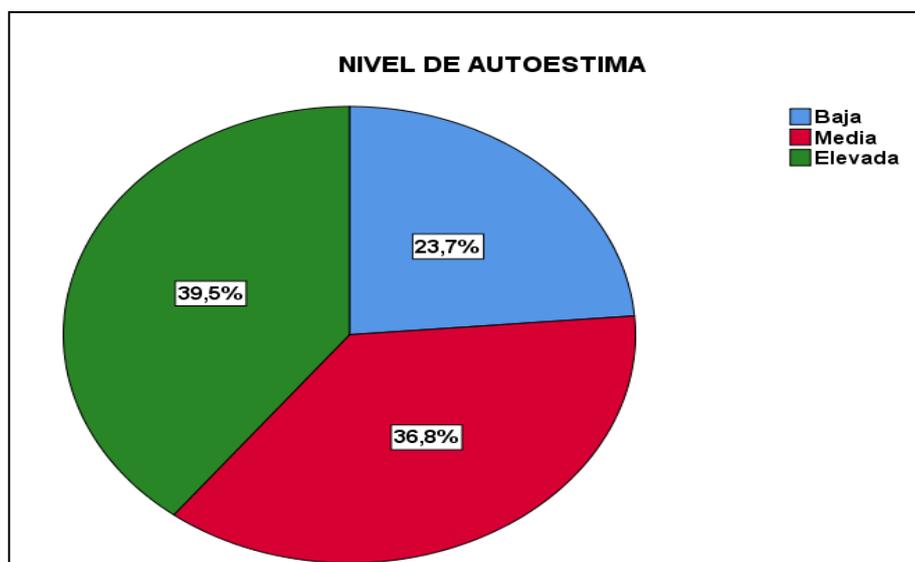
Tabla 9. Nivel de autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás - Cutervo, 2024.

Nivel de autoestima	F	%
Baja	27	23,7
Media	42	36,8
Elevada	45	39,5
Total	114	100,0

Nota: Elaboración propia

Media = 2,2; Mediana = 2,0; Moda = 3; Desv. Estándar = 0,8

Figura 2. Nivel de autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás - Cutervo, 2024.



Nota: Elaboración propia

En la tabla 9 y figura 2, con respecto a la autoestima en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás – Cutervo, 39,5% presentan autoestima elevada, 36,8% autoestima media, y 23,7% autoestima baja.

En concordancia con las medidas estadísticas de tendencia central, se tiene para la variable de autoestima, una media de 2,2 mediana de 2 que significa que la autoestima a nivel poblacional en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás - Cutervo, 2024 es de nivel medio.

Tabla 10. Nivel de nomofobia según edad y sexo en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás - Cutervo, 2024.

Nomofobia	Edad				Sexo			
	< de 15 años		De 15 años a más		Femenino		Masculino	
	f	%	F	%	f	%	f	%
Ausente	1	0,9	1	0,9	0	0,0	2	1,8
Leve	23	20,2	31	27,2	25	21,9	29	25,4
Moderado	24	21,1	29	25,4	30	26,3	23	20,2
Severo	3	2,6	2	1,8	4	3,5	1	0,9
Total	51	44,7	63	55,3	59	51,8	55	48,2

Nota: Elaboración propia

En la tabla 10, con relación a la nomofobia según la edad y el sexo de los estudiantes, se aprecia que, la nomofobia severa estuvo presente en 2,6% de los menores de 15 años y en 1,8% de los mayores de 15 años; la nomofobia moderada estuvo presente en 21,1% de los menores de 15 años y en 25,4% de los mayores de 15 años, y la nomofobia leve en 20,2% de los menores de 15 años y en 27,2% de los mayores de 15 años.

De otro lado, la nomofobia según el sexo, en la tabla 10 se aprecia que, la nomofobia severa estuvo presente en 3,5% de las mujeres versus el 0,9% de los varones, en tanto, la nomofobia moderada estuvo presente en 26,3% de las mujeres frente al 20,2% de los varones.

Tabla 11. Nivel de autoestima según edad y sexo en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás - Cutervo, 2024.

Nivel de autoestima	Edad				Sexo			
	< de 15 años		De 15 años a más		Femenino		Masculino	
	f	%	F	%	f	%	f	%
Baja	13	11,4	14	12,3	19	16,7	8	7,0
Media	21	18,4	21	18,4	23	20,2	19	16,7
Elevada	17	14,9	28	24,6	17	14,9	28	24,6
Total	51	44,7	63	55,3	59	51,8	55	48,2

Nota: Elaboración propia

En la tabla 11, con relación a la autoestima según la edad y el sexo de los estudiantes, se aprecia que, la autoestima baja estuvo presente en 11,4% de los menores de 15 años frente al 12,3% de los mayores de 15 años; la autoestima media estuvo presente en 18,4% de los menores de 15 años, del mismo modo en 18,4% de los mayores de 15 años. De otro lado, la autoestima según el sexo, en la tabla 11 se aprecia que, la autoestima baja estuvo presente en 16,7% de las mujeres versus el 7% de los varones, en tanto, la autoestima media estuvo presente en 20,2% de las mujeres frente al 16,7% de los varones.

IV. DISCUSIÓN

En el estudio de investigación se buscó determinar la relación entre la nomofobia y la autoestima en los estudiantes del segundo al quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás; en tal sentido es preciso mencionar que la autoestima es definida como la valoración que una persona tiene sobre sí misma, implicando en esta concepción aspectos como autoconfianza, autoaceptación, autoapreciación y autorrespeto. En tanto, la nomofobia, es un fenómeno relativamente nuevo, que ha surgido con la proliferación de los smartphones y la constante conexión a internet, por ello la nomofobia es también conocida como miedo a estar sin móvil, es un trastorno de ansiedad caracterizado por el miedo irracional a estar separado del teléfono móvil (Cunha et al., 2023; Soria & Villegas-Villacres, 2024).

De manera preliminar se formuló la siguiente hipótesis de investigación: Existe relación significativa entre la nomofobia y la autoestima en de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás – Cutervo, 2024; hipótesis que fue probada mediante la prueba estadística de independencia de Chi-cuadrado de Pearson encontrándose un coeficiente de 4,149 y un p-valor de 0,269 ($> 0,05$), resultados que significan que existe una relación positiva pero no significativa; por tanto, se rechaza la hipótesis de investigación y aceptándose la hipótesis nula, es decir se acepta que no existe relación significativa entre la nomofobia y la autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás - Cutervo, 2024.

También, de los resultados se tiene que 23,7% de estudiantes presentan autoestima baja, en tanto 4,4% padece de nomofobia severa y 46,5% nomofobia moderada; de los que presentan nomofobia severa 1,8% presentó autoestima baja y 2,6% presentó autoestima media; de los estudiantes con nomofobia moderada, 11,4% presenta autoestima baja, 15,8% autoestima media y 19,3% autoestima elevada.

Los resultados encontrados en el estudio difieren de resultados encontrados en otros estudios realizados en el ámbito internacional como los de Vagka et al., (2023), en Grecia encontraron que los estudiantes que presentan baja autoestima presentaban el doble de probabilidades de sufrir nomofobia.

Así mismo, en el estudio realizado por Valencia, J. (2022), en Ecuador encontró que los adolescentes que presentan una autoestima menor son los que pasan mayor tiempo en su celular, que la prevalencia de la dependencia al celular fue de 46,2% de nivel moderado, 27,5% nivel bajo y 26,4% nivel alto; en cuanto a los niveles de autoestima se encontró que 47,3% presentó autoestima baja, 28,6% autoestima media, y 24,2% autoestima alta, concluyendo en que existe correlación entre autoestima y dependencia al teléfono móvil, y que el tipo de correlación es inversamente proporcional.

En estudios similares realizados por Cruz, J. (2022), en Perú se encontró que una relación significativa ($p < 0.000$) e inversa ($Rho = -0.250$) entre la nomofobia y la autoestima, lo que indica que se encontró una relación significativa entre variables, pero de manera inversa entre ambas variables, resultados opuestos a los encontrados en el estudio realizado; sin embargo, en un estudio Sosa, L. (2022), se encontró resultados similares al estudio realizado, debido a que en su investigación encontró ($p: 0,737 > \alpha: 0,05$) por el cual concluyen que la autoestima no presenta ninguna incidencia significativa en la nomofobia.

Con lo observado anteriormente en los estudios nacionales e internacionales se puede observar el impacto que la nomofobia puede tener en la autoestima ya sea de forma directa o inversa, es decir casi siempre ha existido una relación entre ambas variables.

Como mencionamos al inicio, el término nomofobia deriva de la abreviatura “No Mobile Phone Phobia” y consiste en una condición psicológica en la que las personas sienten miedo de estar lejos de sus smartphones o de desconectarse de la conectividad que estos proporcionan (Cunha et al., 2023). Por otro lado, cuando hablamos de autoestima hacemos referencia a un conjunto de sentimientos que se tiene con respecto a sí mismo, estos pueden ser positivos o negativos debido a que se van formando a través de la evaluación de las propias características (Ander-Egg, 2017).

La baja autoestima o la presencia de nomofobia que se puede presentar en las poblaciones de estudio puede variar a una serie de factores internos (la personalidad) o externos (lugar donde se realizó el estudio) el cual pueden estar

generando una alta incidencia en dichas variables, condicionando a la salud tanto física, psicológica o social de las personas sobre todo en los niños y adolescentes.

En el ámbito del estudio, el primer objetivo específico de la investigación, se propuso establecer la relación existente entre la dimensión no poder comunicarse de la nomofobia y el nivel de autoestima, en consecuencia, con los resultados se puede afirmar que existe una relación positiva y significativa entre la dimensión 1 y el nivel de autoestima. De los estudiantes con nomofobia severa 1,8% tenían autoestima baja y 1,8% autoestima media, así mismo, de los estudiantes con nomofobia moderada, 5,3% presentan autoestima baja y 7,9% autoestima media, es preciso resaltar que, 16,7% de estudiantes que a pesar de tener una buena autoestima ya presentan nomofobia moderada en la dimensión de no poder comunicarse.

Resultados similares se encontró en el estudio realizado por Sosa, L. (2022), quien obtuvo ($p= 0,01$ menor a $\alpha: 0,05$) es decir encontró que el miedo a comunicarse es significativo entre esta dimensión y el nivel de autoestima. Es decir, si existe una autoestima baja que se relaciona con esta dimensión.

La dimensión no poder comunicarse se refiere al miedo o la ansiedad intensa que experimenta una persona al verse imposibilitada para utilizar su teléfono móvil para comunicarse con los demás, esto puede tener un impacto significativo en la vida de las personas que la sufren al afectar sus relaciones personales, su trabajo y su salud mental.

En relación al segundo objetivo fue establecer la relación existente entre la dimensión la pérdida de conexión de la nomofobia (miedo y ansiedad por desconectarse del internet o las redes sociales) y el nivel de autoestima, aquí se encontró como resultados que no existe relación entre la dimensión 2 y los niveles de autoestima, 0,9% de estudiantes que presentan autoestima baja y 0,9% con autoestima media presentan nomofobia severa; en tanto, de los que presentan nomofobia moderada, 2,6% presentan autoestima elevada, 5,3% autoestima media y 0,9% autoestima baja; en tanto, en estudiantes que no presentan nomofobia, 21,1% presenta autoestima elevada, 16,7% autoestima media, y 11,4% autoestima

baja. El miedo por quedarse sin conexión se manifiesta tanto en quienes tienen autoestima baja, media o alta en proporciones similares.

Estos resultados concuerdan con los encontrados por Sosa, L. (2022) quien señala que la pérdida de conexión no se relaciona con el autoestima y la personalidad. Sin embargo, para Carre, M (2024) existe una relación significativa e inversa entre la dimensión 2 de la nomofobia y el nivel de autoestima quien encontró en su estudio una significancia de ($p < .05$).

En lo concerniente al tercer objetivo específico fue establecer la relación existente entre la dimensión no ser capaz de acceder a la información de la nomofobia y el nivel de autoestima, como resultado se obtuvo que no existe relación entre la dimensión 3 y la variable, de los estudiantes con nomofobia severa, 0,9% presentan autoestima media y 0,9% autoestima alta; en tanto, de los que presentan nomofobia moderada, 4,4% presentan autoestima elevada, 8,8% autoestima media y 6,1% autoestima baja; así mismo, en estudiantes que no presentan nomofobia, 18,4% presenta autoestima elevada, 12,3% autoestima media, y 7,9% autoestima baja.

Esto indica que, en los estudiantes de la Institución Educativa Santo Tomás, el no poder acceder a la información no genera ningún tipo de repercusión en su autoestima; sin embargo, para Carre, M (2024) encontró una alta significancia ($p < .01$) y de forma inversa entre la dimensión 2 de la nomofobia y la autoestima, lo que indica que de acuerdo con el lugar donde se realiza el estudio, los resultados pueden variar.

Con respecto al cuarto objetivo específico fue establecer la relación entre la dimensión renunciar a la comodidad de la nomofobia y el nivel de autoestima, de los estudiantes con nomofobia severa, 1,8% presentan autoestima baja, 0,9 autoestima media y 0,9% autoestima alta; en tanto, de los que presentan nomofobia moderada, 1,8% presentan autoestima elevada, 4,4% autoestima media y 7,9% autoestima baja; así mismo, en estudiantes que no presentan nomofobia, 19,3% presenta autoestima elevada, 19,3% autoestima media, y 5,3% autoestima bajase. Inferencialmente se encontró que existe una relación altamente significativa, al igual que lo encontrado en el estudio de Carre, M (2024).

El quinto objetivo específico fue identificar el nivel de nomofobia en estudiantes, en los cuales se encontró que el 46,5% de estudiantes presenta nomofobia moderado, 47,4% nomofobia leve y 4,4% nomofobia severa, estos resultados concuerdan con los estudios realizados por Martínez-Hernández et al., (2023) y Lupú, A. (2023), quienes encontraron que el 51,1% nomofobia de nivel moderada y 6,9% nivel severo; así como el 60,5% de los estudiantes presentaba un nivel moderado de nomofobia; es decir de sus poblaciones estudiadas la mayoría presenta un miedo irracional a perder el celular en un nivel moderado.

De igual forma, en el estudio realizado por Moreno et al., (2020), encontró hay niveles medios de nomofobia, dado que el rango de puntuaciones oscila entre 3 y 5. Con la comparativa realizada entre los resultados de estudios previos y el resultado encontrado se puede demostrar que la rapidez con la que la tecnología va en aumento, los adolescentes se encuentran expuestos a sufrir niveles de nomofobia en niveles moderado y severo, cuyas consecuencias pueden afectar su ámbito familiar, social, académico e interpersonal, ya que sus relaciones se ven afectadas debido a que la mayor parte de su tiempo pasan en su dispositivo móvil y que a larga podría acarrear problemas psicológicos, económicos, culturales, etc.

Como sexto objetivo específico se propuso identificar el nivel de autoestima de los cuales se encontró como resultados que el 39,5% presentan autoestima elevada, 36,8% autoestima media, y 23,7% autoestima baja; resultados similares se encontró en el estudio realizado por Vagka et al., (2023) que el 18,7% presentaron autoestima baja, mientras que el resto de la muestra presenta una autoestima normal a alta. Valencia, J. (2022) se encontró que 47,3% presentó autoestima baja, 28,6% autoestima media, y 24,2% autoestima alta, además, Cruz, J. (2022) encontró que 30,5% presentó autoestima media y 16,6% autoestima baja.

La autoestima es la valoración que una persona puede tener acerca de uno mismo, y cuando es baja o media puede afectar negativamente su bienestar emocional y su modo de vivir; llegando hasta el punto de afectar las relaciones interpersonales.

Finalmente, como séptimo objetivo específico fue identificar la nomofobia y el nivel de autoestima según edad y sexo, cuyos resultados obtenidos con relación a la nomofobia según la edad y el sexo de los estudiantes. En primer lugar, la

nomofobia severa es más prevalente en los menores de 15 años (2,6%) que en los mayores de 15 años (1,8%), la nomofobia moderada es más frecuente en los mayores de 15 años (25,4%) que en los menores de 15 años (21,1%); en tanto, la autoestima baja parece ser similar entre los menores de 15 años (11,4%) y los mayores de 15 años (12,3%), la autoestima media se presenta con una proporción similar entre los menores de 15 años (18,4%) y los mayores de 15 años (18,4%); mientras que, autoestima según el sexo, la autoestima baja es más prevalente en las mujeres (16,7%) que en los hombres (7,0% estimado), y la autoestima media es más frecuente en las mujeres (20,2%) que en los hombres (16,7% estimado).

En ambos resultados se observa la presencia de indicadores de nomofobia en niveles moderado severo y de autoestima en nivel bajo y medio en la misma población. Resultados similares encontró Cruz, J. M. (2022), en la que concluyó que en el sexo femenino fue más significativo la relación de la autoestima y la nomofobia, siendo en ambos casos la correlación inversa (-0,278).

La autoestima se forma a lo largo de la vida, a partir de las experiencias e interacciones que se tiene con los demás y está influenciada por diversos factores, como la familia, los amigos, la escuela, la cultura y las experiencias personales, por ello, una autoestima sana es fundamental para el bienestar emocional y psicológico, infiriendo que las personas con alta autoestima suelen ser más felices, seguras de sí mismas, resilientes y exitosas en la vida.

La nomofobia, es una complicación y a su vez un factor condicionante de la salud en general, que si bien es cierto aún esta no está descrita en el “Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5™)”, sin embargo, a la luz de los resultados del estudio y de otros estudios es un problema creciente en los adolescentes que ya podría ser considerado como un problema de salud pública. Por ello es importante considerar las investigaciones al respecto de diferentes enfoques y diseños que permitan dar mayores luces y certezas, así como poder intervenir desde el punto de vista de la psicología para contrarrestar esta problemática.

V. CONCLUSIONES

Luego del análisis en el estudio se llegó a las siguientes conclusiones:

- Con respecto a la relación entre la nomofobia y la autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomas- Cutervo, 2024, estadísticamente se demostró que no existe relación significativa entre variables estudiadas de manera general.
- Referente a la relación entre la dimensión no poder comunicarse de la nomofobia y la variable autoestima, se identificó una relación estadística positiva y significativa en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás - Cutervo, 2024.
- En cuanto a la relación entre la dimensión la pérdida de conexión de la nomofobia y el nivel de autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás - Cutervo, 2024, se demostró estadísticamente que no existe relación significativa.
- En lo concerniente a la relación entre la dimensión no ser capaz de acceder a la información de la nomofobia y la autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás - Cutervo, 2024, se demostró estadísticamente que no presentan relación significativa.
- Con respecto a la relación entre la dimensión renunciar a la comodidad de la nomofobia y el nivel de autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás - Cutervo, 2024, estadísticamente se identificó una relación significativa.
- En tanto, en lo que concierne a la nomofobia en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás - Cutervo, 2024, se identificó casi la mitad de los estudiantes con nomofobia leve y otra proporción similar con nomofobia moderada, resaltando una proporción considerable nomofobia severa (4,4%). En la dimensión no poder comunicarse los estudiantes presentan nomofobia entre leve a moderado; en la dimensión no ser capaz de acceder a la información presentan nomofobia leve; mientras que, en la dimensión de la pérdida de conexión, y en la dimensión renunciar a la comodidad casi la mitad no presenta nomofobia y una menor proporción presentan nomofobia leve.

- Referente a la autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás - Cutervo, 2024, en su mayoría presentan autoestima media (36,8%), y autoestima baja (23,7%). De acuerdo con la edad y el sexo, la nomofobia se presentó mayormente en mujeres y en mayores de 15 años, del mismo modo, la autoestima baja y media se presentó en mayor proporción en las mujeres que en los varones y en los mayores de 15 años.

VI. RECOMENDACIONES

A director y docentes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás

- Se recomienda realizar programas preventivos promocionales con la finalidad de concientizar a los estudiantes de las consecuencias que pueden tener el uso excesivo del dispositivo móvil.
- Desarrollar talleres didácticos que permitan mejorar la autoestima y mitigar los niveles de nomofobia.
- Fomentar un ambiente seguro y acogedor para los estudiantes en el colegio, para sentirse valorados y apreciados mediante programas que permitan a los estudiantes fortalecer su autoestima.

A los padres y madres de familia de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás

- Establecer horarios específicos y bajo supervisión para que sus hijos hagan uso de su dispositivo móvil.
- Realizar actividades recreativas en las cuales no estén involucrados el uso de su dispositivo móvil para fomentar la desconexión y relajación tanto de ellos como el de sus hijos.

VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ander-Egg, E. (2017). *Diccionario de Psicología*. Editorial Brujas.
- Arias, J. L., & Covinos, M. (2021). *Diseño y metodología de la investigación*. ENFOQUES CONSULTING EIRL. www.tesisconjosearias.com
- Blanca, H., & Mota, K. (2016). Autoestima. *Boletín Científico: UAEH*, 3(5). <https://www.uaeh.edu.mx/scige/boletin/atotonilco/n5/m4.html>
- Cabeza, R. A. (2023). *La nomofobia y las habilidades sociales en estudiantes de la escuela de ingeniería de una universidad privada de Lima, 2022* [Tesis Doctoral, Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión]. <https://repositorio.unjfsc.edu.pe/handle/20.500.14067/8548>
- Carre, M. (2024). *Nomofobia, autoestima e imagen corporal en alumnos de una Universidad de Trujillo, 2023* [Tesis, Universidad Cesar Vallejo]. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/142804/Carre_EME-SD.pdf;jsessionid=5E318670E1A7231321A2C1A51502224E?sequence=1
- Cevallos, A. F., Polo, E. F., Salgado, D. J., & Orbea, M. S. (2017). *Métodos y técnicas de investigación*. Grupo Compás.
- Chumacero, C. S. (2022). *Factores asociados a nomofobia en estudiantes de medicina humana de la Universidad Nacional de Piura durante el 2022* [Tesis, Universidad Nacional de Piura]. https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/RUMP_edebe74edced2a71153d9f88d5f9a753
- Cruz, J. M. (2022). *Nomofobia y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada de San Martín de Porres* [Tesis de Pregrado, UPN]. <https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/30125?show=full>
- Cunha, M. L. H., Pedrosa, R. L., Alves, L. E. B. de M., Lopes, R. G., Ratz, A. C., Pereira, G. de O., Sena, M. Â. A., Neto, H. F. da F., Spagnoly, Y. G. L.,

- Alves, W. G., Sena, J. L. de, & Almeida, A. L. C. (2023). Nomofobia: Um problema emergente do mundo moderno. *Brazilian Journal of Development*, 9(1), 3829–3838. <https://doi.org/10.34117/bjdv9n1-263>
- Fuentes-Doria, D. D., Toscano-Hernández, A. E., Malvaceda-Espinoza, E., Díaz Ballesteros, J. L., & Díaz Pertuz, L. (2020). *Metodología de la investigación: Conceptos, herramientas y ejercicios prácticos*. Editorial Universidad Pontificia Bolivariana. DOI: 10.18566/978-958-764-879-9
- González, J., Leon, A., Pérez Sancho, C., & Calvete, E. (2017). Original Adaptation of the Nomophobia Questionnaire (NMP-Q) to Spanish in a sample of adolescents. *Actas Espanolas de Psiquiatria*, 45, 137–181. <https://www.researchgate.net/publication/318852218>
- Hernández, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la Investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGRAW-HILL INTERAMERICANA EDITORES, S.A. de C. V. <http://repositorio.uasb.edu.bo:8080/handle/54000/1292>
- Lupú, A. (2023). *Características psicométricas y nomofobia en estudiantes de medicina de la universidad privada Antenor Orrego sede Piura del 2022* [Tesis, UPAO]. <https://hdl.handle.net/20.500.12759/10401>
- Martínez-Hernández, N. L., León-Ramírez, L. L. de, & Profet-Naranjo, A. (2023). Nivel de nomofobia en universitarios cubanos. *Progaleno*, 6(1), Article 1. <https://revprogaleno.sld.cu/index.php/progaleno/article/view/407>
- Moreno, A. J., Rodríguez, A. M., Campos, N., & López, J. (2020). Los niveles de nomofobia en estudiantes de la Ciudad Autónoma de Ceuta. *La tecnología como eje del cambio metodológico, 2020, ISBN 978-84-1335-052-3, págs. 983-986,* 983–986. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7832770>
- Polanía, C. L., Cardona, F. A., Castañeda, G. I., Vargas, I. A., Calvache, O. A., & Abanto, W. I. (2020). *Metodología de la Investigación Cuantitativa y Cualitativa: Aspectos conceptuales y prácticos para la aplicación en*

niveles de educación superior. Institución Universitaria Antonio José Camacho y Universidad César Vallejo. <https://repositorio.uniajc.edu.co/bitstream/handle/uniajc/596/LIBRO%20METODOLOGI%CC%81A%20DE%20INVESTIGACIO%CC%81N%20OCUALITATIVA%20Y%20CUANTITATIVA.pdf?sequence=1&isAllo wed=y>

Sánchez-Villena, A. R., Fuente-Figuerola, V. de L., & Ventura-León, J. (2021). Modelos factoriales de la Escala de Autoestima de Rosenberg en adolescentes peruanos. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 26(1), Article 1. <https://doi.org/10.5944/rppc.26631>

Soria, P., & Villegas-Villacres, N. de J. (2024). Adicción a las redes sociales y su relación con la autoestima en adolescentes. *PSICOLOGÍA UNEMI*, 8(14), Article 14. <https://doi.org/10.29076/issn.2602-8379vol8iss14.2024pp19-29p>

Sosa, L. M. (2022). Autoestima y Personalidad en la Nomofobia en alumnos de una escuela secundaria de Lima. *Horizontes. Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 6(23), Article 23. <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v6i23.349>

Triola, M. F. (2018). *Estadística*. Pearson Educación de México, S.A. de C.V.

Vagka, E., Gnardellis, C., Lagiou, A., & Notara, V. (2023). Nomophobia and Self-Esteem: A Cross Sectional Study in Greek University Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(4), Article 4. <https://doi.org/10.3390/ijerph20042929>

Valencia, J. S. (2022). *Repositorio Universidad Técnica de Ambato: La dependencia al teléfono celular y su relación con la autoestima en adolescentes* [Tesis, Universidad Técnica de Ambato]. <https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/36838>

Vera, V. L. (2020). *Nomofobia y autoconcepto en estudiantes de ingeniería de una universidad privada de la ciudad de Huancayo- 2020* [Tesis de

Pregrado, Universidad Peruana los Andes].
<https://repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/1940>

ANEXOS



Anexo 1

Matriz de consistencia

Nomofobia y autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás- Cutervo, 2024

Formulación del problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Marco Metodológico
¿Existe relación entre nomofobia y la autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás- Cutervo 2024?	<p>Objetivo general</p> <p>Determinar la relación entre la nomofobia y la autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás- Cutervo, 2024.</p> <p>Objetivos específicos</p> <ul style="list-style-type: none"> Establecer la relación entre la dimensión no poder comunicarse de la nomofobia y la autoestima en estudiantes de la Institución 	<p>H1: Existe relación significativa entre la nomofobia y la autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás – Cutervo, 2024.</p> <p>H0: No existe relación significativa entre la nomofobia y la autoestima en estudiantes de la</p>	<p>V1: Nomofobia</p> <p>V2: Autoestima</p>	<p>Enfoque: Cuantitativo</p> <p>Nivel: Correlacional</p> <p>Tipo: No experimental-trasversal.</p> <p>Diseño: Correlacional</p> <p>Muestra: 114 estudiantes</p> <p>Recolección de datos</p> <p>Técnicas: encuesta</p> <p>Instrumentos: Nomophobia Questionnaire (NMP-Q)</p>



	<p>Educativa Secundaria Santo Tomás - Cutervo, 2024.</p> <ul style="list-style-type: none">• Establecer la relación entre la dimensión la pérdida de conexión de la nomofobia y la autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomás - Cutervo, 2024.• Establecer la relación entre la dimensión no ser capaz de acceder a la información de la nomofobia y la autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomas- Cutervo, 2024.• Establecer la relación entre la dimensión renunciar a la comodidad de la nomofobia y la autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomas- Cutervo, 2024.	<p>Institución Educativa Secundaria Santo Tomás – Cutervo, 2024.</p>	<p>Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR)</p> <p>Análisis de datos estadísticos descriptivos e inferenciales.</p>
--	--	--	--



	<ul style="list-style-type: none">• Identificar el nivel de nomofobia en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomas- Cutervo, 2024.• Identificar el nivel de autoestima en estudiantes de la Institución Educativa secundaria Santo Tomas- Cutervo, 2024.• Identificar la nomofobia y el nivel de autoestima según edad y sexo en estudiantes de la Institución Educativa secundaria Santo Tomás- Cutervo, 2024.			
--	--	--	--	--



Anexo 2

Operacionalización de variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Categoría Dimensión	Escala de medición
Autoestima	La autoestima es entendida como un conjunto de sentimientos que se tiene con respecto a sí mismo, estos pueden ser positivos o negativos debido a que se van formando a través de la evaluación de las propias	Son las respuestas de los estudiantes de secundaria recogidos mediante la encuesta con la escala de autoestima de Rossemberg que consta de 10 ítems, en términos que van desde muy de acuerdo hasta muy en desacuerdo.	Unidimensional	Sentimientos positivos	Ítems: 1; 2; 3; 4; 5.	Elevada: 30 – 40 pts Media: 26 – 29 pts. Baja: Menos de 25 pts.	Escala ordinal
				Sentimientos negativos	Ítems: 6; 7; 8; 9; 10.		



	características (Ander-Egg, 2017).						
Nomofobia	El término nomofobia es derivado de la abreviatura “No Mobile Phone Phobia” y consiste en una condición psicológica en la que las personas sienten miedo de estar lejos de sus smartphones o de desconectarse	Respuestas de los estudiantes encuestados mediante el “Cuestionario de Nomofobia de Yildirim y Correia” que consta de 20 ítems, que será calificada a través de la escala de Likert con sus respuestas que van desde muy de acuerdo hasta muy en desacuerdo.	D1: No poder comunicarse	No poder comunicarme al momento Preocupación porque no podrían contactar conmigo. Nerviosismo por no poder recibir mensajes de texto ni llamadas. Inquietud por no poder mantenerme en contacto. Nerviosismo no poder saber si alguien ha intentado contactar conmigo.	Ítems: 10; 11; 12; 13; 14; 15.	✓ Ausencia: 20 pts ✓ Leve: 21-59 pts ✓ Moderado: 60-99 pts. ✓ Severo: 100-140 pts.	Escala Ordinal



	<p>de la conectividad que estos proporcionan (Cunha et al., 2023).</p>			<p>Inquietud por haber dejado de estar constantemente en contacto.</p>			
			<p>D2: La pérdida de conexión</p>	<p>Nerviosismo por estar desconectado/a de mi identidad virtual.</p> <p>Me sentiría mal por no poder mantenerme al día de lo que ocurre en los medios.</p> <p>Incomodidad por no poder consultar las notificaciones sobre mis conexiones y redes.</p>	<p>Items: 16; 17; 18; 19; 20.</p>		



				<p>Me agobiaría por no poder comprobar si tengo nuevos mensajes de correo electrónico.</p> <p>Me sentiría raro/a porque no sabría qué hacer.</p>		
			<p>D3: No ser capaz de acceder a la información</p>	<p>Me sentiría mal si no pudiera acceder en cualquier momento a la información a través de mi teléfono.</p> <p>Molestia al no poder consultar información a través de mi teléfono celular cuando quisiera.</p> <p>Nerviosismo al no poder acceder a las</p>	<p>Ítems: 1; 2; 3; 4.</p>	



				<p>noticias a través del teléfono celular.</p> <p>Molestia por no utilizar el teléfono celular y/o sus aplicaciones cuando quisiera.</p>			
			D4: Renunciar a la comodidad	<p>Miedo a quedarse sin batería.</p> <p>Pánico por quedarse sin saldo o de alcanzar mi límite de “megas”</p> <p>Ansiedad por encontrar señal.</p> <p>Miedo de quedarme tirado/a en alguna parte al no poder usar el celular.</p>	Ítems: 5; 6; 7; 8; 9		



				Al no poder consultar el teléfono celular durante un rato, sentiría deseos de hacerlo.			
--	--	--	--	--	--	--	--



Anexo 3

FICHA TÉCNICA

Nombre: NOMOPHOBIA QUESTIONNAIRE (NMP-Q)

Autores: Yildirim & Correia (2015)

Adaptación: Adaptado al español por Gonzales-Cabrera et al. (2017)

Procedencia: Estados Unidos.

Aplicación: Individual o colectiva.

Ámbito de aplicación: Estudiantes de Educación secundaria

Duración: 15-20 minutos.

Finalidad: Medir los niveles de Nomofobia en estudiantes de Educación secundaria.

Baremación: Baremo general en percentiles y puntuaciones S.

Confiabilidad: (α de ,95)

Confiabilidad de la adaptación al español: (α de ,95)

Validez: óptima realizada por Gonzales-Cabrera et al. (2017)

Validación y Adaptación en el Perú: Ramírez y Vargas, (2018)



Anexo 4

Instrumentos

I.- Escala de Nomofobia

Información general: Grado: Edad: Sexo:

Indicaciones: Marque en el recuadro que más se acerque a su sentimiento.

Por favor indique cuan de acuerdo o en desacuerdo con cada declaración en relación con tu teléfono celular.	Muy en desacuerdo Muy de acuerdo						
	1	2	3	4	5	6	7
1. Me sentiría mal si no pudiera acceder en cualquier momento a la información a través de mi teléfono celular.							
2. Me molestaría si no pudiera consultar información a través de mi teléfono celular cuando quisiera.							
3. Me pondría nervioso/a si no pudiera acceder a las noticias (p. ej. sucesos, predicción meteorológica, etc.) a través de mi teléfono celular.							
4. Me molestaría si no pudiera utilizar mi teléfono celular y/o sus aplicaciones cuando quisiera.							
5. Me daría miedo si mi teléfono celular se quedase sin batería.							
6. Entraría en pánico si estuviera a punto de quedarme sin saldo o de alcanzar mi límite de “megas”							
7. Si me quedara sin señal de datos o no pudiera conectarme a una red WiFi, estaría comprobando constantemente si he recuperado la señal o logro encontrar una red.							
8. Si no pudiera utilizar mi teléfono celular, tendría miedo de quedarme tirado/a en alguna parte.							
9. Si no pudiera consultar mi teléfono celular durante un rato, sentiría deseos de hacerlo.							



10. Me inquietaría no poder comunicarme al momento con mi familia y/o amigos.						
11. Me preocuparía porque mi familia y/o amigos no podrían contactar conmigo.						
12. Me pondría nervioso/a por no poder recibir mensajes de texto ni llamadas.						
13. Estaría inquieto por no poder mantenerme en contacto con mi familia y/o amigos.						
14. Me pondría nervioso/a no poder saber si alguien ha intentado contactar conmigo.						
15. Me inquietaría haber dejado de estar constantemente en contacto con mi familia y/o amigos.						
16. Me pondría nervioso/a por estar desconectado/a de mi identidad virtual.						
17. Me sentiría mal por no poder mantenerme al día de lo que ocurre en los medios de comunicación y redes sociales.						
18. Me sentiría incómodo/a por no poder consultar las notificaciones sobre mis conexiones y redes virtuales.						
19. Me agobiaría por no poder comprobar si tengo nuevos mensajes de correo electrónico.						
20. Me sentiría raro/a porque no sabría qué hacer.						



Anexo 5

FICHA TECNICA

Nombre: Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR)

Autor: Rosenberg (1965)

Procedencia: Estados Unidos

Finalidad: Explorar la autoestima personal entendida como los sentimientos de valía personal y de respeto a sí mismo.

Aplicación: Colectiva

Ámbito de aplicación: Desde los 11 años adelante

Duración: Sin tiempo

Confiabilidad de prueba total (del autor): ($\alpha = 0.80$)

Validez (del autor): ($\alpha = 0.76$ y 0.87).

Validada en el Perú: Validación y Adaptación en Perú realizado por Ventura-León, Caycho, Barboza-Palomino, Salas (2018).



Anexo 7

ASENTIMIENTO INFORMADO

DECLARACIÓN DE ASENTIMIENTO INFORMADO

Yo, de años e identificado con DNI N.º..... Manifiesto que he comprendido la información que se me ha brindado y que he hecho las preguntas que me sugirieron sobre el proyecto “NOMOFobia Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA SANTO TOMAS - CUTERVO 2024”, por tal razón me comprometo a responder la pregunta con sinceridad.

Entiendo que la participación es totalmente voluntaria, pudiendo retirarme en cualquier momento de la entrevista, decidiendo no participar. El llenado del cuestionario se llevará un tiempo aproximado de 10 minutos. La información recolectada es totalmente confidencial solo para uso a propósito de esta investigación, firmando este documento no renuncio a mis derechos como estudiante.

Chachapoyas, de de 20....

Firma



Anexo 8

CONSENTIMIENTO INFORMADO

TÍTULO DEL ESTUDIO: NOMOFOBIA Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA SANTO TOMAS - CUTERVO 2024.

Estimado padre de familia o apoderado, mi nombre es Alicia Seidith Mego Mondragon, bachiller de psicología de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas y estoy realizando una investigación con el **OBJETIVO** de Determinar la relación existente entre Nomofobia y Autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomas - Cutervo 2024.

La participación de su hijo/a es de forma **VOLUNTARIA**, se respetará la decisión si no desea participar con la investigación, pudiendo retirarse en cualquier momento sin que implique consecuencias desfavorables para él/ella. Toda la información que brinde será **CONFIDENCIAL**, por lo que no se publicará los nombres y apellidos u otro dato que pueda ser identificado, solo será usada únicamente para la investigación.

Si tiene alguna inquietud con respecto al desarrollo del estudio, puede comunicarse al siguiente correo electrónico: 7162273182@untrm.edu.pe

¿Acepta que su menor hijo/a participe en la investigación según lo descrito líneas arriba?

SI

NO

FIRMAS REQUERIDAS PARA EL ESTUDIO

Nombre del padre/madre/apoderado(a)

Nombre de la persona que explicó el consentimiento

Fecha



Anexo 9

“AÑO DEL BICENTENARIO, DE LA CONSOLIDACIÓN DE NUESTRA INDEPENDENCIA, Y DE LA CONMEMORACIÓN DE LAS HEROICAS BATALLAS DE JUNÍN Y AYACUCHO”

Santo Tomas, 18 de mayo del 2024

Sr:

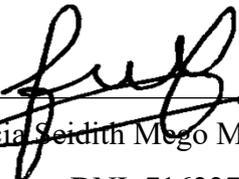
ELMER EPIQUIEN ALVARADO

Director de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomas

ASUNTO: Solicito acceso a la nómina de estudiantes matriculados de 1er a 4to grado durante el año 2024.

Es grato dirigirme a usted, para saludarlo cordialmente, Mi nombre es Alicia Seidith Mego Mondragon estudiante de la carrera profesional de Psicología de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas, mediante la presente Solicito acceso a la nómina de estudiantes matriculados de 1er a 4to grado durante el año 2024, debido a que me encuentro realizando mi proyecto para mi tesis titulado: NOMOFOBIA Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA SANTO TOMAS - CUTERVO 2024. Dichos datos solo serán utilizados con fines de investigación.

Atentamente:


Alicia Seidith Mego Mondragon
DNI: 71622731



Anexo 10

Base de datos

BASE DE DATOS ALICIA.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

	NR O	EDA D	G_ETAREO	SEXO	AUTOESTIMA	D1_NOMOFobia	D2_NOMOFobia	D3_NOMOFobia	D4_NOMOFobia	V_NOMOFobia
1	1	15	De 15 años a más	Masculino	Elevada	Moderado	Leve	Ausente	Leve	Moderado
2	2	16	De 15 años a más	Masculino	Elevada	Ausente	Ausente	Ausente	Ausente	Leve
3	3	15	De 15 años a más	Masculino	Elevada	Moderado	Ausente	Leve	Leve	Moderado
4	4	15	De 15 años a más	Masculino	Elevada	Leve	Ausente	Ausente	Ausente	Leve
5	5	15	De 15 años a más	Masculino	Media	Moderado	Leve	Leve	Ausente	Moderado
6	6	15	De 15 años a más	Femenino	Elevada	Leve	Leve	Leve	Leve	Moderado
7	7	15	De 15 años a más	Masculino	Elevada	Moderado	Moderado	Severo	Moderado	Moderado
8	8	15	De 15 años a más	Masculino	Media	Leve	Ausente	Ausente	Leve	Leve
9	9	15	De 15 años a más	Masculino	Elevada	Ausente	Ausente	Ausente	Ausente	Leve
10	10	15	De 15 años a más	Femenino	Media	Ausente	Ausente	Moderado	Severo	Moderado
11	11	16	De 15 años a más	Femenino	Elevada	Leve	Leve	Leve	Leve	Moderado
12	12	15	De 15 años a más	Masculino	Elevada	Leve	Ausente	Ausente	Ausente	Leve
13	13	16	De 15 años a más	Femenino	Baja	Ausente	Ausente	Ausente	Leve	Leve
14	14	15	De 15 años a más	Femenino	Elevada	Moderado	Leve	Leve	Leve	Moderado
15	15	16	De 15 años a más	Masculino	Baja	Leve	Leve	Ausente	Leve	Leve
16	16	15	De 15 años a más	Femenino	Baja	Leve	Ausente	Ausente	Ausente	Leve
17	17	15	De 15 años a más	Femenino	Media	Leve	Ausente	Ausente	Ausente	Leve
18	18	15	De 15 años a más	Femenino	Baja	Leve	Ausente	Leve	Leve	Leve
19	19	15	De 15 años a más	Femenino	Elevada	Leve	Leve	Leve	Ausente	Leve
20	20	15	De 15 años a más	Femenino	Elevada	Moderado	Leve	Leve	Leve	Moderado

BASE DE DATOS ALICIA.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

	Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiqueta	Valores	Perdidos	Columnas	Alineación	Medida	Rol
1	NRO	Cadena	3	0		Ninguno	Ninguno	4	Izquierda	Nominal	Entrada
2	EDAD	Numérico	3	0		Ninguno	Ninguno	5	Derecha	Escala	Entrada
3	G_ETAREO	Numérico	3	0	Grupo de edad	{1, Menor d...	Ninguno	12	Derecha	Nominal	Entrada
4	SEXO	Numérico	3	0	Sexo	{1, Femenin...	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
5	AUTOESTIMA	Numérico	3	0	Nivel de autoes...	{1, Baja}...	Ninguno	11	Derecha	Ordinal	Entrada
6	D1_NOMOF...	Numérico	3	0	No poder comu...	{1, Ausente}...	Ninguno	14	Derecha	Ordinal	Entrada
7	D2_NOMOF...	Numérico	3	0	La pérdida de c...	{1, Ausente}...	Ninguno	13	Derecha	Ordinal	Entrada
8	D3_NOMOF...	Numérico	3	0	No ser capaz d...	{1, Ausente}...	Ninguno	14	Derecha	Ordinal	Entrada
9	D4_NOMOF...	Numérico	3	0	Renunciar a la ...	{1, Ausente}...	Ninguno	14	Derecha	Ordinal	Entrada
10	V_NOMOF...	Numérico	3	0	Nomofobia	{1, Ausente}...	Ninguno	15	Derecha	Ordinal	Entrada
11											



Archivo Editar Ver Datos Transformar Insertar Formato Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

Resultado

- Registro
- Tablas cruzadas
 - Título
 - Notas
 - Conjunto de da
 - Resumen de p
 - Tabla cruzada t
- Registro
- Explorar
 - Título
 - Notas
 - Resumen de p
 - Descriptivos
 - Pruebas de no
 - Nivel de autoes
 - Título
 - Gráfico Q-Q
 - Gráfico Q-Q
 - Diagrama
 - Nomofobia
 - Título
 - Gráfico Q-Q
 - Gráfico Q-Q
 - Diagrama
- Registro
- Tablas cruzadas
 - Título
 - Notas
 - Resumen de p
 - Tabla cruzada t
 - Pruebas de chi

CROSSTABS

```

/TABLES=AUTOESTIMA BY V_NOMOFOBIA
/FORMAT=AVALUE TABLES
/CELLS=COUNT
/COUNT ROUND CELL.
  
```

Tablas cruzadas

[ConjuntoDatos0]

Resumen de procesamiento de casos

	Casos					
	Válido		Perdido		Total	
	N	Porcentaje	N	Porcentaje	N	Porcentaje
Nivel de autoestima	114	92,7%	9	7,3%	123	100,0%
* Nomofobia						

*Tabla cruzada Nivel de autoestima*Nomofobia*

Recuento

		Nomofobia				Total
		Ausente	Leve	Moderado	Severo	
Nivel de autoestima	Baja	0	12	13	2	27
	Media	1	20	18	3	42



Anexo 11

DOCUMENTOS DE SOLICITUD DE AUTORIZACION DE EJECUCION DEL PROYECTO



UNIVERSIDAD NACIONAL
TORIBIO RODRÍGUEZ DE
MENDOZA DE AMAZONAS



“AÑO DEL BICENTENARIO, DE LA CONSOLIDACIÓN DE NUESTRA
INDEPENDENCIA, Y DE LA CONMEMORACIÓN DE LAS HEROICAS BATALLAS
DE JUNÍN Y AYACUCHO”

Santo Tomas, 24 de abril del 2024

Sr:

ELMER EPIQUIEN ALVARADO

Director de la Institución Educativa Secundaria Santo Tomas



ASUNTO: Solicito permiso para realizar la aplicación de instrumentos de evaluación para la ejecución de informe de tesis.

Yo, Alicia Seidith Mego Mondragon; identificado con DNI N° 71622731, y código de estudiante 7162273182, estudiante del XII ciclo de la carrera profesional de Psicología de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas, ante usted me presento y expongo lo siguiente.

Que teniendo como requisito la elaboración ya probación de un Informe de Tesis para obtener el título profesional de Psicóloga, solicito a usted permiso para la aplicación de los instrumentos de recolección de información, que serán administrados a los estudiantes del 2do al 5to grado de la prestigiosa institución que usted tiene a cargo, cabe resaltar que los datos obtenidos serán anónimos y estrictamente usados con fines de investigación, el estudio lleva por título: **NOMOFobia Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA SANTO TOMAS - CUTERVO 2023.**

Atentamente:


Alicia Seidith Mego Mondragon
DNI: 71622731

Anexo 12

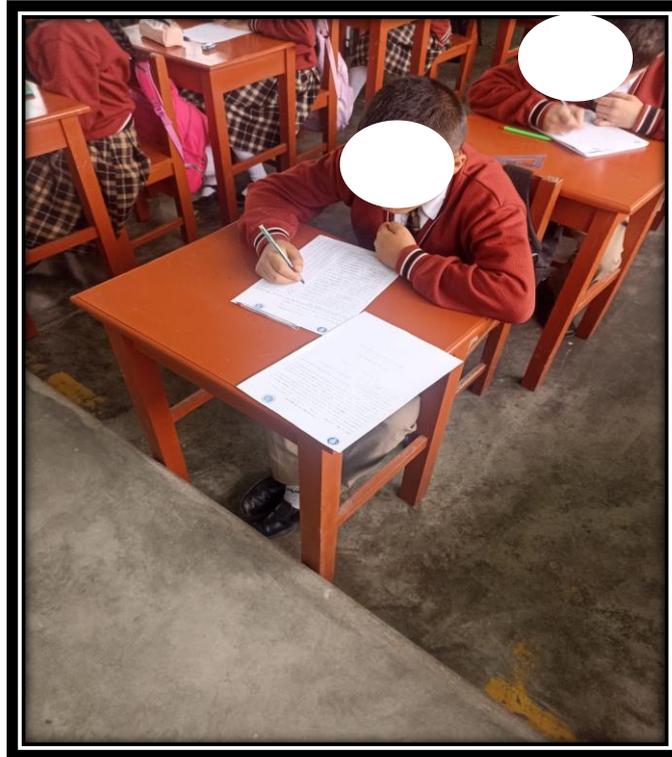
Evidencia fotográfica

Fachada de la I.E.S. Santo Tomas



Aplicación de instrumentos





Aplicación de instrumentos



Aplicación de instrumentos