



UNIVERSIDAD ANDINA
NÉSTOR CÁCERES VELÁSQUEZ
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



**DEPENDENCIA AL TELÉFONO MÓVIL Y HÁBITOS
DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE LA
ACADEMIA PREUNIVERSITARIA
MIPREX DE JULIACA – 2023**

TESIS PRESENTADA POR:
Bach. VERONIKA MINAYA QUISPE

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
PSICÓLOGO

JULIACA – PERÚ
2025



UNIVERSIDAD ANDINA
NÉSTOR CÁCERES VELÁSQUEZ
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA
DEPENDENCIA AL TELÉFONO MÓVIL Y HÁBITOS
DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE LA
ACADEMIA PREUNIVERSITARIA
MIPREX DE JULIACA - 2023

TESIS PRESENTADA POR:
Bach. VERONIKA MINAYA QUISPE
PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
PSICÓLOGO

APROBADA POR EL JURADO REVISOR:

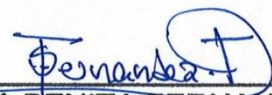
PRESIDENTE

: 
M.Sc. MARIA ANTONIETA LOAYZA LOPEZ

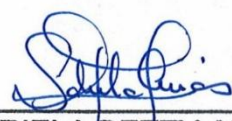
PRIMER MIEMBRO

: 
Dra. MARIA CONCEPCION FIGUEROA VILCA

SEGUNDO MIEMBRO

: 
Dra. SONIA BENITA FERNANDEZ TAPIA

ASESOR DE TESIS

: 
Dra. GABRIELA BETTY ARIAS LUQUE

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN : SALUD PÚBLICA - P13

**UNIVERSIDAD ANDINA
"NÉSTOR CÁCERES VELÁSQUEZ"****RESOLUCIÓN DECANAL N° 1257 -2025-D-FCS-UANCV**

Juliaca, 01 de Diciembre del 2025

VISTOS:

El Expediente N° 2025 – 10780 en el cual solicita fecha y hora para Sustentación de Tesis y el Dictamen de Aprobación, emitido por el Jurado Evaluador del trabajo de investigación titulado: **DEPENDENCIA AL TELÉFONO MÓVIL Y HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE LA ACADEMIA PREUNIVERSITARIA MIPREX DE JULIACA - 2023**

CONSIDERANDO:

Que, es necesario dar cumplimiento a la Ley 30220, al Estatuto Universitario y al Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad y de la Facultad de Ciencias de la Salud, para la fijación de fecha y hora para la sustentación de tesis.

En uso de las atribuciones conferidas a la Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud y, estando al informe de la Comisión de Grados y Títulos de la Facultad.

SE RESUELVE

PRIMERO: Ratificar a los jurados para la Sustentación de Tesis para optar el Título Profesional de: **PSICÓLOGO** del bachiller: **MINAYA QUISPE VERONIKA** habiéndose designado por sorteo a los siguientes docentes;

- | | | |
|----------------|---|--------------------------------------|
| * Presidente | : | M.Sc. MARIA ANTONIETA LOAYZA LOPEZ |
| * 1er. Miembro | : | Dra. MARIA CONCEPCION FIGUEROA VILCA |
| * 2do. Miembro | : | Dra. SONIA BENITA FERNANDEZ TAPIA |
| * Asesor (a) | : | Dra. GABRIELA BETTY ARIAS LUQUE |

SEGUNDO: Fijar la programación de Sustentación de Tesis para el:

DIA	:	MARTES 02 DE DICIEMBRE DEL 2025
HORA	:	9:00 HORAS
LOCAL	:	Salón de Grados de la Facultad de Ciencias de la Salud

TERCERO: Realizado la Sustentación, el Jurado levantará el Acta en el libro respectivo, donde indicará el resultado obtenido por el bachiller sustentante.

CUARTO: La Dirección de la Escuela Profesional de Psicología y la Comisión de Grados y Títulos de la Facultad de Ciencias de la Salud y el jurado, quedan encargados de dar cumplimiento a la presente Resolución.

Regístrese, Comuníquese y Cúmplase.



DISTRIBUCIÓN:
- Jurados (3)
- Interesado (1)
- Asesor de Tesis (1)
- Archivo FCS 2025(1)

**UNIVERSIDAD ANDINA**
"NÉSTOR CÁCERES VELÁSQUEZ"**RESOLUCIÓN N°10140-2025--FCS-UANCV**

Juliaca, 14 de noviembre del 2025

VISTOS: Exp. 2025 -11379 presentado por el (la) egresado (a) **MINAYA QUISPE VERONIKA** quién ha solicitado cambio del Primer Miembro y asesor del Proyecto de Investigación conducente a optar el título profesional de **PSICÓLOGO**

CONSIDERANDO: Que, según Resolución N°511 -2025-D-FCS-UANCV, se aprueba el Proyecto de Tesis titulado: **DEPENDENCIA AL TELÉFONO MÓVIL Y HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE LA ACADEMIA PREUNIVERSITARIA MIPREX DE JULIACA - 2023** para lo cual se asignó.

- * **1er. Miembro** : Dra. INGRID LIZ QUISPE TICONA
- * **Asesor** : Dra. MARIA AMPARO DEL PILAR CHAMBI CATACORA

Que, al haberse cumplido con los requisitos exigidos por el Reglamento de la Unidad de Grados y Títulos de la Facultad de Ciencias de la Salud, y de acuerdo a la resolución N° 269-2025-UANCV-CU-R, por motivos que ya no cuenta con vínculo laboral con la UANCV; y,

Estando el informe favorable de la Unidad de Grados y Títulos, en concordancia con el Reglamento de la Unidad de Investigación de Ciencias de la Salud y en uso de las atribuciones que le confiere la Ley Universitaria N° 30220, Ley de Creación de la UANCV N° 23738 y modificatoria, Resolución de Institucionalización 1287-92-NAR. D.L. N° 739 y el estatuto de la UANCV, la Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud.

SE RESUELVE:

PRIMERO: APROBAR el CAMBIO del PRIMER MIEMBRO y ASESOR (A) designados a la egresada **MINAYA QUISPE VERONIKA**, para la revisión del proyecto de investigación titulado: **DEPENDENCIA AL TELÉFONO MÓVIL Y HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE LA ACADEMIA PREUNIVERSITARIA MIPREX DE JULIACA - 2023** para optar al Título Profesional de **PSICÓLOGO** debiendo quedar a partir de fecha.

- * **1er. Miembro** : Dra. MARIA CONCEPCION FIGUEROA VILCA
- * **Asesor** : Dra. GABRIELA BETTY ARIAS LUQUE

SEGUNDO: Disponer que los miembros del Jurado designados den continuidad al trámite de evaluación y calificación del proyecto de tesis, borrador de tesis o sustentación de tesis, según sea el caso que se presente en cada expediente. Quedando válido en sus demás disposiciones la Resolución Decanal de aprobación de proyecto de tesis, que se menciona en el considerando.

TERCERO: La Facultad de Ciencias de la Salud, la Unidad de Grados y Títulos, la Dirección de la Escuela Profesional de Psicología y la Secretaría Académica de la Facultad, quedan encargados del cumplimiento de la presente Resolución.

Regístrese, Comuníquese y Archívese.

DISTRIBUCIÓN:

- Interesados (1)
- Archivo (1)



DISTRIBUCIÓN
Jurados,
EP. Obstetricia



UNIVERSIDAD ANDINA "NÉSTOR CÁCERES VELÁSQUEZ"

RESOLUCIÓN DECANAL N° 511 2025-D-FCS-UANCV

Juliaca, 30 de junio del 2025

VISTOS:

El Informe N° 158-2025-UI-FCS-UANCV-J emitido por la Directora de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud, de fecha 27 de junio del egresado (a) **MINAYA QUISPE VERONIKA** quien solicita la aprobación del Informe Final Titulado: **DEPENDENCIA AL TELÉFONO MÓVIL Y HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE LA ACADEMIA PREUNIVERSITARIA MIPREX DE JULIACA - 2023** para optar el título profesional de: **PSICÓLOGO**

CONSIDERANDO;

Que, la Dirección de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud en cumplimiento a la Resolución N° 102-2023-CF-FCS-UANCV y con la aprobación del informe final por los siguientes miembros de jurado y asesor:

- | | |
|------------------|---|
| * Presidente : | M.Sc. MARIA ANTONIETA LOAYZA LOPEZ |
| * 1er. Miembro : | Dra. INGRID LIZ QUISPE TICONA |
| * 2do. Miembro : | Dra. SONIA BENITA FERNANDEZ TAPIA |
| * Asesor (a) : | Dra. MARIA AMPARO DEL PILAR CHAMBI CATACORA |

Estando en la opinión técnica favorable de la Unidad de Investigación, en concordancia con el Reglamento interno de la Unidad de Investigación de Ciencias de la Salud y en uso de las atribuciones que le confiere la Ley Universitaria N° 30220, Ley de Creación de la UANCV N° 23738 y modificatoria N° 24661 y el estatuto de la UANCV, la Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud.

SE RESUELVE:

ARTICULO PRIMERO.- APROBAR, el **INFORME FINAL** de INVESTIGACIÓN, presentado por el (la) egresado (a) **MINAYA QUISPE VERONIKA** para optar el Título Profesional de: **PSICÓLOGO** Con la tesis titulado: **DEPENDENCIA AL TELÉFONO MÓVIL Y HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE LA ACADEMIA PREUNIVERSITARIA MIPREX DE JULIACA - 2023** correspondiente a la Línea de investigación **EVALUACIÓN Y DIAGNOSTICO EN PSICOLOGÍA**

ARTICULO SEGUNDO.- DISPONER que, La Directora de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud y secretaria académica de la facultad de ciencias de la salud, quedan encargados del cumplimiento de la presente Resolución.

Regístrese, Comuníquese, Archívese.



**UNIVERSIDAD ANDINA**
"NÉSTOR CÁCERES VELÁSQUEZ"**RESOLUCIÓN DECANAL N° 1365 -2024-D-FCS-UANCV**

Juliaca, 18 de octubre del 2024

VISTOS:

El Informe N° 099-2024-UI-FCS-UANCV-J emitido por la Directora de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud, y la copia del acta de Registro de la Propuesta de Investigación de fecha 16 de octubre de la E.P. Psicología, folio 0000058;

CONSIDERANDO:

Que, el (la) egresado (a) **MINAYA QUISPE VERONIKA** ha presentado y solicitado la aprobación de la propuesta de Investigación titulado: **DEPENDENCIA AL TELÉFONO MÓVIL Y HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE LA ACADEMIA PREUNIVERSITARIA MIPREX DE JULIACA – 2023** correspondiente a la línea de investigación: **EVALUACIÓN Y DIAGNÓSTICO EN PSICOLOGÍA;**

Que, la Dirección de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud en cumplimiento a la Resolución N° 102-2023-CF-FCS-UANCV comunico que el **Comité de Investigación** para la evaluación de la propuesta de Investigación está conformado por los siguientes docentes:

- | | |
|------------------|---|
| * Presidente : | M.Sc. MARIA ANTONIETA LOAYZA LOPEZ |
| * 1er. Miembro : | Dra. SONIA BENITA FERNANDEZ TAPIA |
| * 2do. Miembro : | Dra. INGRID LIZ QUISPE TICONA |

Que, la Directora de la Unidad de Investigación ha emitido la Opinión Técnica N° 417 2024-UANCV-FCS-UI-CI sobre la evaluación de la propuesta de investigación, emitiendo opinión favorable para que se emita la resolución de aprobación de la propuesta de investigación;

Estando opinión técnica favorable de la Unidad de Investigación, en concordancia con el Reglamento de la Unidad de Investigación de Ciencias de la Salud y en uso de las atribuciones que le confiere la Ley Universitaria N° 30220, Ley de Creación de la UANCV N° 23738 y modificatoria, Resolución de Institucionalización 1287-92- y el estatuto de la UANCV, la Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud.

SE RESUELVE:

APROBAR, la **PROPUESTA DE INVESTIGACIÓN**, presentado por el (la) egresado (a) **MINAYA QUISPE VERONIKA** para optar el título profesional de: **PSICÓLOGO** titulado: **DEPENDENCIA AL TELÉFONO MÓVIL Y HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE LA ACADEMIA PREUNIVERSITARIA MIPREX DE JULIACA – 2023**

La propuesta de Investigación deberá **ejecutarse** de acuerdo a lo establecido en el Reglamento de la Unidad de Investigación con fines de obtención de Grados Académicos y Títulos Profesionales, y el Reglamento de Grados y Títulos de la Facultad de Ciencias de la Salud.

ARTICULO SEGUNDO.- RECONOCER, como **ASESOR(A)** de la **PROPUESTA DE INVESTIGACIÓN** al(la) Docente Ordinario(a) de la Facultad de Ciencias de la Salud **Dra. MARIA AMPARO DEL PILAR CHAMBI CATACORA**

ARTICULO TERCERO.- DISPONER que, La Directora de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud y la Directora de la Escuela profesional de Psicología quedan encargados del cumplimiento de la presente Resolución.

Regístrese, Comuníquese, Archívese.



Distribución: Decanato, EP: Psicología Archivo.



VERONIKA MINAYA QUISPE

DEPENDENCIA AL TELÉFONO MÓVIL Y HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE LA ACADEMIA PREUNIVERSITARIA MI...

Trabajos de tesis para ingreso a repositorio

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid:::13016:594482025

Fecha de entrega

25 may 2026, 9:55 GMT-5

Fecha de descarga

25 may 2026, 11:24 GMT-5

Nombre del archivo

T036_70686352_T1.docx

Tamaño del archivo

14.7 MB

126 páginas

19.720 palabras

108.888 caracteres



9% Similitud general

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

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Coincidencias menores (menos de 10 palabras)

Fuentes principales

- 6%  Fuentes de Internet
- 3%  Publicaciones
- 9%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

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

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



METADATOS COMPLEMENTARIOS

Título de la tesis	
DEPENDENCIA AL TELÉFONO MÓVIL Y HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE LA ACADEMIA PREUNIVERSITARIA MIPREX DE JULIACA – 2023	
Datos de autor	
Nombres y apellidos	VERONIKA MINAYA QUISPE
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	70686352
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0001-8807-9857
Datos de asesor	
Nombres y apellidos	GABRIELA BETTY ARIAS LUQUE
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	29344129
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0002-4559-141X
Datos del jurado	
Presidente del jurado	
Nombres y apellidos	MARIA ANTONIETA LOAYZA LOPEZ
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	02064784
Miembro del jurado 1	
Nombres y apellidos	MARIA CONCEPCION FIGUEROA VILCA
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	02401506
Miembro del jurado 2	
Nombres y apellidos	SONIA BENITA FERNANDEZ TAPIA
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	01297921



Datos de investigación	
Línea de investigación	SALUD PÚBLICA - P13
Grupo de investigación	No aplica.
Agencia de financiamiento	Sin financiamiento
Ubicación geográfica de la investigación	Ubicación País: Perú Departamento: Puno Provincia: San Román Distrito: Juliaca Coordenadas Latitud: -15.492729392106341 Longitud: -70.13567147888274 Geolocalización https://maps.app.goo.gl/jMmaS79ywCzQXvUH8 
Año o rango de años en que se realizó la investigación	Octubre 2024 – Diciembre 2025
URL de disciplinas OCDE https://concytec-pe.github.io/Peru-CRIS/vocabularios/ocde_ford.html - Librería	Ciencias Pública https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#3.03.05 Psicología https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.01.00

UNIVERSIDAD ANTONIO NESTOR CÁCERES VELÁSQUEZ
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
Dra. María Concepción Figueroa Vilca
DIRECTORA
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN FCS



DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD Y RESPONSABILIDAD

Yo VERONIKA MINAYA QUISPE, identificado con DNI

Nro. 70686352 en mi condición de egresado de:

☒ Escuela Profesional

☐ Programa de Segunda Especialidad,

☐ Programa de Maestría o Doctorado

PSICOLOGÍA

informo que he elaborado el/la ☒ Tesis o ☐ Trabajo de Investigación, ☐ Trabajo Académico denominada:

DEPENDENCIA AL TELÉFONO MÓVIL Y HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES
DE LA ACADEMIA PREUNIVERSITARIA MIPREX DE JULIACA – 2023

Asesorado por: Dra. GABRIELA BETTY ARIAS LUQUE

Es un tema original.

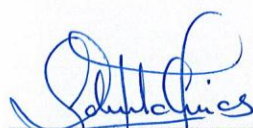
Declaro que el presente trabajo de tesis es elaborado por mi persona y **no existe plagio/copia** de ninguna naturaleza, en especial de otro documento de investigación (tesis, revista, texto, congreso, o similar) presentado por persona natural o jurídica alguna ante instituciones académicas, profesionales,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

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

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

El incumplimiento de lo declarado da lugar a responsabilidad del declarante, en consecuencia; a través del presente documento asumo frente a terceros, la Universidad Andina Néstor Cáceres Velásquez y/o la Administración Pública toda responsabilidad que pueda derivarse por el trabajo final presentado. Lo señalado incluye responsabilidad pecuniaria incluido el pago de multas u otros por los daños y perjuicios que se ocasionen.

Juliaca 23 de abril del 2026


Firma del Asesor
(obligatoria)


Firma del Estudiante
(obligatoria)



Huella



DEDICATORIA

A la bella presencia que es mi preciosa madre Susana Quispe quien me acompaña en el transcurso de mi vida, quien me inculca confianza y valore. Además de deseos de superación, depositando su total confianza sin dudar de mi capacidad.

A mi padre Ernesto Minaya quien ya no está presente, pero sé que desde alguna parte el me acompaña, agradezco también a esas bellas amistades que he ido forjando a lo largo de mi existencia quienes forman parte de cada uno de los momentos que he atravesado estos últimos años.



AGRADECIMIENTO

A la Universidad Andina Néstor Cáceres Velázquez que me cobijo con su manto de conocimiento dándome el acceso y la oportunidad de alcanzar mi grado académico en esta casa de estudios donde atravesé los momentos más felices.

A la Dra. María Amparo del Pilar Chambi Catacora quien fue la persona que me asesoró atendiendo mis inquietudes y ser el faro que me guio en este largo camino que fue esta etapa. En especial por guiarme y apoyarme.



ÍNDICE GENERAL

DEDICATORIA	iii
AGRADECIMIENTO	iv
ÍNDICE GENERAL	v
ÍNDICE DE TABLAS	viii
ÍNDICE DE FIGURAS	x
RESUMEN	xii
ABSTRACT.....	xiii
INTRODUCCIÓN	xiv

CAPITULO I

ASPECTOS GENERALES

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	1
1.1.1. Problema general	3
1.1.2. Problemas específicos	3
1.2. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO	4
1.2.1. Justificación teórica	4
1.2.2. Justificación práctica	4
1.2.3. Justificación metodológica	4
1.3. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN	5
1.3.1. Objetivos General.....	5
1.3.2. Objetivos específicos.....	5
1.4. HIPÓTESIS.	6
1.4.1. Hipótesis General.....	6
1.4.2. Hipótesis Específicas	6
1.5. VARIABLES	6



1.5.1. Operacionalización de variables	7
--	---

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN	8
2.2. MARCO TEÓRICO QUE SUSTENTA EL TRABAJO	24
2.3. MARCO CONCEPTUAL	40

CAPITULO III

PROCEDIMIENTOS METODOLÓGICOS DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Diseño de la investigación	42
3.2. Tipo de investigación.....	42
3.3. Métodos aplicados a la Investigación	42
3.4. Población Y Muestra.	42
3.4.1. Población.....	42
3.4.2. Muestra.....	43
3.5. Técnicas, fuentes e instrumentos de investigación.	43
3.5.1. Técnica	43
3.5.2. Instrumento.....	43
3.6. Plan de recolección y procesamiento de datos	43
3.7. Contratación de hipótesis.....	44
3.8. Validez y confiabilidad del instrumento.....	44
3.8.1. Validez.....	44
3.8.2. Confiabilidad.....	44

CAPITULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

RESULTADOS Y DISCUSIÓN	46
CONCLUSIONES	75



RECOMENDACIONES	77
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	79
ANEXOS	87
ANEXO 1: MATRIZ DE SISTEMATIZACIÓN DE DATOS.....	88
ANEXO 2. MATRIZ DE CONSISTENCIA.....	91
ANEXO 3. ASENTIMIENTO INFORMADO	93
ANEXO 4. CONSENTIMIENTO INFORMADO.....	94
ANEXO 5. INSTRUMENTO	95
ANEXO 6. AUTORIZACIÓN DONDE SE REALIZARÁ LA INVESTIGACIÓN ...	100



ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1.	Relacionadas a los hábitos de estudio en estudiantes de la academia preuniversitaria Miprex de Juliaca – 2023	46
Tabla 2.	Llamado la atención o advertencia por utilizar mucho el celular relacionada a los hábitos de estudio en estudiantes de la academia preuniversitaria Miprex de Juliaca – 2023	49
Tabla 3.	Dedicar más tiempo del que se desea a usar el celular relacionada a los hábitos de estudio en estudiantes de la academia preuniversitaria Miprex de Juliaca – 2023	52
Tabla 4.	Me eh puesto un límite y no pude cumplir relacionado a los hábitos de estudio en estudiantes de la academia preuniversitaria Miprex de Juliaca – 2023	55
Tabla 5.	Discusión con algún familiar por el gasto económico en celular relacionada a los hábitos de estudio en estudiantes de la academia preuniversitaria Miprex de Juliaca – 2023	58
Tabla 6.	Ha dormido menos por estar utilizando el celular relacionada a los hábitos de estudio en estudiantes de la academia preuniversitaria Miprex de Juliaca – 2023	61
Tabla 7.	Cada vez necesita utilizar el celular con más frecuencia relacionada a los hábitos de estudio en estudiantes de la academia preuniversitaria Miprex de Juliaca – 2023	64
Tabla 8.	Si no tiene el celular se siente mal relacionada a los hábitos de estudio en estudiantes de la academia preuniversitaria Miprex de Juliaca – 2023	67



Tabla 9. Cuando tiene el celular a mano, no puedo dejar de utilizarlo relacionado a los hábitos de estudio en estudiantes de la academia preuniversitaria Miprex de Juliaca – 2023	70
--	----

Tabla 10. Tipo de hábitos de estudio en los estudiantes de la academia preuniversitaria miprex es de poco eficiente.	73
--	----



ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Reacciones emocionales negativas relacionadas a los hábitos de estudio en estudiantes de la academia preuniversitaria miprex de juliaca – 2023	47
Figura 2. Llamado la atención o advertencia por utilizar mucho el celular relacionada a los hábitos de estudio en estudiantes de la academiapreuniversitaria miprex de juliaca – 2023	50
Figura 3. Dedicar más tiempo del que se desea a usar el celular relacionada a los hábitos de estudio en estudiantes de la academia preuniversitaria miprex de juliaca – 2023	53
Figura 4. Sin cumplimiento del límite de uso relacionado a los hábitos de estudio en estudiantes de la academia preuniversitaria miprex de juliaca – 2023	56
Figura 5. Discusión con algún familiar por el gasto económico en celular relacionada a los hábitos de estudio en estudiantes de la academia preuniversitaria miprex de juliaca – 2023	59
Figura 6. Ha dormido menos por estar utilizando el celular relacionada a los hábitos de estudio en estudiantes de la academia preuniversitaria miprex de juliaca – 2023	62
Figura 7. Cada vez necesita utilizar el celular con más frecuencia relacionada a los hábitos de estudio en estudiantes de la academia preuniversitaria miprex de juliaca – 2023	65



Figura 8. Si no tiene el celular se siente mal relacionada a los hábitos de estudio en estudiantes de la academia preuniversitaria miprex de juliaca – 2023	68
Figura 9. Cuando tiene el celular a mano, no puedo dejar de utilizarlo relacionado a los hábitos de estudio en estudiantes de la academia preuniversitaria miprex de juliaca – 2023	71
Figura 10. Tipo de hábitos de estudio en los estudiantes de la academia preuniversitaria miprex es de poco eficiente..	73



RESUMEN

Objetivo: Analizar la conexión con la adicción al celular y los hábitos de estudio en alumnos de la academia preuniversitaria MIPREX de Juliaca - 2023. **Material y métodos:** Evaluación inicial con una perspectiva numérico y preliminar, que tiene una forma no teórica y es de tipo comparativo. Utilizando la forma encuesta y de herramienta cuestionario. Población de 60 estudiantes. **Resultados:** En la adicción al celular en la abstinencia el 35% tuvo reacciones emocionales negativa con ($P=0.006$) y el 38.3% recibió un llamado de atención ($P=0.009$). En el mal uso y el reto para manejar los impulsos el 45% dedica más tiempo del que se desea al usar el celular ($P=0.006$) y el 56.6% mostro muchas veces que no tuvo cumplimiento del límite del tiempo en el uso ($P=0.037$). En las adversidades que causa la utilización excesiva del móvil el 45% refirió que durmió menos ($P=0.006$), sin embargo, el 33.4% indico que rara vez tuvo discusión con algún familiar por el gasto económico ($P=0.112$). En la tolerancia el 36.7% estuvo de acuerdo tuvo un incremento en la frecuencia del uso del celular ($P=0.005$) y el 44.9% totalmente de acuerdo en cuando tiene no puedan evitar usar el móvil que tenga en mano ($P=0.023$). el 35% estuvo ni de acuerdo si no tiene el celular se siente mal ($P=0.828$). En el tipo de estilos educativos en los alumnos de la academia preuniversitaria MIPREX, el 60% fue poco eficiente. **Conclusiones:** Se determinó que se observa una conexión importante respecto a el uso del celular y el desabasto de autocontrol, así como el uso indebido y la complicación para manejar los impulsos en el uso y los hábitos de estudio en alumnos de la escuela preparatoria MIPREX de Juliaca – 2023.

Palabras clave: Dependencia, hábitos de estudio, y teléfono móvil.



ABSTRACT

Objective: Analyze the connection between cell phone addiction and study habits in students of the pre-university academy MIPREX in Juliaca - 2023. **Materials and methods:** Initial evaluation with a numerical and preliminary perspective, which has a non-theoretical form and is comparative in nature. Using the survey form and questionnaire tool. Population of 60 students. **Results:** In cell phone addiction during abstinence, 35% had negative emotional reactions ($P=0.006$) and 38.3% received a reprimand ($P=0.009$). In the misuse and the challenge of managing impulses, 45% spend more time than desired using their cell phones ($P=0.006$) and 56.6% often showed that they did not adhere to the time limit for usage ($P=0.037$). In the adversities caused by excessive mobile phone use, 45% reported sleeping less ($P=0.006$), however, 33.4% indicated that they rarely had a discussion with a family member about economic spending ($P=0.112$). In terms of tolerance, 36.7% agreed that there was an increase in the frequency of mobile phone use ($P=0.005$) and 44.9% completely agreed that they cannot avoid using the mobile phone when it is in hand ($P=0.023$). 35% neither agreed nor disagreed that if they don't have their cell phone, they feel bad ($P=0.828$). In terms of educational styles among the students of the pre-university academy MIPREX, 60% were not very efficient. **Conclusions:** It was determined that there is a significant connection regarding the use of cell phones and the lack of self-control, as well as the misuse and difficulty in managing impulses in the use and study habits of students at the MIPREX preparatory school in Juliaca – 2023.

Keywords: Dependence, study habits, and cell phone.



INTRODUCCIÓN

El comportamiento obsesivo por los aparatos móviles forma una sintomatología que se refiere a la constante atención y dependencia que un individuo que tiene hacia su dispositivo móvil. Esta dependencia puede manifestarse en el deseo frecuente de revisar redes sociales, responder mensajes de texto o verificar notificaciones, incluso cuando no es necesario. En los estudiantes, este comportamiento puede ser especialmente problemático, ya que interrumpe su capacidad para concentrarse en tareas académicas (1).

Los hábitos de estudio en estudiantes se ven influenciados negativamente por la adicción al celular. Cuando un estudiante se siente constantemente atraído por las notificaciones o por la necesidad de revisar su dispositivo, su capacidad para mantener la concentración en los estudios se ve comprometida. Esta distracción frecuente reduce la eficacia del tiempo de estudio, ya que cada interrupción provoca una pérdida de enfoque y dificulta el proceso de aprendizaje.

El primer capítulo: Delineación del dilema, explicación, metas, teorías y la puesta en marcha Capítulo II: se realizó el marco teoría y antecedentes Capítulo III: se describe la ruta metodológica adoptada en el proceso indagatorio, especificando el esquema empleado, la categoría investigativa, además de la colectividad y el subconjunto muestral implicado. Capítulo IV: se detalla la inferencia de los hallazgos obtenidos acompañados del contraste interpretativo correspondiente al trabajo exploratorio desarrollado.



CAPÍTULO I

ASPECTOS GENERALES

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

A nivel internacional

En una situación global, numerosos estudios han explorado la asociación del uso compulsivo de smartphones y los patrones académicos en escolares. Un estudio realizado en 2020 por Lepp, Barkley y Karpinski en universidades estadounidenses se pudo evidenciar que el manejo excesivo de aparatos portátiles interfiere con el rendimiento cognitivo y los resultados formativos. Los estudiantes que usaban su teléfono móvil durante el estudio tenían un promedio de calificaciones significativamente más bajo que aquellos que limitaban su uso alrededor del 70% de los educandos aceptaron que el aparato portátil les ocasionaba pérdida de atención en los períodos de preparación. (1)

En Europa, un estudio realizado en 2020 en universidades de España también reveló una preocupación similar. El 85% de los estudiantes entrevistados indicaron que su uso del móvil les causaba distracción durante sus actividades académicas. Además, el 60% de los estudiantes mencionaron que el tiempo de estudio se reducía considerablemente debido a las frecuentes interrupciones de su dispositivo móvil. (2)



A nivel nacional

En el contexto de Perú, la vinculación excesiva al dispositivo móvil y sus repercusiones en las rutinas vinculadas al aprendizaje también ha sido centro de exploraciones académicas, en la indagación efectuada en la PUCP en 2019 examinó la influencia del empleo del celular en las dinámicas cognitivas de los discentes universitarios. Dicha pesquisa concluyó que un 62% del alumnado manifestó que la utilización continua del teléfono comprometía su aptitud para sostener el foco cognitivo durante los períodos de preparación educativa. Además, el 54% de los encuestados mencionaron que las notificaciones y las redes sociales eran las principales distracciones.

Otro estudio nacional, llevado a cabo en 2020 por el Ministerio de Educación de Perú, mostró que el 55% de discentes que son educados que habitan en áreas urbanas y rurales reconocían que el uso frecuente de su teléfono móvil interfería con sus hábitos de estudio. Solo el 30% afirmaron que lograban controlar el uso del móvil mientras realizaban tareas académicas (3).

A nivel local

En la región de Puno, en la investigación ejecutada por la UNAP en 2021 demostró que los discentes de educación media pertenecientes al área regional igualmente experimentan consecuencias por la adicción a dispositivos móviles. En una población de 500 escolares, el 67% afirmó que el teléfono móvil era una fuente constante de distracción durante el estudio. Las múltiples utilidades que poseen los aparatos móviles son variados desde cámaras con aplicaciones, grabadoras, llamadas etc. Los móviles orientados al envío de mensajes y la socialización digital. que son las principales causas

de interrupción del estudio. Además, el 59% de los estudiantes reconoció que el tiempo que destinaban a sus estudios se reducía cuando el teléfono móvil estaba presente, lo que reflejaba una falta de control sobre el uso del dispositivo (3).

1.1.1. Problema general

PG. ¿Cuál es la relación entre la dependencia del teléfono móvil y los hábitos de estudio en estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX de Juliaca - 2023?

1.1.2. Problemas específicos

PE1. ¿Cuál es la relación entre la dependencia del teléfono móvil en su dimensión de abstinencia y hábitos de estudio en los estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX?

PE2. ¿Cuál es la relación entre la dependencia al teléfono móvil en su dimensión abuso y dificultad en controlar los impulsos y hábitos de estudio en los estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX?

PE3. ¿Cuál es la relación entre la dependencia al teléfono móvil en su dimensión problemas causados por el uso excesivo y hábitos de estudio en los estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX?

PE4. ¿Cuál es la relación entre la dependencia al teléfono móvil en su dimensión tolerancia y hábitos de estudio en los estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX?

PE5. ¿Cuál es el tipo de hábitos de estudio en los estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX?



1.2. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO

1.2.1. Justificación teórica

Estudiar los efectos de las nuevas tecnologías como Internet, las plataformas sociales y los juegos del desempeño educativo de los discentes del centro Preuniversitario es una vía potencial para abordar desafíos vinculados a la adicción y la dependencia. La presente investigación arroja luz sobre la correlación entre el empleo del teléfono móvil y las malas rutinas de aprendizaje en el ámbito académico, que se ha pasado por alto en gran medida en nuestro entorno local.

1.2.2. Justificación práctica

Por el contrario, la indagación presenta valor teórico porque ayudará a llenar un vacío de conocimiento sobre la dependencia del teléfono móvil; Esto nos permitirá identificar a los estudiantes de la academia preuniversitaria que se verán más afectados, y podremos conocer mejor su comportamiento en relación con las variables que estamos estudiando. Esta es una señal de empleo, lo que implica que habrá una comparación estadística entre los dos grupos (estudiantes que confían y no dependen de teléfonos móviles) para determinar la importancia de la comparación.

1.2.3. Justificación metodológica

Metodológicamente, el aprendizaje es útil porque establece un estándar a seguir para futuros aprendizajes; Esto se debe a que arrojará luz sobre hechos previamente desconocidos, que pueden informar el desarrollo de hipótesis novedosas; Además, sugerirá nuevas propiedades psicométricas para la variable de investigación, lo que puede optimizar la confiabilidad y



precisión de los hallazgos, reconocer la dependencia hacia smartphones que se está tornando recurrente.

1.3. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

1.3.1. Objetivos General

OG. Determinar la relación entre la dependencia del teléfono móvil y los hábitos de estudio en estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX de Juliaca - 2023

1.3.2. Objetivos específicos.

OE1. Identificar la relación entre la dependencia del teléfono móvil en su dimensión de abstinencia y hábitos de estudio en los estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX

OE2. Establecer la relación entre la dependencia al teléfono móvil en su dimensión abuso y dificultad en controlar los impulsos y hábitos de estudio en los estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX

OE3. Detallar la relación entre la dependencia al teléfono móvil en su dimensión problemas causados por el uso excesivo y hábitos de estudio en los estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX

OE4. Comparar la relación entre la dependencia al teléfono móvil en su dimensión tolerancia y hábitos de estudio en los estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX.

OE5. Precisar el tipo de hábitos de estudio en los estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX

1.4. HIPÓTESIS.

1.4.1. Hipótesis General.

HG. Existe una relación significativa entre la dependencia al teléfono móvil y hábitos de estudio en estudiantes de academia preuniversitaria MIPREX de Juliaca - 2023.

1.4.2. Hipótesis Específicas

HE1. Existe relación significativa entre la dependencia al teléfono móvil en su dimensión abstinencia y hábitos de estudio en estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX.

HE2. Existe relación significativa entre dependencia al teléfono móvil en su dimensión abuso y dificultad en controlar los impulsos y hábitos de estudio en estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX.

HE3. Existe relación significativa entre dependencia al teléfono móvil en su dimensión problemas ocasionados por el uso excesivo y hábitos de estudio en estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX .

HE4. Existe relación significativa entre dependencia al teléfono móvil en su dimensión tolerancia y hábitos de estudio en estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX.

HE5. El tipo de hábitos de estudio en los estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX es poco eficiente.

1.5. VARIABLES

Variable 1. Dependencia del teléfono móvil

Variable 2. Hábitos de estudio



1.5.1. Operacionalización de variables

VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE VALORES
Variable 1 Dependencia al teléfono móvil	1.1 Abstinencia	1.1.1. Reacciones emocionales negativas	0 - Nunca 1 – Rara vez 2 – A veces 3 – Con frecuencia 4 – Muchas veces
		1.1.2. Llamado de atención o alerta por el uso excesivo del teléfono	
	1.2. Empeño y problemas con la gestión de las corrientes en uso	1.2.1. Dedicar más tiempo del que se desea a usar el celular	0 - Nunca 1 – Rara vez 2 – A veces 3 – Con frecuencia 4 – Muchas veces
		1.2.2. Me eh puesto un límite y no pude cumplir	
	1.3. Problemas causados por el uso excesivo	1.3.1. Discusión con algún familiar por el gasto económico que hago del celular	0 - Nunca 1 – Rara vez 2 – A veces 3 – Con frecuencia 4 – Muchas veces
		1.3.2. Ha dormir poco porque estoy usando el móvil	
	1.4. Tolerancia	1.4.1. Incremento de la frecuencia de uso del celular	Totalmente en Desacuerdo • En desacuerdo • ni de acuerdo ni en desacuerdo • De acuerdo • Totalmente de acuerdo
		1.4.2. Si no tiene el celular se siente mal	
		1.4.3. Cuando tiene el móvil en la mano, no soy capaz evitar usarlo	
Variable 2 Hábitos de estudio	2.1. Tipos de Hábitos de Estudio		a) Ineficiente b) Poco eficie c) Eficiente



CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

2.1.1. A nivel internacional

Cuzco (4). Titulado, Conexión sobre la utilización habitual del móvil y el desempeño escolar en alumnos de enseñanza inicial avanzada de la escuela pedagógica Chiquintad, Ecuador, 2022. Objetivos: Hallar la influencia de aparatos tecnológicos en el desempeño escolar en educandos que se adquieren de forma crucial para el desenvolvimiento de las capacidades neurocognitivas, ya que aluden a diversas formas de tecnología dispuestas en múltiples plataformas virtuales, constituyendo un elemento influyente en la praxis educativa, aunque paralelamente pueden actuar como un agente que interfiere en el desempeño que tienen los educandos. A partir de la premisa, se plantea una indagación centrada en la conexión existente entre el uso reiterado del dispositivo móvil y el nivel de aprovechamiento escolar en educandos de nivel básico superior, abordado desde un enfoque observacional, sin manipulación de variables, recurriendo a técnicas de carácter descriptivo y analítico. Se trabajó con un universo muestral compuesto por 106 educandos a quienes se les administró una cédula de recolección de datos, a través de la cual se



evidenció que un 27% de los participantes admitió permanecer frecuentemente frente a la pantalla de su móvil, sin establecer restricciones temporales de uso, lo cual implica su utilización en espacios como aulas, eventos grupales o encuentros formales. Por otro lado, un 10% reconoció que emplea su teléfono en contextos poco apropiados, evidenciando una falta de autorregulación en su manipulación. Finalmente, aunque se hipotetizó que el empleo excesivo del móvil podría acarrear trastornos osteomusculares u otros tipos de fatiga fisiológica, los informantes descartaron tales consecuencias, lo que sugiere que el alumnado no identificó los posibles perjuicios derivados o simplemente estos pasaron inadvertidos para su percepción.

Aldana, et al. (5). Titulado, Adicto y consumo al celular en alumnos profesionales en Chile en el 2021. Objetivo: identificar cuáles son las consecuencias del uso de aparatos tecnológicos móvil en medida medular de esta exploración académica radica en establecer el grado de vinculación compulsiva y apego conductual hacia el dispositivo móvil inteligente en discentes universitarios, a partir de la implementación del instrumento denominado Escala Diagnóstica de Apego y trastorno por uso excesivo del dispositivo móvil. Que ejecuta de un procesamiento en base al razonamiento desde premisas generales, utilizando una modalidad investigativa de carácter ilustrativo, implementando un estudio descriptivo de una sola medición atemporal de una naturaleza transversal llevado a cabo en el ámbito de campo y sin manipulación experimental. La estrategia de muestreo adoptada corresponde al esquema estratificado proporcional, considerando una cohorte universitaria compuesta por 303 participantes.



Se obtuvieron promedios para los tres dominios contemplados en la EDATE. En el primer segmento, la media global alcanzó un valor de 3,87, lo cual evidencia un patrón significativo de dependencia y adicción dentro del grupo evaluado. Los hallazgos reflejan una mayor inclinación adictiva en el colectivo femenino en contraste con el masculino. La problemática más aguda se vincula con manifestaciones psicopatológicas como ansiedad, estados depresivos, tensiones crónicas y alteraciones del descanso nocturno, factores todos que inciden como catalizadores en la conducta adictiva hacia el teléfono inteligente por parte de la comunidad estudiantil universitaria. En suma, se corrobora la existencia de un vínculo de dependencia y adicción tecnológica entre los jóvenes universitarios examinados.

García y Escalera (6). Titulado, Uso al Telefónico en alumnos de grado estándar profesional. La conducta por género en México en el año 2021. El empleo desmedido del teléfono inteligente ha suscitado el interés de múltiples especialistas, quienes lo han conceptualizado como una conducta adictiva asociada al uso reiterativo del dispositivo móvil, también identificado como smartphone. En tal sentido, surge la inquietud por efectuar una indagación focalizada en la población estudiantil, orientada a discernir si persiste un nivel elevado de dependencia en educandos del nivel medio superior y si existen contrastes significativos en función del sexo biológico. Para la ejecución del estudio se consideró la intervención voluntaria de 164 estudiantes matriculados en el periodo semestral correspondiente, quienes consintieron su participación activa en la pesquisa, conformado por una decena de reactivos con formato de escala



Likert. Los datos revelan que la intensidad de la necesidad desmedida que no solo resulta elevada entre los encuestados, aunque se identificó una divergencia en el grado de dependencia telefónica entre varones y mujeres, centrada específicamente en el reactivo X1, relacionado al uso compulsivo del smartphone. Asimismo, como resultado del uso persistente del dispositivo, los alumnos tienden a omitir la estructuración anticipada de sus tareas académicas.

Olivella, et al. (7), titulada, La utilización problemática del celular: un estudio sobre el código de las personas y los variables relacionados en España en el 2023. Objetivo: Hallar los agentes de se muestran en la correlación existente entre el uso disfuncional del celular y diversos indicadores de bienestar integral, hábitos sociales y hábitos vinculados al cuidado de la salud en escolares del nivel secundario. procedimiento metodológico: Se ejecutó un estudio de carácter observacional de una sola medición atemporal, escogiendo a individuos que atravesaban por la adolescencia de edades de 13 a 18 como sujeto poblacional donde n fue igual a 3.778. La variable principal uso disfuncional del móvil fue evaluado mediante CERM. Se formularon ajustes logístico multivariable para examinar la asociación entre dicho patrón de uso y los componentes sociales, condiciones de salud percibida y estilos de comportamiento. Resultados: Se identificó que el 52% del grupo femenino y el 44% del masculino reportaron dificultades ocasionales o frecuentes relacionadas con el uso del smartphone. Entre los factores que mostraron mayor asociación con dicho uso disfuncional se hallaron: vínculos familiares deteriorados; utilización del móvil previo al descanso nocturno o exposición

a pantallas durante comidas; déficit de horas de sueño; inactividad física sostenida; consumo de sustancias psicoactivas y deterioro notable en la salud psíquica. Conclusiones: Se constata una prevalencia considerable del uso problemático del teléfono inteligente en adolescentes, encontrándose vínculos relevantes con variables que son agentes conductuales de la salud y sanitarias, se aprecian diferencias notables según sexo y grupo etario, observándose asociaciones más pronunciadas en mujeres adolescentes de menor edad.

Esquivel, et al. (8). Titulado, Uso al movil, habilidades mentales y recuerdos en alumnos en México en el 2024. objetivo: hallar los elementos de conexión existente sobre el manejo disfuncional a ciertos medios sociales que se usan en equipos móviles, así como aspectos vinculados al bienestar físico y a comportamientos ligados a la salud, en estudiantes que cursan la etapa secundaria. En cuanto al procedimiento metodológico: se desarrolló una exploración de una sola medición atemporal que utilizó como una unidad muestral de 13 a 18 años, con un universo muestral de 3,778 participantes. Para determinar el grado de involucramiento problemático con el teléfono móvil, se aplicó un test de CERM (experiencias relacionadas con el móvil) herramienta validada para evaluar el estado de la conducta. Para el análisis estadístico, se recurrió a técnicas de estimación basadas en esquemas logit multivariable, a fin de establecer las asociaciones entre la variable principal y distintos indicadores de carácter social, sanitario y conductual. Resultados: que las dificultades derivadas del uso excesivo del teléfono celular están dentro de los elementos vinculados con este comportamiento se identificaron:

relaciones familiares deterioradas, uso del teléfono antes de conciliar el sueño o visualización de pantallas durante las comidas, déficit de descanso, la inactividad física, uso de drogas y problemas de bienestar psicológica. Como cierre, se determinó que el empleo inadecuado del dispositivo móvil constituye una manifestación frecuente dentro del grupo etario adolescente. en edad escolar, estando interrelacionado con múltiples factores de índole social, psicoemocional y conductual. Además, se evidencian discrepancias relevantes según sexo y grupo etario, siendo más marcadas las asociaciones negativas en el caso de las féminas que atraviesan por la etapa de la adolescencia sin poseer la mayoría de edad.

2.1.2. A nivel nacional

Tenezaca, et al. (9). Titulado, Uso excesivo del movil y desempeño educativo de alumnos de Instituto Clínico. Universidad Nacional de Chimborazo, 2021. Objetivo hallar y explorar la presencia de conductas dependientes hacia el teléfono celular y la vinculación con el desempeño educativo en universitarios. procedimiento metodológico adoptando una naturaleza cuantitativa, con una sola medición atemporal. La con una unidad poblacional de 2814 alumnos que son matriculados en la a partir de una muestra significativa de 174 discentes pertenecientes a la carrera de Laboratorio Clínico, en su mayoría féminas cuyas edades fluctuaban entre edades de 18 a 21. el resultado fue que el 60,9% de los sujetos del estudio manifestaron un grado de apego catalogada como moderada, el 20,7% mostró un grado alto y el 18,4% registró una dependencia baja; resaltando particularmente los componentes de tolerancia, síntomas de abstinencia,



uso compulsivo y dificultades. En lo referente al desempeño estudiantil, se constató que un 92,5% de estudiantes alcanzó de manera satisfactoria los aprendizajes esperados, mientras que el 6,9% se encontró en un nivel cercano al óptimo y un 0,6% no logró cumplir con los estándares establecidos. En conclusión, el estudio permitió corroborar la presencia de niveles considerables de dependencia hacia el dispositivo móvil, lo cual motivó la propuesta de intervenciones de tipo psicoeducativo orientadas a estudiantes, docentes y miembros del núcleo familiar, con el objetivo de fomentar un empleo consciente de los teléfonos inteligentes y sensibilizar respecto a sus implicancias en la trayectoria estudiantil y en el desarrollo personal.

García (10). Titulado, Adicción al móvil entre estudiantes de la Universidad Continental Huancayo 2020. Este aprendizaje no utilizó un diseño experimental, sino cuantitativo, descriptivo y basado en variables. En pos de este objetivo, ofrece una muestra compuesta por 290 alumnos como unidad muestral por parte de Psicología de la EAP y 332 alumnos que forman parte de Ingeniería Civil de la EAP. la extracción de la información se efectuó utilizando la puesta en práctica mediante el ADITEC-M, una prueba estandarizada que evalúa la adicción conductual al dispositivo telefónico móvil. Según los resultados obtenidos, el 1,4% de los educandos afiliados a la carrera de psicología y el 2,1% integrados a a la EAP de Ingeniería Civil presentan sintomatología compatible con dependencia al uso del smartphone. Al desglosar por dimensiones específicas, se identificó que el 7,8% de los estudiantes de Psicología y el 10,8% de los de Ingeniería Civil manifiestan disfunciones en la

autorregulación de impulsos; asimismo, un 7,6% adicional de la EAP de Psicología (equivalente a 23 estudiantes) también refleja dificultades en dicha dimensión. En el rubro relacionado con afectaciones económicas derivadas del uso excesivo del dispositivo, un 14,1% (47 estudiantes) de Ingeniería Civil y un 15,1% (45 estudiantes) de Psicología reportaron impactos financieros. En cuanto a experiencias de maltrato o dinámicas relacionales nocivas vinculadas al uso del teléfono, el 14,5% (48 estudiantes) y el 19,9% (58 estudiantes) fueron afectados, respectivamente. En lo que concierne a la variable sexo, se evidenció un 0,3% (1 varón) y 1,0% (3 mujeres) en la PEA de Psicología, así como un 0,9% (3 hombres) y 1,2% (4 mujeres) en la PEA de Ingeniería Civil. Síntesis final: Los educandos de Ingeniería Civil presentan mayores problemáticas asociadas a síntomas de tolerancia, síndrome de abstinencia y control inhibitorio, mientras que en la EAP de Psicología prevalece una tendencia más marcada al abuso del dispositivo, especialmente en la población femenina, quienes evidencian mayor vulnerabilidad a esta dependencia conductual.

Huamani y Huamani (11). Titulado, Valoración del uso del celular en alumnos de 3° año académico de una institución educativa. En Nazca – Ica en el 2021. Objetivo: Hallar los elementos cuales son los elementos que generan el grado de apego que existe entre los educandos y los equipos móviles en su desempeño intelectual procedimiento Metodológico: La pesquisa se llevó a cabo con una técnica fundamental, de carácter descriptivo y sin manipulación de variantes causales, bajo la modalidad transversal descriptiva, fundamentada en el método científico.

Muestra: Esta estuvo compuesta por 77 alumnos pertenecientes en secundaria en el tercer grado (secciones 3° "A, B y C"), extraídos utilizando una estrategia de segmentación muestral basada en probabilidad estratificada. a su vez se aplicó un modo de extracción de información que incluyó tanto una técnica estructurada como un recurso instrumental validado: Se utilizó la encuesta como técnica. Resultados: Mediante análisis estadísticos descriptivos se detectó que el 61% de los interesados exhibe un de un grado moderado de dependencia hacia el uso del móvil; un 58% manifiesta un nivel intermedio de abstinencia relacionada con la reducción del uso; otro 58% muestra moderada dificultad en el control de impulsos y abuso del dispositivo; el 56% presenta una problemática moderada derivada del empleo constante del móvil, y un 56% evidencia un nivel medio de tolerancia al consumo del mismo. Conclusión: predomina una intensidad intermedia de vinculación compulsiva hacia el teléfono celular entre los educandos del tercer nivel de secundaria, lo cual se evidencia en que una proporción significativa equivalente al 61% manifiesta patrones de utilización conflictiva del mencionado artefacto tecnológico.

Humpiry (12). Título: El empleo del celular y el aplazamiento en alumnos de secundaria de una escuela estatal en Arequipa, 2023.

objetivo: Hallar e identificar el grado de asociación existente entre el uso del dispositivo móvil y la tendencia a postergar actividades en educandos de asistentes al colegio secundario y son pertenecientes. La estrategia metodológica se enmarcó dentro de un método observacional sin la manipulación de la variante causante, con una naturaleza cuantitativa con una unidad muestral de 122 alumnos, distribuidos entre los niveles de 3.º,

4.º y 5.º de secundaria, quienes participaron respondiendo una encuesta compuesta por dos instrumentos validados para el análisis de hallazgos que aplicó alcanzando un P igual a 0,000 que era un valor menor a 0,05 lo que daba a entender que si había una relación sobre el grado de apego que tenían los educandos con sus celulares. El coeficiente de correlación que el P salió menor a 0,555, dando a entender que si hay un vínculo estadísticamente relevante que se da frecuentemente entre los equipos móviles y la postergación de tareas escolares. Se concluye, por tanto, que existe una conexión significativa de tipo moderado entre ambas variables entre los educandos pertenecientes al ciclo medio de formación académica dentro de un centro pedagógico público de carácter público. Este hallazgo aporta elementos cruciales para comprender de manera más profunda la influencia del empleo frecuente de dispositivos tecnológicos sobre los hábitos académicos y la autorregulación del tiempo en adolescentes en edad escolar.

Hilt (13). Título: Atributo al móvil, costumbres y conductas hacia la escritura y su vínculo con el desempeño escolar en lima, en el 2020.

Esta investigación tuvo como finalidad determinar si existía una correspondencia notable respecto al uso frecuente del aparato celular, los patrones y disposiciones hacia la práctica lectora, así como de la recurrencia del desempeño escolar de los alumnos del nivel medio. El enfoque metodológico adoptado fue de naturaleza cuantitativa, con una sola medida atemporal y con alcance correlacional después para evaluar el grado de apego al celular las inclinaciones lectoras y las acciones que son de medidas mediante el instrumento HAL, mientras que el desempeño en

lo escolar que se cuantificó a con las notas que se tenía en el primer periodo del año escolar correspondiente de una unidad muestral de 126 alumnos distribuidos entre los cinco niveles del ciclo medio, representando el 66,67% del total de estudiantes matriculados. Se halló en las pruebas estadísticas que hay una asociación inversa que son opuestas entre el nivel de vinculación excesiva al dispositivo móvil y las tres dimensiones restantes analizadas en la investigación: (a) rutinas lectoras, (b) actitud frente a la lectura, y (c) rendimiento académico. En cuanto a la variable sexo, se observó que las alumnas alcanzaron puntuaciones más elevadas en todas las dimensiones evaluadas. A pesar de que el grupo femenino presentó una mayor frecuencia de la manipulación de equipos móviles y el alto grado de apego, dicho comportamiento no interfirió negativamente en sus calificaciones, las cuales fueron superiores en comparación con sus pares varones. Cabe destacar que cerca del 50% de los encuestados manifestaron preferencia por la red social Instagram.

2.1.3. A nivel local

Viza (14). Título: Carencia del empleo de aparatos móviles y su vínculo con la condición cervical en alumnos de educación superior no universitaria en Juliaca, 2023. Objetivo: establecer la correlación que hay entre el nivel de apego hacia el uso del dispositivo celular y la manifestación de limitaciones funcionales a nivel cervical en estudiantes del centro público superior. proceso metodico: Fue una evaluación de una técnica que es explicativo-crítico, con una única estimación sin tener en cuenta el tiempo. La con una unidad muestral 374 Para la evaluación se emplearon dos documentos de extracción de información denominados como test de

dependencia móvil, de una variante causal y otra ficha documentaria conocida como Índice de discapacidad cervical, como variante efecto. La forma empleada fue la estructurada documentaria y el método de muestreo correspondió al modelo probabilístico aleatorio simple de tipo polietápico. el resultado dio que había una predominancia femenina entre los usuarios de telefonía móvil (50,8%) y un 55,3%. una mayor representación en el grupo etario de 21 a 25 La especialidad académica con mayor proporción de participantes en la muestra fue el programa profesional de contabilidad, alcanzando un 20,9% de representatividad. Mediante la implementación de un análisis de correspondencia estadística donde se constató una asociación de carácter significativo P igual 0,000, revelando una vinculación positiva de magnitud moderada con un RS igual de 0,510 entre el nivel de adherencia tecnológica manifestado por los estudiantes y los signos clínicos vinculados a molestias en la zona cervical. En cuanto a las dimensiones evaluadas, los resultados fueron: abstinencia ($p = 0,000$; $rs = 0,458$), conductas de abuso e impulsividad ($p = 0,000$; $rs = 0,396$), complicaciones derivadas del uso excesivo p igual 0,000; y un RS igual a 0,484 y tolerancia incrementada p igual a 0,000; RS igual de 0,431. En conclusión, se determinó hay una asociación estadísticamente significativa de carácter positivo entre del manejo de los equipos móviles y el grado de trastorno locomotor en la zona cervical al en educandos del tecnológico. A mayor exposición al uso del dispositivo, mayor es la probabilidad de presentar molestias cervicales. En contraste, un bajo uso del móvil se asocia con la ausencia de sintomatología cervical. Se identificó una influencia existente entre el alto grado de manipulación de los equipos

móviles se muestran asociado a una afección cervical de baja intensidad, así como una vinculación de nivel medio con un consumo elevado del mismo y una discapacidad cervical de tipo moderado.

Lupaca y Ccoyo (15). Titulado, Carencia del smartphone y tensión en alumnos del Instituto de Salud de la Universidad Nacional del Altiplano, Puno 2022. Objetivo: identificar el vínculo existente el apego a los equipos móviles y los niveles de ansiedad en educandos. proceso metodológico: Se optó por una orientación metodológica de carácter numérico, empleando una estructura investigativa de corte transversal con alcance tanto expositivo como asociativo. La unidad poblacional de 301 estudiantes. Se implementó un mecanismo sistemático para la recopilación de datos cuantificables. mediante indagación estructurada, en el Resultado se determinó que había una asociación que tenía una dirección positiva entre el apego a los aparatos móviles y los grados de activación ansiosa, evidenciada mediante un coeficiente de correlación de Kendall con p igual 0,001, estadísticamente significativo p menor 0,05. Se evidenció que el 48,8% de los alumnos presentó un grado bajo de apego a los aparatos móviles, mientras que un 74,8% mostró signos severos de ansiedad. Asimismo, se evidenció una asociación estadísticamente relevante y de carácter directo entre los niveles de ansiedad y ciertas dimensiones particulares vinculadas a la dependencia de equipos móviles que son síntomas relacionados con la privación p igual a 0,001, pérdida del autocontrol y presencia de efectos negativos p igual a 0,000, así como una marcada tolerancia acompañada de interferencias en las actividades cotidianas p igual a 0,003. A partir de estos hallazgos se infiere que existe

una conexión lineal y con significancia estadística entre el apego problemático hacia los teléfonos inteligentes y los estados ansiosos, lo cual sugiere que, a alto grado de dependencia tecnológica, se incrementan proporcionalmente los niveles de ansiedad en la población estudiantil analizada.

Cárdenas (16). Título: Carencia del celular digital y vínculos familiares en alumnos. IES Santa Rosa. Puno. 2023. Objetivo: Identificar asociación existente sobre los signos de apego conductual hacia los aparatos móviles y el grado de cohesión en las interacciones que se generan en el hogar el estudio fue catalogado como fundamental El procedimiento metodológico se sustentó en el razonamiento hipotético/deductivo de una unidad poblacional de 1002 educandos, de los cuales se extrajo como una unidad 278 educandos, abarcando los cinco niveles de formación secundaria. Los resultados: evidencian había una asociación inversa con el apego de equipos móviles y la afinidad con los familiares en el grupo de estudiantes femeninas, R es -0,744 y un P valor igual a 0,000, estadísticamente significativo por encontrarse por debajo del umbral del 5%. Conclusión: se pudo inferir que, si existe una correspondencia significativa de carácter negativo y alta intensidad al apego de los equipos móviles y la calidad de los lazos familiares, lo cual implica que, a mayor nivel de dependencia tecnológica, mayor deterioro en las interacciones intrafamiliares.

Quispe (17). Titulado, Las plataformas digitales y su impacto en la conducta de los alumnos de 5to grado de la escuela Pedagógica Superior JEC. "Pedro Vilcapaza Alarcón" Azángaro – 2022. Objetivo: establecer el grado de repercusión que ejercen las plataformas sociales

digitales en las conductas manifestadas por los educandos del quinto año de educación secundaria. procedimiento metodológico: En relación con la conjetura principal formulada, esta sostiene que las redes virtuales tienen un efecto estadísticamente relevante sobre los patrones comportamentales de los alumnos de dicho nivel. Respecto al esquema se aplicó el método hipotético-deductivo, orientado bajo una perspectiva cuantificable con una unidad poblacional de 151 estudiantes. Para la recolección de información se implementó la estrategia de documentación mediante encuestas como procedimiento técnico, utilizando como instrumento específico un cuestionario estructurado, lo cual permitió obtener información fidedigna y pertinente que sustentara el análisis empírico. Resultados: se halló un 57% de los encuestados utilizan predominantemente el equipos móviles como dispositivo tecnológico principal, el cual guarda correspondencia significativa con conductas agresivas observadas donde el X^2_c era igual a 46,521 mayor a X^2_t que era igual a 15,5073 De igual manera, donde un 32,5% de los educandos señalaron tener como red social preferida a Facebook, misma que mostró relación con manifestaciones de actitud pasiva donde X^2_c igual a 34,595 mayor a X^2_t igual a 9,4877. a su vez un 54,3% de los adolescentes indicaron que el rango de tiempo diario dedicado al uso de redes sociales oscila entre tres y seis horas, variable que también evidenció una conexión directa con conductas pasivas p menor a 0,05 se concluyó que existe una influencia considerable a nivel global entre las variables analizadas de un p mayor 0,05, donde se procede a aceptar la hipótesis general por su alto nivel de significación estadística.



Soto (18). Título: costumbres educativas y desempeño educativo en estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano, Puno – 2020. objetivo: hallar los elementos que establecen que vinculan los patrones de procesamiento del conocimiento y el rendimiento funcional en el contexto escolar del alumnado. La muestra y población fueron de carácter censal, comprendiendo un total de 77 estudiantes, repartidos entre 43 pertenecientes al segundo semestre académico y 34 matriculados en el tercer periodo lectivo, quienes fueron seleccionados conforme a parámetros previamente definidos de admisión y exclusión. procedimiento metodológico de una naturaleza no experimental de una sola medición atemporal, la extracción de información se empleó la indagación mediante encuestas, y entre los recursos utilizados se consideraron el registro oficial de evaluaciones académicas, instrumento que posee niveles aceptables de validez comprobada. y consistencia interna fue confirmada con un coeficiente KR-20 de 0.82. Los hallazgos revelaron que aquellos estudiantes que presentan hábitos de estudio considerados adecuados tienden a alcanzar un rendimiento académico favorable, representado en el 66.2% de los casos; mientras que quienes evidencian prácticas de estudio deficientes presentan, en su mayoría, un rendimiento catalogado como regular, correspondiente al 9.1%. De forma global, el 74% del alumnado que fueron partícipes de la evaluación reflejaron un nivel de rendimiento académico calificado como bueno, y el 83.1% manifestó tener hábitos de estudio positivos. No obstante, se identificó que el 45.5% de los encuestados presentaba una inclinación negativa específicamente en la dimensión referida a la preparación para exámenes. A través del contraste

del análisis inferencial aplicado a la comprobación de hipótesis, se determina la existencia de una vinculación con relevancia estadística entre las prácticas de aprendizaje y el desempeño educativo en los educandos de la carrera de Enfermería; lo cual implica que, a mayor prevalencia de rutinas de estudio eficaces, se observa un mejor desempeño académico.

2.2. MARCO TEÓRICO QUE SUSTENTA EL TRABAJO

1. DEPENDENCIA AL TELÉFONO MÓVIL

Algunas personas sienten que el progreso tecnológico ha llevado a la adicción psicológica, que puede manifestarse como compulsiones y comportamientos repetitivos. Estos pueden proporcionar placer temporal, pero en circunstancias extremas, pueden volverse incontrolables. Hoy en día, los estudiantes confían considerablemente en los dispositivos móviles para comunicarse, pero es posible que ni siquiera sean conscientes de lo dependientes que son de ellos. Por otro lado, los estudiantes no han podido mejorar su resultado académico ni adquirir nuevas habilidades debido al empleo inadecuado o excesivo de estos dispositivos (19).

Según el marco conceptual de las gratificaciones, los sujetos que recurren al uso de este medio de comunicación, ya que puede presentar la posibilidad de lograr diferentes tipos de empleos y recompensas a las personas ya que la incorporación de las nuevas tecnologías en los teléfonos móviles ha dado la posibilidad de que sus usuarios puedan desarrollar diferentes tipos de empleo como la comunicación ya sea a través de llamadas y/o mensajes; navegar por internet o redes sociales; multimedia que incluye fotos, imágenes y vídeos; productividad como

calendario y alarmas; publicidad donde los teléfonos permiten al individuo recibir y guardar publicidad sea o no útil para ellos y por último entretenimiento donde los teléfonos móviles nos permiten acceder a oportunidades como juegos, videos ya que los individuos son más propensos a usar el móvil para su propio beneficio

Se ofrece la Teoría de la Autodeterminación (SAD), que muestra un marco conceptual convincente que se ha perfeccionado a través de la investigación en curso y se ha usado en una extensa variedad de sectores, incluidos los entornos académicos, ocupacionales, recreativos y terapéuticos. Dicho esto, hay una plétora de ideas que deben distinguirse por su terminología compartida debido a la prevalencia de las investigaciones empíricas. Además, existen tres aspectos que pueden favorecer el crecimiento de la dependencia personal: el conocimiento propio y el entorno en el que crece, su orientación a la toma de decisiones, y su comportamiento y actividades de ocio, incluyendo su habilidad para ofrecer mecanismos de afrontamiento e interacción social (20).

1.1 ABSTINENCIA

Como una especie de renuncia voluntaria, es uno de los rasgos más distintivos de las enfermedades de adicción; Por lo tanto, la imposibilidad de usar un teléfono móvil causa una gran angustia a quien la sufre. Los defectos en la performance del aparato portátil producen barreras determinadas en su uso, lo que a su vez causa respuestas emocionales desagradables significativas (21)

1.1.1 Reacciones Emocionales Negativas

Las reacciones emocionales negativas por usar demasiado el celular son comunes entre los estudiantes. El constante uso del dispositivo puede generar emociones como ansiedad, frustración, irritabilidad, y estrés. Estas emociones se desencadenan cuando los estudiantes sienten la presión de no poder cumplir con sus responsabilidades académicas debido a las distracciones provocadas por el móvil. Además, la dependencia del celular puede llevar a una sensación de culpa cuando los estudiantes se dan cuenta de que están perdiendo tiempo que podrían haber dedicado al estudio. Por otro lado, también pueden experimentar sentimientos de soledad o aislamiento social, especialmente cuando prefieren interactuar virtualmente por medio de canales digitales en lugar de comprometerse con labores formativas o sociales en el mundo real.

El uso excesivo del celular, en particular en las redes sociales, también está vinculado con la baja autoestima. Los estudiantes pueden compararse constantemente con otros, lo que puede generar inseguridades y afectar su bienestar emocional. La constante exposición a la validación social, como "me gusta" o comentarios, puede generar un ciclo emocionalmente perjudicial, especialmente cuando las expectativas no son cumplidas (22).

1.1.2 Llamado de Atención o Advertencia por Utilizar Mucho el Celular

El uso excesivo del teléfono móvil en contextos académicos suele generar llamados de atención o advertencias tanto de parte de docentes como de los propios padres. En muchos casos, los educadores han tenido que intervenir para advertir a los escolares sobre las repercusiones

desfavorables de la distracción constante debido al móvil, ya que este afecta su rendimiento escolar. Las instituciones educativas, especialmente en niveles secundarios y universitarios, a menudo implementan reglas que limitan el uso del celular en clase o durante los exámenes para evitar distracciones (23).

En el ámbito familiar, los padres también desempeñan un rol importante al alertar a sus hijos sobre el uso excesivo del celular. Pueden poner límites en cuanto a las horas que los jóvenes consumen frente al dispositivo para desarrollar costumbres educativas más favorables. En algunas situaciones, el llamado de atención se presenta en forma de una advertencia formal o consecuencias como la limitación de acceso al celular hasta que se mejoren los hábitos académicos.

1.1.3 Límite de Uso No Cumplido

El establecimiento de límites de uso del teléfono móvil es una estrategia común para reducir su impacto negativo en los hábitos de estudio. Sin embargo, a menudo, los estudiantes no logran cumplir con estos límites. A pesar de los esfuerzos de los padres, docentes y estudiantes mismos para establecer restricciones, la tentación constante de revisar el móvil o la dependencia a la tecnología hace que sea difícil mantener los límites establecidos. Esto puede generar un ciclo de frustración tanto en los estudiantes como en los adultos que intentan implementar las normas (24).

Cuando los estudiantes no cumplen con los límites establecidos, pueden experimentar sentimientos de culpa o autocrítica. Este incumplimiento también refuerza la percepción de falta de dominio, lo que podría provocar

superiores dificultades para modificar el comportamiento a largo plazo. En algunos casos, los límites de uso son ajustados de forma flexible, lo que refuerza la idea de que las restricciones no siempre son estrictamente seguidas (20).

En resumen, las reacciones emocionales negativas, los llamados de atención y la dificultad para cumplir con los límites de uso son aspectos clave en la conexión entre los alumnos y la utilización de dispositivos móviles. Estos factores destacan la necesidad de una regulación equilibrada y del desarrollo de estrategias efectivas para que los alumnos puedan organizar sus actividades entre el móvil y sus responsabilidades como estudiantes (3).

1.2. ABUSO Y DIFICULTAD PARA CONTROLAR LOS IMPULSOS

El manejo constante de manera desmedida de los dispositivos móviles y la incapacidad para regular los impulsos son fenómenos comunes entre los estudiantes, especialmente aquellos que pasan mucho tiempo en línea o que sienten una fuerte necesidad de estar conectados constantemente. Este abuso está estrechamente relacionado con la dificultad para resistir la tentativa de examinar el celular, hasta cuando no es necesario. La rápida gratificación que se obtiene al interactuar con redes sociales, juegos o aplicaciones crea una dependencia emocional, lo que hace más difícil dejar el dispositivo. Esta falta de autocontrol produce un efecto perjudicial en los patrones académicos, puesto que los discentes suelen posponer tareas importantes o dejar de lado sus responsabilidades académicas para seguir utilizando el celular (25)

1.2.1 Dedicar Más Tiempo del que se Desea a Usar el Celular

Uno de los efectos más visibles del abuso del teléfono móvil es que los estudiantes dedican más tiempo del que realmente desean a utilizarlo. Muchos se proponen usar el celular solo por unos minutos, pero terminan pasando horas en él. Este comportamiento es particularmente prevalente con aplicaciones de redes sociales, videos en línea y juegos móviles, que están diseñados para conseguir la concentración de los individuos durante prolongados lapsos.

El problema radica en que el uso del teléfono móvil no solo consume tiempo de ocio, sino que también interrumpe el tiempo que los estudiantes podrían estar dedicando al estudio, la lectura o a otras actividades productivas. A menudo, los estudiantes se sienten atrapados en un ciclo donde su deseo de desconectar o descansar se ve interrumpido por la compulsión de revisar su móvil, aunque no tengan una razón clara para hacerlo. Este fenómeno, conocido como "uso problemático del teléfono móvil", afecta tanto su productividad como su bienestar emocional, ya que pueden sentirse frustrados por no haber cumplido con sus objetivos (26)

1.2.2 Me eh puesto un límite y no pude cumplir

Otro aspecto que es vinculado con la sobreutilización del smartphone es el gasto económico asociado a su uso. En muchos hogares, los padres o familiares se preocupan por el dinero que se invierte en la telefonía móvil, ya sea por la compra de dispositivos costosos, planes de datos, aplicaciones o juegos. Esta preocupación puede desencadenar

discusiones familiares, especialmente cuando los estudiantes no gestionan adecuadamente el uso del celular y exceden los límites establecidos.

El gasto excesivo en el celular puede ser un reflejo de una dificultad para controlar los impulsos, ya que los estudiantes tienden a gastar más de lo que realmente necesitan, ya sea en aplicaciones de pago, juegos, o en planes de datos adicionales que favorecen el uso prolongado del dispositivo. Las discusiones familiares suelen surgir cuando los padres perciben que el estudiante está invirtiendo dinero en el teléfono móvil de forma irresponsable y esto puede generar conflictos sobre la administración de los recursos económicos familiares (27).

Este tipo de conflictos no solo afecta las relaciones familiares, sino que también puede producir agobio mental e inquietud constantes en los escolares, quienes se sienten atrapados entre la necesidad de mantener su acceso al dispositivo y la presión económica que conlleva el uso irresponsable del móvil. La falta de un control adecuado sobre el gasto en telefonía puede generar tensiones familiares que se suman al estrés asociado a la manipulación desmedida de terminales telefónicos inteligentes (27).

1.3. PROBLEMAS CAUSADOS POR EL USO EXCESIVO

La empleacion excesiva de aparatos telefónicos modernos no solo afecta el tiempo dedicado al estudio, sino que también puede causar una serie de problemas personales y familiares. Entre estos problemas se incluyen discusiones familiares sobre el gasto económico generado por el uso del celular, así como los efectos negativos sobre el descanso, destacando la

carencia de reposo nocturno adecuado. Estos problemas no únicamente perturban el desempeño escolar de los educandos, sino que además comprometen su equilibrio psicoemocional y corporal (28)

1.3.1 Discusión con Algún Familiar por el Gasto Económico del Celular

Una problemática recurrente asociada al manejo intensivo de terminales celulares es la carga económica asociado al mismo. Los estudiantes suelen gastar grandes sumas de dinero en planes de datos, aplicaciones, juegos, y otros servicios asociados al celular, lo que puede generar tensiones familiares. En muchos hogares, los padres pueden sentirse preocupados por el impacto económico de estos gastos, sobre todo cuando los recursos familiares son limitados o cuando los gastos no se justifican adecuadamente (29).

Las discusiones familiares suelen surgir cuando los estudiantes no tienen conciencia de la magnitud de estos gastos o cuando se exceden en sus consumos, ya sea en compras dentro de aplicaciones o en el uso excesivo de planes de datos móviles. Este tipo de conflictos familiares generar frustración y malestar en los miembros de la familia, lo que, a su vez, afecta la relación con los estudiantes. Además, los progenitores pueden percibir que sus descendientes no valoran la relevancia de administrar los recursos económicos con responsabilidad, lo cual podría intensificar el conflicto familiar (29).

1.3.2 Ha Dormido Menos por Estar Utilizando el Celular

Otro problema significativo causado por el uso excesivo del celular es la falta de sueño. Muchos estudiantes recurren a su teléfono móvil para



navegar por las redes sociales, jugar o ver contenido en línea, a menudo durante largas horas, lo que interfiere con su horario de descanso. La interacción constante y extendida con la luminiscencia azul generada por las pantallas de los dispositivos móviles altera la liberación de melatonina, sustancia neurohormonal responsable de sincronizar los ritmos circadianos del descanso nocturno. lo que dificulta que los estudiantes se duerman a tiempo.

Este hábito de utilizar el celular antes de dormir puede provocar una reducción en las horas de sueño, lo que, a largo plazo, afecta el estado fisiológico y anímico de los discentes. La carencia de sueño adecuado está asociada con problemas de concentración, irritabilidad, baja energía y menor rendimiento académico. Además, la privación del sueño aumenta el riesgo de trastornos de ánimo y puede desencadenar una ansiedad generalizada debido a la constante estimulación que el teléfono móvil proporciona (30).

La interrupción del ciclo de sueño también puede desencadenar trastornos en la salud psíquica, tales como la elevación de los niveles de tensión emocional y estados ansiosos, lo que complica aún más la habilidad de los alumnos para cumplir con sus tareas académicas y personales. Es importante destacar que este problema no únicamente repercute en el desempeño escolar de los educandos, sino que además compromete su equilibrio integral, ya que el descanso adecuado es crucial para un funcionamiento cognitivo óptimo.

1.4. TOLERANCIA

La tolerancia en el contexto del uso del teléfono móvil se refiere a un fenómeno psicológico en el cual una persona, al usar el celular de manera constante, va aumentando gradualmente la frecuencia con la que lo utiliza para experimentar el mismo nivel de satisfacción o gratificación. Este proceso es similar a la tolerancia que se observa en el consumo de sustancias adictivas, donde el individuo necesita una mayor cantidad para alcanzar el mismo efecto. A continuación, se detallan tres aspectos claves relacionados con la tolerancia al uso del celular (31)

1.4.1 Cada Vez Necesita Utilizar el Celular con Más Frecuencia

A medida que los educandos incrementan la sobreutilización de dispositivos móviles, se desarrolla una tolerancia hacia el dispositivo, lo que significa que necesitan usarlo con mayor frecuencia para experimentar el igual grado de complacencia o disfrute. Inicialmente, el uso del celular podría estar limitado a algunas horas al día, pero con el tiempo, la necesidad de estar conectados se intensifica. La operación de entornos de interconexión social, herramientas de intercambio de mensajes o plataformas de entretenimiento en línea se convierte en una rutina que ocupa cada vez más tiempo del estudiante.

Este aumento en la frecuencia de uso puede interferir con el rendimiento académico, ya que el estudiante dedica más tiempo al celular y menos tiempo a actividades productivas como el estudio. La necesidad de utilizar el dispositivo de forma más constante también puede llevar a una dependencia emocional, donde el celular se convierte en una prioridad

frente a otras tareas o responsabilidades importantes, lo que crea un círculo vicioso de uso creciente (31)

1.4.2 Si No Tiene el Celular, Se Siente Mal

El desarrollo de tolerancia al uso del celular puede llevar a que los estudiantes lleguen a sentirse incómodos o ansiosos cuando no tienen acceso a su dispositivo. Esta dependencia emocional es característica de una adicción tecnológica, donde la falta del celular genera malestar, incomodidad o irritabilidad. Muchos estudiantes experimentan síntomas de ansiedad si no tienen el celular cerca, ya sea por miedo a perderse alguna actualización, mensaje importante o simplemente por no sentirse "conectados" al mundo digital.

La sensación de inquietud por no tener el celular a mano puede afectar negativamente las interacciones sociales en el mundo real. En lugar de centrarse en las actividades cotidianas o en la interacción directa con amigos o familiares, los estudiantes pueden sentirse inseguros o vacíos sin su dispositivo, lo que refleja la magnitud de la adicción al dispositivo móvil (32)

1.4.3 Cuando Tiene el Celular a Mano, No Puede Dejar de Utilizarlo

Otro signo claro de tolerancia es la incapacidad de dejar de usar el celular una vez que está al alcance. Esto es particularmente cierto en situaciones donde el estudiante sabe que debería estar concentrado en otras tareas, como estudiar o hacer tareas, pero el celular sigue siendo una tentación constante. La distracción continua que genera el celular dificulta el proceso de concentración, ya que el estudiante se siente impulsado a revisar

notificaciones, responder mensajes, o navegar por redes sociales, incluso sin una razón clara para hacerlo.

Este comportamiento puede convertirse en un problema serio cuando afecta la productividad y la calidad del trabajo académico. A medida que el uso del celular se vuelve más compulsivo, el estudiante pierde el control sobre la extensión cronológica de la visualización de pantallas, lo que afecta directamente su capacidad de concentración y su rendimiento en los estudios (33).

2. HÁBITOS DE ESTUDIO

Las dinámicas de adquisición del conocimiento constituyen un repertorio de métodos que los educandos aplican para estructurar y ejecutar sus tareas académicas con eficiencia y orden. La calidad de estos hábitos tiene una repercusión inmediata en el desempeño escolar, dado que afecta la asimilación de contenidos, memorización y aplicación de la información aprendida. Dependiendo de cómo se gestionen estas prácticas, los hábitos de estudio pueden clasificarse en tres categorías: ineficientes, poco eficientes y eficientes.

rutinas de aprendizaje se entiende que es una acción que se rige por un grupo de actividades intelectuales que a través de ella generan un mejor proceso y actividades. Para ello, existen patrones positivos y negativos en la condición física, en la dieta y en los procedimientos educativos. Para ello, las buenas rutinas favorecen que las personas puedan alcanzar sus metas. La costumbre es la agrupación de prácticas, estructuras y formas de distinguir, percibir, estimar, actuar y pensar sobre una persona (34).

la teoría de Glasser Durante el tiempo que pasó trabajando con jóvenes con problemas, expresó su desacuerdo con la creencia generalizada de que estos jóvenes son víctimas de fuerzas sociales que obstaculizan su resultado académico. Atribuir las dificultades académicas de un estudiante a factores externos como su familia, comunidad, cultura, etnia, estatus socioeconómico o lugar de residencia es injusto por dos razones: primero, elimina al estudiante de la responsabilidad de sus propias acciones y, segundo, ignora el hecho de que cada estudiante tiene la habilidad de tener éxito académico. Muchas de las circunstancias desfavorables pueden mejorarse si los estudiantes pueden desarrollar una fuerte ética de trabajo y si todas las instituciones eliminan los obstáculos al logro. Por último, el autor deja a los lectores con una declaración que invita a la reflexión: fue. "Crear un sistema educativo en el cual el triunfo no solo sea alcanzable, sino probable, es una obligación social" (35)

Principales Hábitos de Estudio Eficaces

Para que un estudiante pueda estudiar de manera eficaz, debe desarrollar ciertos hábitos que le permitan optimizar su tiempo y sus esfuerzos. Los alumnos que organizan un cronograma definido para el aprendizaje, estableciendo objetivos tanto inmediatos como de largo alcance, tienden a administrar su tiempo con mayor eficiencia y reducir conductas de postergación. Asimismo, es esencial disponer de un entorno propicio para el estudio, libre de elementos distractores y provisto de los recursos necesarios a la mano. La aplicación de estrategias cognitivas como el poder inferir textos de forma más profunda, escribir apuntes estructurados y la construcción de esquemas variados contribuye significativamente a una

mejor asimilación del contenido. La capacidad de mantener la atención sostenida también resulta crucial; en este sentido, métodos como el sistema Pomodoro basado en periodos de estudio de 25 minutos intercalados con pausas breves han evidenciado ser útiles para conservar la concentración durante el proceso de aprendizaje. Entre estos, uno de los más importantes es la planificación y organización. Finalmente, un equilibrio entre la salud mental y física también es fundamental: dormir lo suficiente, hacer ejercicio y comer bien son hábitos que no solo benefician al cuerpo, sino también a la mente, mejorando la capacidad de concentración y aprendizaje (36).

2.1. Tipo hábitos de estudio

a) Ineficientes

Las rutinas académicas poco efectivas corresponden a aquellas prácticas que no permiten al estudiante obtener buenos resultados académicos, incluso si dedica tiempo a estudiar. Algunos de los principales rasgos de estos hábitos incluyen:

- **Falta de organización:** El estudiante no establece un plan de estudio adecuado y suele dejar todo para el último minuto. No hay un horario fijo ni un lugar específico para estudiar, lo que hace que el tiempo de estudio se desperdicie.
- **Distracciones constantes:** La presencia de distracciones, como el uso del celular, redes sociales o ruido, interrumpe constantemente el proceso de aprendizaje. Esto provoca que el estudiante no se concentre correctamente en lo que está estudiando.

- **Estudio pasivo:** En lugar de integrarse proactivamente en la construcción del conocimiento (tomando notas, resumiendo o explicando lo aprendido), el estudiante suele leer sin realizar ninguna otra actividad que favorezca la comprensión o la memoria.
- **Estudio sin descanso:** No se toman pausas durante las sesiones de estudio. Esto conduce a la fatiga mental, que disminuye la eficacia del aprendizaje. (37)

Los hábitos de estudio ineficientes suelen resultar en bajo rendimiento académico, ya que no maximizan el tiempo de estudio ni favorecen la retención de la información.

b) Poco Eficientes

Los **hábitos de estudio poco eficientes** son aquellos que, aunque son algo más organizados que los ineficientes, aún presentan deficiencias que afectan el rendimiento académico. Algunas características comunes incluyen:

- **Estudio sin planificación adecuada:** Aunque el estudiante establece algunas horas para estudiar, no sigue un plan claro ni tiene una estructura definida de las tareas a realizar. Esto provoca que en ocasiones se enfoque más en una asignatura que en otras, dejando de lado temas importantes (38).
- **Estudio en ambientes con distracciones controladas:** El estudiante puede tener distracciones como el celular, pero intenta controlarlas. Sin embargo, estas interrupciones continúan siendo un

problema, ya que el ambiente no es completamente favorable para concentrarse.

- **Uso ocasional de técnicas activas:** Aunque el estudiante realiza alguna técnica de aprendizaje activa como tomar notas, no siempre lo hace de forma efectiva. A menudo, se limita a leer pasivamente o repasar de forma superficial.
- **Pocas pausas durante el estudio:** Aunque algunas pausas se incluyen, no son lo suficientemente frecuentes ni bien planificadas, lo que sigue llevando a la fatiga y a una disminución en la productividad.

Este tipo de hábitos no son completamente efectivos, pero pueden mejorar con pequeños ajustes, como una mejor planificación o un ambiente de estudio más adecuado (38).

c) Eficientes

Los hábitos de estudio eficientes son aquellos que permiten al estudiante maximizar su aprendizaje y rendimiento académico. Estas prácticas están bien organizadas, son consistentes y favorecen la interpretación profunda y el almacenamiento duradero del conocimiento adquirido. Algunas características de estos hábitos incluyen:

- **Planificación adecuada:** El estudiante establece un plan de estudio detallado que incluye tiempos específicos para cada asignatura o tema. Esto permite una mejor organización y evita la procrastinación.

- **Ambiente de estudio libre de distracciones:** El lugar de estudio es tranquilo y está libre de distracciones. El estudiante apaga o limita el uso de dispositivos como el celular, asegurando una concentración total en la tarea académica.
- **Uso de técnicas activas de estudio:** Se utilizan estrategias como hacer compilaciones, diagramas teóricos, enseñar lo aprendido a otros, y hacer ejercicios prácticos. Estas técnicas favorecen la comprensión profunda y la memoria a largo plazo.
- **Revisión constante y retroalimentación:** Se dedica tiempo a repasar lo aprendido de manera regular y a obtener retroalimentación de maestros o compañeros, lo que refuerza el aprendizaje (39).

2.3. MARCO CONCEPTUAL.

Adicción: La adicción se refiere a la dependencia compulsiva de una sustancia o actividad, que en este contexto es el teléfono móvil (20).

Ansiedad: La ansiedad es una afección emocional caracterizada por sensaciones de tensión, inquietud y nerviosismo (5).

Autocontrol: La autorregulación consiste en la facultad de controlar los impulsos, ajustar las reacciones afectivas y orientar las conductas de forma intencional con el fin de alcanzar metas planificadas a largo plazo (14).

Dependencia al teléfono móvil: El vínculo compulsivo con el artefacto móvil se evidencia con un patrón conductual donde la persona siente un impulso



incontrolable por mantener una interacción constante y prolongada con su dispositivo, excediendo el uso habitual y funcional (9).

Concentración: La focalización cognitiva es la facultad de orientar de manera sostenida los recursos mentales y la atención hacia una actividad concreta, suprimiendo estímulos externos o interferencias del entorno (28).

Distracción: Una distracción es cualquier estímulo o evento que desvía la atención de la tarea en cuestión. En el contexto del aprendizaje, las distracciones pueden incluir mensajes de texto, redes sociales, llamadas o cualquier otra función del teléfono móvil (19).

Multitarea: La multitarea implica realizar más de una actividad al mismo tiempo. En el contexto de los aprendizajes, puede referirse a tratar de aprender mientras se usa el teléfono móvil (27).



CAPÍTULO III

PROCEDIMIENTOS METODOLÓGICOS DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Diseño de la investigación

La revisión se basa en un enfoque no teórico, dado que no contempla la intervención directa ni la alteración intencional de las variables, limitándose únicamente a registrar y analizar los eventos como se presentan en su entorno real y espontáneo. (40)

3.2. Tipo de investigación.

La evaluación realizada es una indagación de naturaleza fundamental, con un alcance de tipo asociativo y diseño transversal, orientado al análisis de la relación entre variables sin manipulación experimental.

3.3. Métodos aplicados a la Investigación

Se implementó la técnica teórico-deductivo, formulando la proposición con base en una observación previa o un marco teórico establecido. La investigación adoptó un enfoque cuantitativo, dado que se centra en la recopilación y examen de datos numéricos para generar resultados precisos y cuantificables.(41)

3.4. Población Y Muestra.

3.4.1. Población.

El presente estudio utilizó un tamaño de muestra de 60 estudiantes, entre hombres y mujeres de la escuela preuniversitaria MIPREX de Juliaca 2024.

3.4.2. Muestra.

La muestra se dio por muestreo censal, siendo el número de 60 estudiantes que cursan el cuarto grado de la academia preuniversitaria Mi MIPREX en Juliaca – 2024

3.5. Técnicas, fuentes e instrumentos de investigación.

3.5.1. Técnica

Variable 1: Sondeo

Variable 2: Sondeo

3.5.2. Instrumento

Variable 1: Formulario

Variable 2: Formulario

3.6. Plan de recolección y procesamiento de datos

a) Coordinación.

Se solicitó la aprobación y el consentimiento para hacer sondeos hacia los alumnos de la institución preuniversitaria MIPREX de Juliaca.

b) De la ejecución.

Los registros recogidos se organizarán y presentarán en diagramas estadísticos adecuadas, que mostrarán proporciones de intervalo y representaciones gráficas. Luego, se procederá en software SPSS.

3.7. Contrastación de hipótesis

Para contrastar la hipótesis general, se utilizó la prueba estadística Chi cuadrado de independencia (χ^2) y nivel de significancia, para las variables

3.8. Validez y confiabilidad del instrumento

3.8.1. Validez

Variable 1: Dependencia del Teléfono Móvil

La medición de la dependencia del celular se realizó mediante la Evaluación de Interacción del Teléfono, desarrollado por Chóliz M., Villanueva V. y Marco C. Esta prueba fue aplicada y adaptada en la Universidad Peruana Unión – sede Juliaca en el año 2011. El instrumento consta de 22 ítems, estructurados en una escala tipo Likert, y fue diseñado para evaluar el grado de uso problemático del teléfono móvil (42).

Variable 2: Hábitos de Estudio

Para evaluar las costumbres de aprendizaje se utilizó la *Escala de Inventario de Hábitos de Estudio*, desarrollada y validada por el autor Mariano Chóliz Montañés en el año 2012. Esta escala fue elaborada en España y ha sido empleada en investigaciones académicas para identificar patrones y estrategias de estudio en estudiantes. (43).

3.8.2. Confiabilidad

El indicador Alfa de Cronbach se utilizó para evaluar la confiabilidad del dispositivo, lo que posibilitó medir la solidez interna del cuestionario. Este coeficiente es ampliamente aceptado en investigaciones cuantitativas y garantiza que los ítems del cuestionario mantengan una adecuada homogeneidad entre sí.



Confiabilidad es por Alpha de Cronbach	
Alfa de Cronbach	N de elementos
.815	9



CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

TABLA 1. REACCIONES EMOCIONALES NEGATIVAS RELACIONADAS A LOS HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE LA ACADEMIA PREUNIVERSITARIA MIPREX DE JULIACA – 2023

REACCIONES EMOCIONALES NEGATIVAS	TIPO DE HÁBITOS DE ESTUDIO							
	Ineficiente		Poco eficiente		Eficiente		Total	
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Nunca	0	0.0	8	13.4	3	5.0	11	18.4
Rara vez	1	1.7	18	30.0	2	3.3	21	35.0
A veces	6	10.0	6	10.0	9	15.0	21	35.0
Con frecuencia	2	3.3	2	3.3	0	0.0	4	6.6
Muchas veces	1	1.7	2	3.3	0	0.0	3	5.0
TOTAL	10	16.7	36	60.0	14	23.3	60	100.0

Fuente: Cuestionario.

$$X^2_{Cal} = 21.582$$

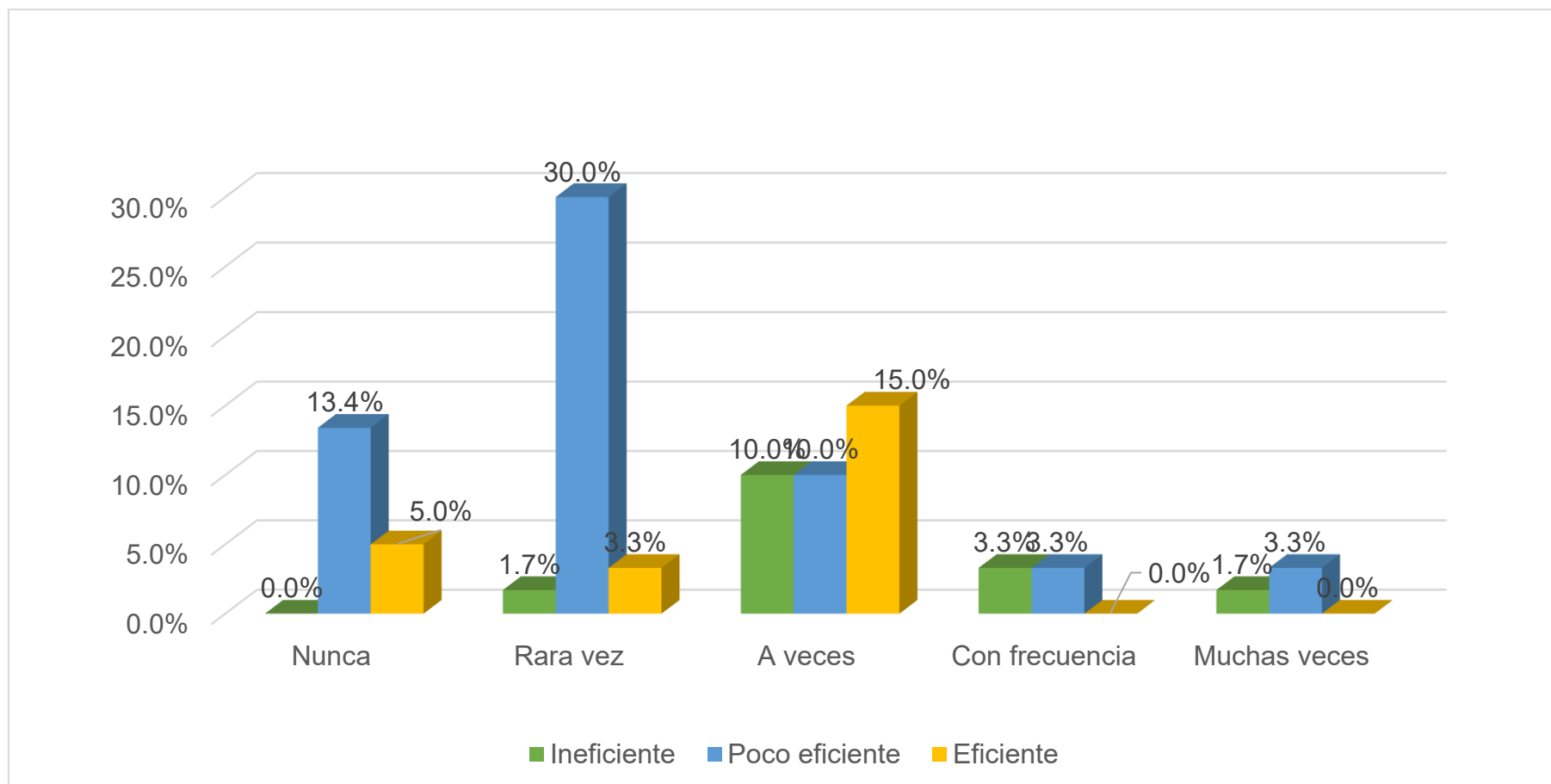
$$GL = 8$$

$$X^2_{Tab} = 15.507$$

$$P = 0.006$$

ES SIGNIFICATIVA

FIGURA 1. REACCIONES EMOCIONALES NEGATIVAS RELACIONADAS A LOS HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE LA ACADEMIA PREUNIVERSITARIA MIPREX DE JULIACA – 2023



Fuente: Tabla 1.

En la tabla y figura 1. Del 100% de casos de estudio que son 60 estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX, se muestra el indicador reacciones emocionales negativas donde el 35% mostraron que a veces presentaron estas reacciones, el otro 35% refiere que rara vez presenta, el 18.4% indico nunca tener ese tipo de reacciones, el 6.6% refiere que con frecuencia y finalmente el 5% señalo presentar muchas veces estas reacciones emocionales negativas.

En el tipo de hábitos de estudio el 30% presento un hábito de estudio poco eficiente y rara vez presentan reacciones emocionales negativas, el 15% presento hábitos de estudio eficientes y a veces presentan reacciones emocionales negativas y el 10% tuvo hábitos de estudio ineficientes y a veces presentan reacciones emocionales negativas.

Al realizar análisis numéricos sobre los resultados, se consiguió una tasa X^2C de 21.582, que es más grande que el nivel crítico de X^2T (15.507) con 8 grados de liberación y un valor P de 0.006 el cual es significativa.

De acuerdo con lo que ha descubierto el especialista Quispe (17). Se evidencia que un 57% de los educandos manifiestan que el dispositivo tecnológico predilecto es el teléfono móvil, lo cual afecta de manera significativa ($X^2C = 46,521 > X^2T = 15,5073$) su conducta agresiva. En comparación a la presente investigación tiene concordancia ya que el 35% mostro que presento reacciones emocionales negativas lo cual fue significativo la vinculación con las costumbres de análisis aplicados.

TABLA 2. LLAMADO DE ATENCIÓN O ADVERTENCIA POR UTILIZAR MUCHO EL CELULAR RELACIONADA A LOS HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE LA ACADEMIA PREUNIVERSITARIA MIPREX DE JULIACA – 2023

LLAMADO DE ATENCIÓN O ADVERTENCIA POR UTILIZAR MUCHO EL CELULAR	TIPO DE HÁBITOS DE ESTUDIO							
	Ineficiente		Poco eficiente		Eficiente		Total	
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Nunca	0	0.0	8	13.3	2	3.3	10	16.6
Rara vez	1	1.7	13	21.7	2	3.3	16	26.7
A veces	5	8.3	9	15.0	9	15.0	23	38.3
Con frecuencia	3	5.0	1	1.7	0	0.0	4	6.7
Muchas veces	1	1.7	5	8.3	1	1.7	7	11.7
TOTAL	10	16.7	36	60.0	14	23.3	60	100.0

Fuente: Cuestionario.

$$X^2_{Cal} = 20.254$$

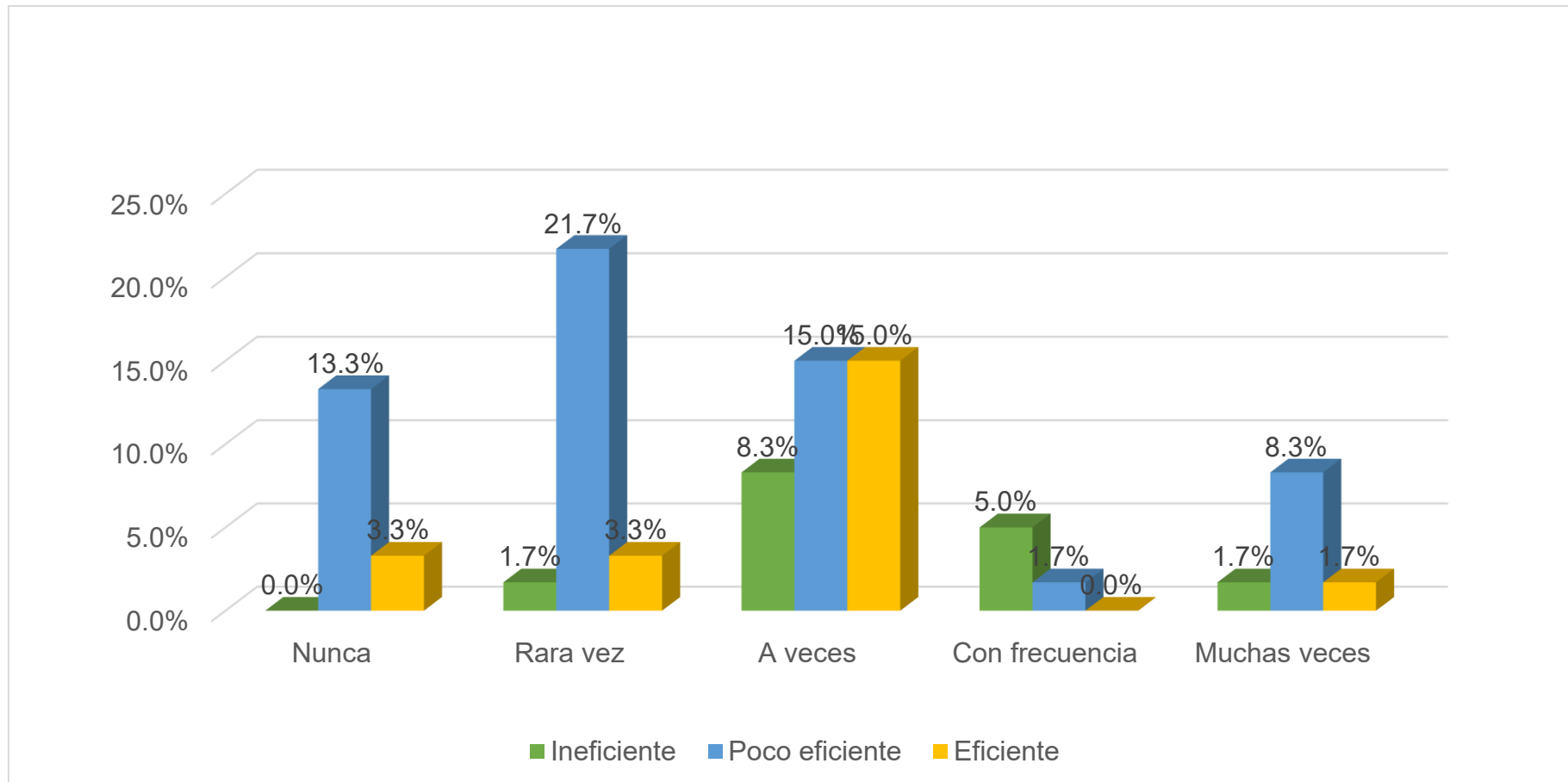
$$GL = 8$$

$$X^2_{Tab} = 15.507$$

$$P = 0.009$$

ES SIGNIFICATIVA

FIGURA 2. LLAMADO LA ATENCIÓN O ADVERTENCIA POR UTILIZAR MUCHO EL CELULAR RELACIONADA A LOS HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE LA ACADEMIA PREUNIVERSITARIA MIPREX DE JULIACA – 2023



Fuente: Tabla 2.

En la tabla y figura 2. Del 100% de casos de estudio de los cuales son 60 estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX, se observa el indicador llamado de atención o advertencia por utilizar mucho el celular, el 38.3% refiere que a veces presenta esta reacción, el 26.7% indica que rara vez, el 16.6% señala que nunca, el 11.7% muchas veces y el 6.7% con frecuencia refiere que recibe el llamado de atención por el uso del celular.

En el tipo de hábitos de estudio el 21.7% presento un hábito de estudio poco eficiente y rara vez presentan llamado de atención o advertencia por utilizar mucho el celular, el 15% presento hábitos de estudio eficientes y a veces presentan amado de atención o advertencia por utilizar mucho el celular y el 8.3% tuvo hábitos de estudio ineficientes y a veces amado de atención o advertencia por utilizar mucho el celular

Después de aplicar los test estadísticos, se consiguió una tasa X^2C de 20.254. Este dato es mayor que el índice crítico de X^2T , que es de 15.507, con 8 grados de liberación y un nivel P de 0.009, lo que indica que es notable.

Discusión:

Cuzco (4). Los estudiantes no advirtieron las consecuencias perjudiciales derivadas del uso excesivo del teléfono móvil, pues a menudo recibían alertas respecto a este uso desmedido, sin embargo, dichas señales pasaron inadvertidas para ellos. Dado que este efecto es consistente los resultados del estudio actual ya que el 38.3% indico que tuvo un llamado de atención a veces.

TABLA 3. DEDICAR MÁS TIEMPO DEL QUE SE DESEA A USAR EL CELULAR RELACIONADA A LOS HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE LA ACADEMIA PREUNIVERSITARIA MIPREX DE JULIACA – 2023

DEDICAR MÁS TIEMPO DEL QUE SE DESEA A USAR EL CELULAR	TIPO DE HÁBITOS DE ESTUDIO							
	Ineficiente		Poco eficiente		Eficiente		Total	
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Nunca	2	3.3	5	8.3	1	1.7	8	13.3
Rara vez	0	0.0	9	15.0	0	0.0	9	15.0
A veces	3	5.0	10	16.7	0	0.0	13	21.7
Con frecuencia	4	6.7	10	16.7	13	21.6	27	45.0
Muchas veces	1	1.7	2	3.3	0	0.0	3	5.0
TOTAL	10	16.7	36	60.0	14	23.3	60	100.0

Fuente: Cuestionario.

$$X^2_{Cal} = 21.494$$

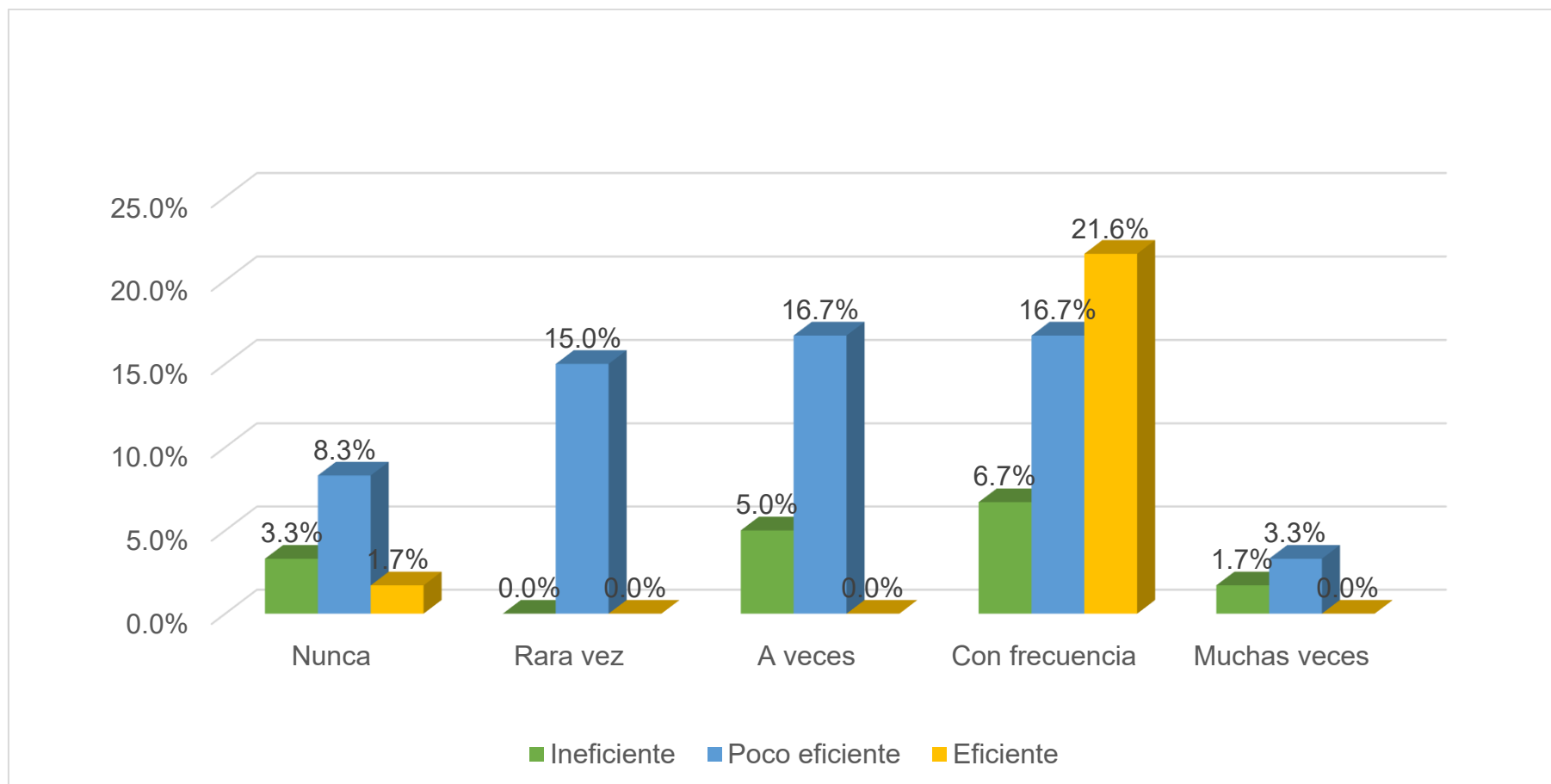
$$X^2_{Tab} = 15.507$$

$$GL = 8$$

$$P = 0.006$$

ES SIGNIFICATIVA

FIGURA 3. DEDICAR MÁS TIEMPO DEL QUE SE DESEA A USAR EL CELULAR RELACIONADA A LOS HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE LA ACADEMIA PREUNIVERSITARIA MIPREX DE JULIACA – 2023



Fuente: Tabla 3.



En la tabla y figura 3. Del 100% de casos de estudio de los cuales son 60 estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX, se observa el indicador dedicar más tiempo del que se desea a usar el celular, el 45% manifiesta con frecuencia ocurre eso, el 21.7% a veces, el 15% rara vez, el 13.3% nunca y el 5% muchas veces.

En el tipo de hábitos de estudio el 16.7% presento un hábito de estudio poco eficiente y con frecuencia dedican más tiempo del que se desea a usar el celular, el 21.6% presento hábitos de estudio eficientes y con frecuencia dedican más tiempo del que se desea a usar el celular y el 6.7% tuvo hábitos de estudio ineficientes y con frecuencia dedican más tiempo del que se desea a usar el celular.

Después de realizar los test estadísticos, se alcanzó una tasa X^2C de 21.494, que es mayor que el dato crítico X^2T de 15.507, con 8 grados de liberación y una tasa P de 0.006 el cual es significativa.

Según los resultados encontrados por el autor Cuzco (4). Se evidencia que un 27% del alumnado manifiesta de manera explícita que, de forma habitual con su dispositivo móvil, puesto que la noción temporal no actúa como una restricción en su utilización; es decir, recurren a dicho aparato dentro del espacio áulico, durante encuentros grupales o reuniones colectivas, entre otras situaciones similares, lo que conlleva a una dedicación prolongada e intensiva al empleo del teléfono celular. Resultado que es concordante con los hallazgos del estudio actual ya que el 45% mostro que que con frecuencia dedican mayor tiempo dl que desea a usar el celular siendo esto significativo.

TABLA 4. SIN CUMPLIMIENTO DEL LÍMITE DE USO RELACIONADO A LOS HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE LA ACADEMIA PREUNIVERSITARIA MIPREX DE JULIACA – 2023

SIN CUMPLIMIENTO DEL LÍMITE DE USO	TIPO DE HÁBITOS DE ESTUDIO							
	Ineficiente		Poco eficiente		Eficiente		Total	
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Nunca	0	0.0	2	3.3	1	1.7	3	5.0
Rara vez	0	0.0	4	6.7	1	1.7	5	8.4
A veces	3	5.0	0	0.0	3	5.0	6	10.0
Con frecuencia	3	5.0	9	15.0	0	0.0	12	20.0
Muchas veces	4	6.7	21	35.0	9	14.9	34	56.6
TOTAL	10	16.7	36	60.0	14	23.3	60	100.0

Fuente: Cuestionario.

$$\chi^2 C = 15.671$$

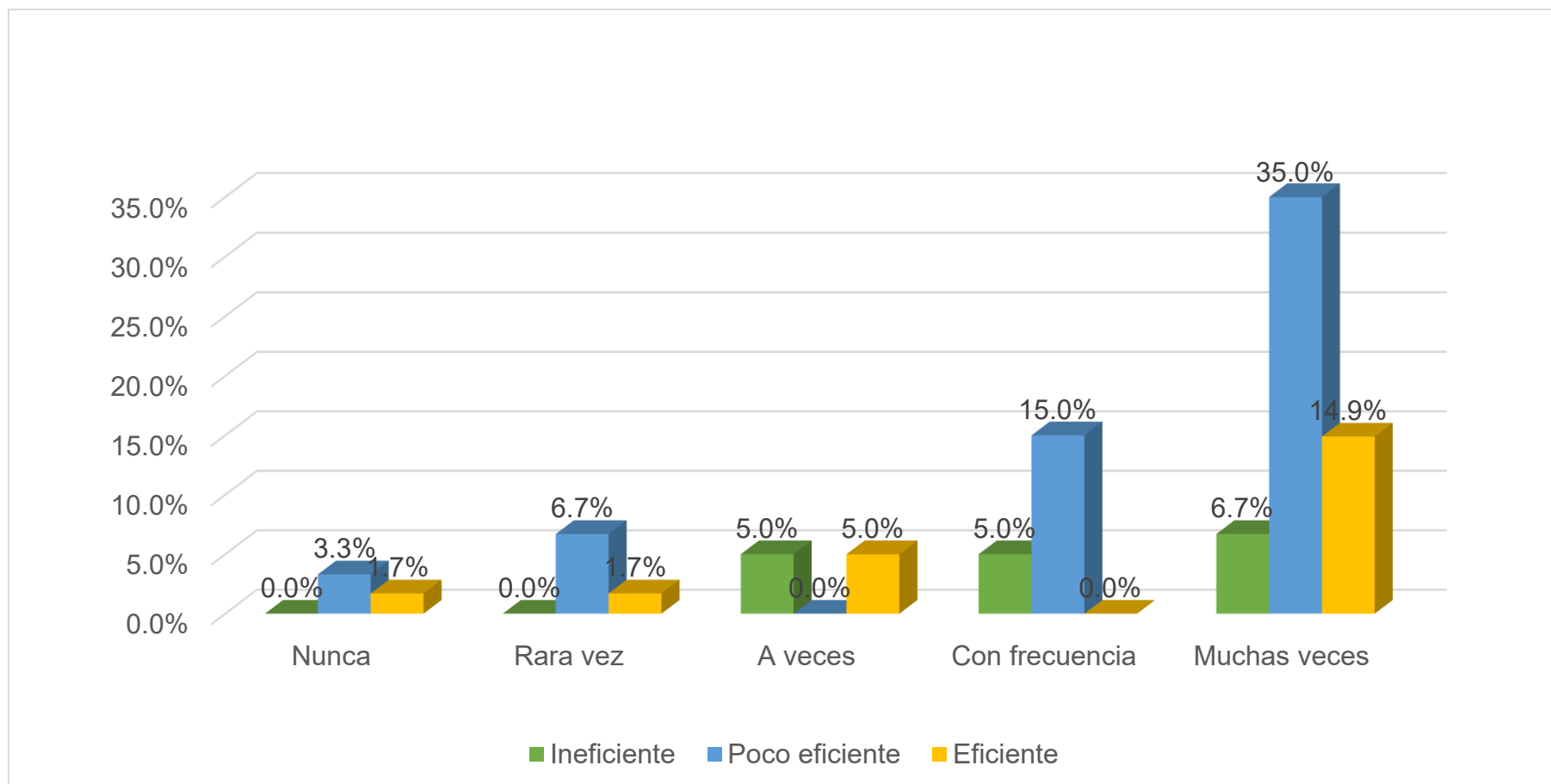
$$GL = 8$$

$$\chi^2 T = 15.507$$

$$P = 0.037$$

ES SIGNIFICATIVA

FIGURA 4. SIN CUMPLIMIENTO DEL LÍMITE DE USO RELACIONADO A LOS HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE LA ACADEMIA PREUNIVERSITARIA MIPREX DE JULIACA – 2023



Fuente. Tabla 4.

En la tabla y figura 4. Del 100% de casos de estudio de los cuales son 60 estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX, se observa el indicador cumplimiento del límite de uso, el 56.6% manifiesta que muchas veces no ha tenido cumplimiento en el límite de uso del celular, el 20% con frecuencia refiere que no tiene cumplimiento, el 10% refiere que a veces tiene cumplimiento, el 8.4% rara vez y finalmente el 5% indico que nunca ha tenido problemas con el cumplimiento en el límite de uso.

En el tipo de hábitos de estudio el 35% presento un hábito de estudio poco eficiente y muchas veces sin cumplimiento del límite de uso, el 14.9% presento muchas veces incumplimiento del límite de uso y el 6.7% tuvo hábitos de estudio ineficientes y muchas veces sin cumplimiento del límite de uso.

Después de realizar los test estadísticos, se alcanzó una tasa X^2C de 15.671, que es mayor que el dato crítico X^2T de 15.507, con 8 grados de liberación y un nivel P de 0.037 el cual es significativa.

De acuerdo con lo que encontró el inspector Huamani y Huamani (11). muestra los resultados hallados el 58% muestra una tasa moderada de mal uso y tiene problemas para manejar la intención de emplear el celular. Resultado que es semejante a la investigación siguiente ya que se muestra que el 56.6% tuvo mostro que muchas veces no tuvo cumplimiento del límite de uso del celular.

TABLA 5. DISCUSIÓN CON ALGÚN FAMILIAR POR EL GASTO ECONÓMICO EN CELULAR RELACIONADA A LOS HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE LA ACADEMIA PREUNIVERSITARIA MIPREX DE JULIACA – 2023

DISCUSIÓN CON ALGÚN FAMILIAR POR EL GASTO ECONÓMICO EN CELULAR	TIPO DE HÁBITOS DE ESTUDIO							
	Ineficiente		Poco eficiente		Eficiente		Total	
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Nunca	1	1.7	5	8.3	1	1.7	7	11.7
Rara vez	1	1.7	12	20.0	7	11.7	20	33.4
A veces	5	8.3	10	16.7	2	3.2	17	28.2
Con frecuencia	3	5.0	2	3.3	3	5.0	8	13.3
Muchas veces	0	0.0	7	11.7	1	1.7	8	13.4
TOTAL	10	16.7	36	60.0	14	23.3	60	100.0

Fuente: Cuestionario.

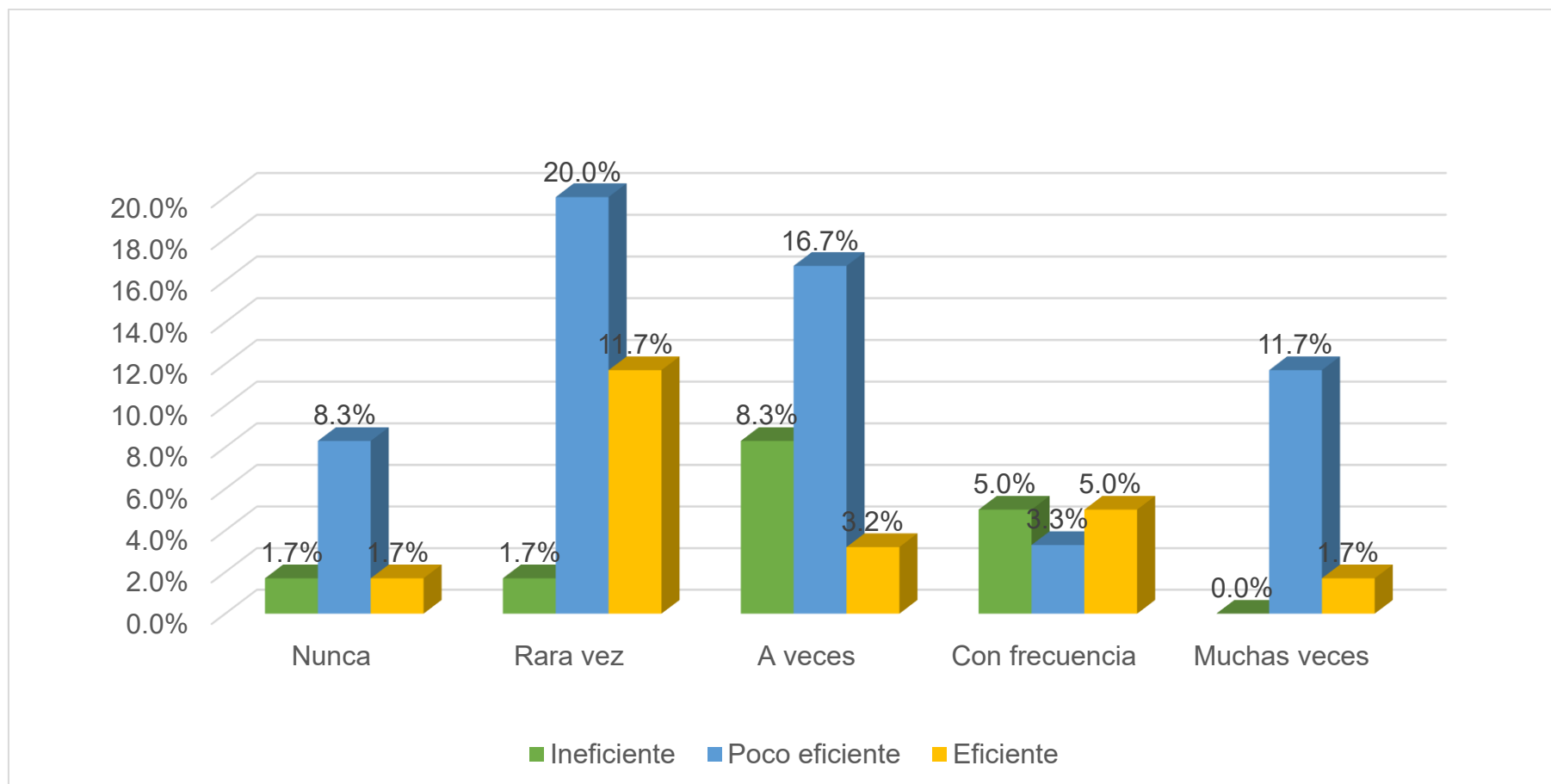
$$X^2 C = 13.006$$

$$X^2 T = 15.507$$

$$GL = 8$$

NS = 0.112 NO ES SIGNIFICATIVA

FIGURA 5. DISCUSIÓN CON ALGÚN FAMILIAR POR EL GASTO ECONÓMICO EN CELULAR RELACIONADA A LOS HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE LA ACADEMIA PREUNIVERSITARIA MIPREX DE JULIACA – 2023



Fuente: Tabla 5.

En la tabla y figura 5. Del total de incidentes de análisis que son 60 estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX, se observa el indicador discusión con cierto familiar por los costos en el móvil, el 33.4% manifiesta que rara vez, el 28.2% a veces, el 13.4% muchas veces, el 13.3% con frecuencia y el 11.7% refirió que nunca.

En el tipo de estilos de aprendizaje el 20% presento un hábito de estudio poco eficiente y rara vez presentan discusión con cierto familiar por el costo del móvil, el 11.7% presento rara vez presentan discusión con algún familiar por el gasto económico en el celular y el 8.3% tuvo hábitos de estudio ineficientes y rara vez presentan discusión con cierto familiar por el costo del móvil.

Después de realizar los test estadísticos, se encontró una tasa X^2C de 13.006, que es mayor que el nivel crítico X^2T de 15.507, con 8 grados de libertad. Además, el índice P fue de 0.112, lo que no es significativo.

Cárdenas (16) muestra en los resultados que halló en su investigación donde muestra que el grado de atención del celular digital aumenta ya que fue una de razones para que las relaciones intrafamiliares se ven seriamente afectadas. Resultado que difiere con los hallazgos del análisis actual ya que el 33.4% indicó que solo rara vez tuvo discusiones con alguna familia por el costo en el móvil.

TABLA 6. HA DORMIDO MENOS POR ESTAR UTILIZANDO EL CELULAR RELACIONADA A LOS HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE LA ACADEMIA PREUNIVERSITARIA MIPREX DE JULIACA – 2023

HA DORMIDO MENOS POR ESTAR UTILIZANDO EL CELULAR	TIPO DE HÁBITOS DE ESTUDIO							
	Ineficiente		Poco eficiente		Eficiente		Total	
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Nunca	1	1.7	3	5.0	1	1.7	5	8.4
Rara vez	5	8.3	2	3.3	2	3.3	9	14.9
A veces	0	0.0	11	18.4	1	1.7	12	20.1
Con frecuencia	1	1.7	2	3.3	4	6.6	7	11.6
Muchas veces	3	5.0	18	30.0	6	10.0	27	45.0
TOTAL	10	16.7	36	60.0	14	23.3	60	100.0

Fuente: Cuestionario.

$$X^2_{Cal} = 20.852$$

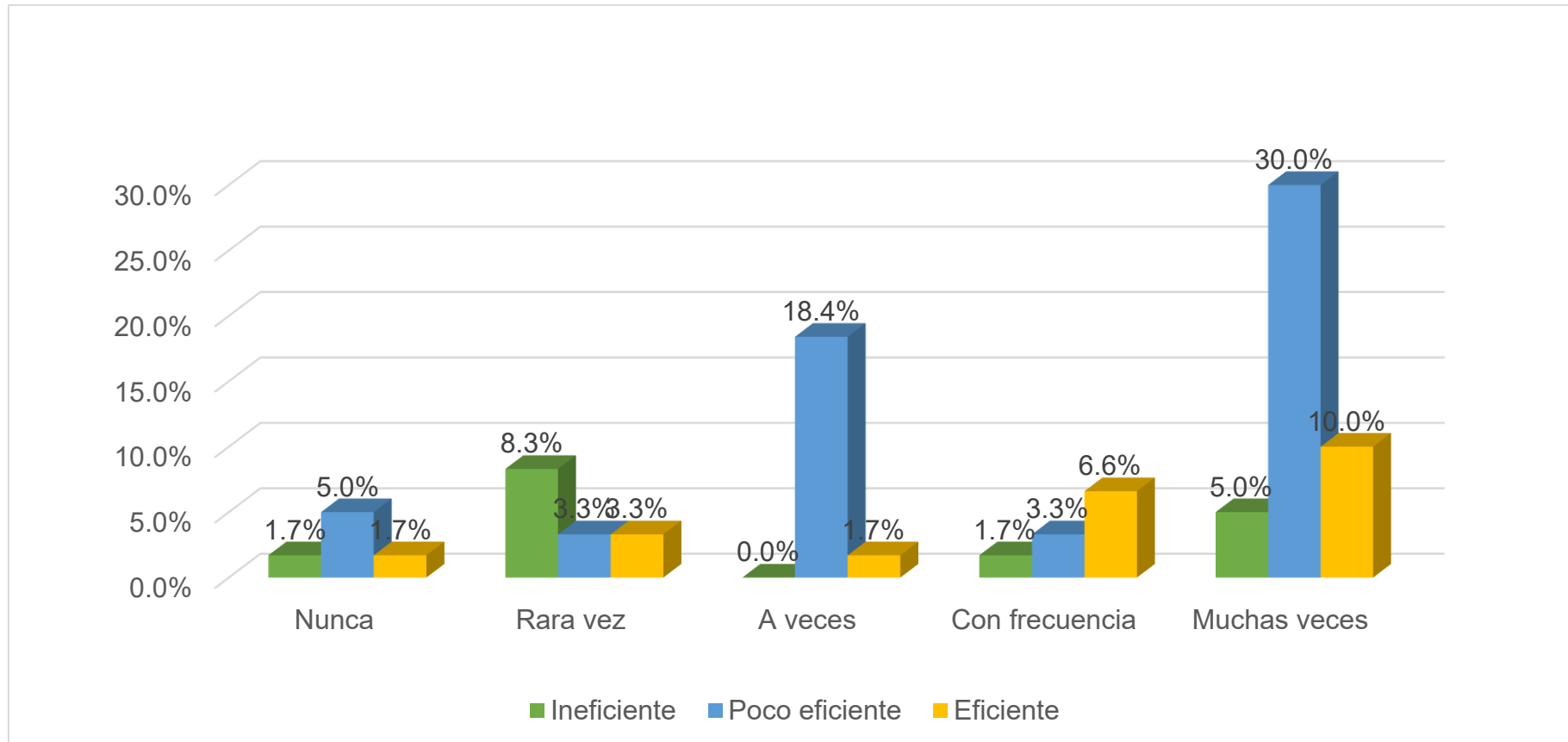
$$GL = 8$$

$$X^2_{Tab} = 15.507$$

$$P = 0.008$$

ES SIGNIFICATIVA

FIGURA 6. HA DORMIDO MENOS POR ESTAR UTILIZANDO EL CELULAR RELACIONADA A LOS HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE LA ACADEMIA PREUNIVERSITARIA MIPREX DE JULIACA – 2023



Fuente: Tabla 6.



En la tabla y figura 6. Del total de incidentes analizados, que son 60 estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX, se observa el indicador ha duermo menos porque el uso del móvil, el 45% indico que muchas veces, el 21.1% a veces, el 14.9% rara vez, el 11.6% con frecuencia y el 8.4% señalo que nunca.

En el tipo de hábitos de estudio el 30% presento un hábito de estudio poco eficiente y muchas veces duermen menos porque el uso del móvil, el 10% presento un hábito de estudio eficiente y muchas veces duermen menos porque el uso del móvil y el 8.3% tuvo hábitos de estudio ineficientes y rara vez duermen menos porque el uso del móvil.

Después de realizar los test estadísticos, se alcanzó un dato X^2C de 20.852, que es mayor que el nivel crítico X^2T de 15.507, con 8 grados de liberación y un P dato de 0.008 el cual es significativa.

Olivella, et al. (7) Muestra los resultados que han hallado ya que muestra que Las variables relacionados con el uso complicado del celular consistieron en la utilización excesiva del aparato antes de descansar y mirar pantallas en medio de la comida. Estos resultados muestran una concordancia con la investigación actual ya que el 45% mostro que muchas veces tiene un alto uso del celular antes de dormir lo que ha hecho que tenga menores horas de haber dormido por el uso del móvil.

TABLA 7. INCREMENTO DE LA FRECUENCIA DE USO DEL CELULAR RELACIONADA A LOS HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE LA ACADEMIA PREUNIVERSITARIA MIPREX DE JULIACA – 2023

INCREMENTO DE LA FRECUENCIA DE USO DEL CELULAR	TIPO DE HÁBITOS DE ESTUDIO							
	Ineficiente		Poco eficiente		Eficiente		Total	
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Totalmente en Desacuerdo	1	1.7	1	1.7	0	0.0	2	3.4
En desacuerdo	0	0.0	5	8.3	1	1.7	6	10.0
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	4	6.7	2	3.3	8	13.2	14	23.2
De acuerdo	3	5.0	18	30.0	1	1.7	22	36.7
Totalmente de acuerdo	2	3.3	10	16.7	4	6.7	16	26.7
TOTAL	10	16.7	36	60.0	14	23.3	60	100.0

Fuente: Cuestionario.

$$X^2_{Cal} = 21.814$$

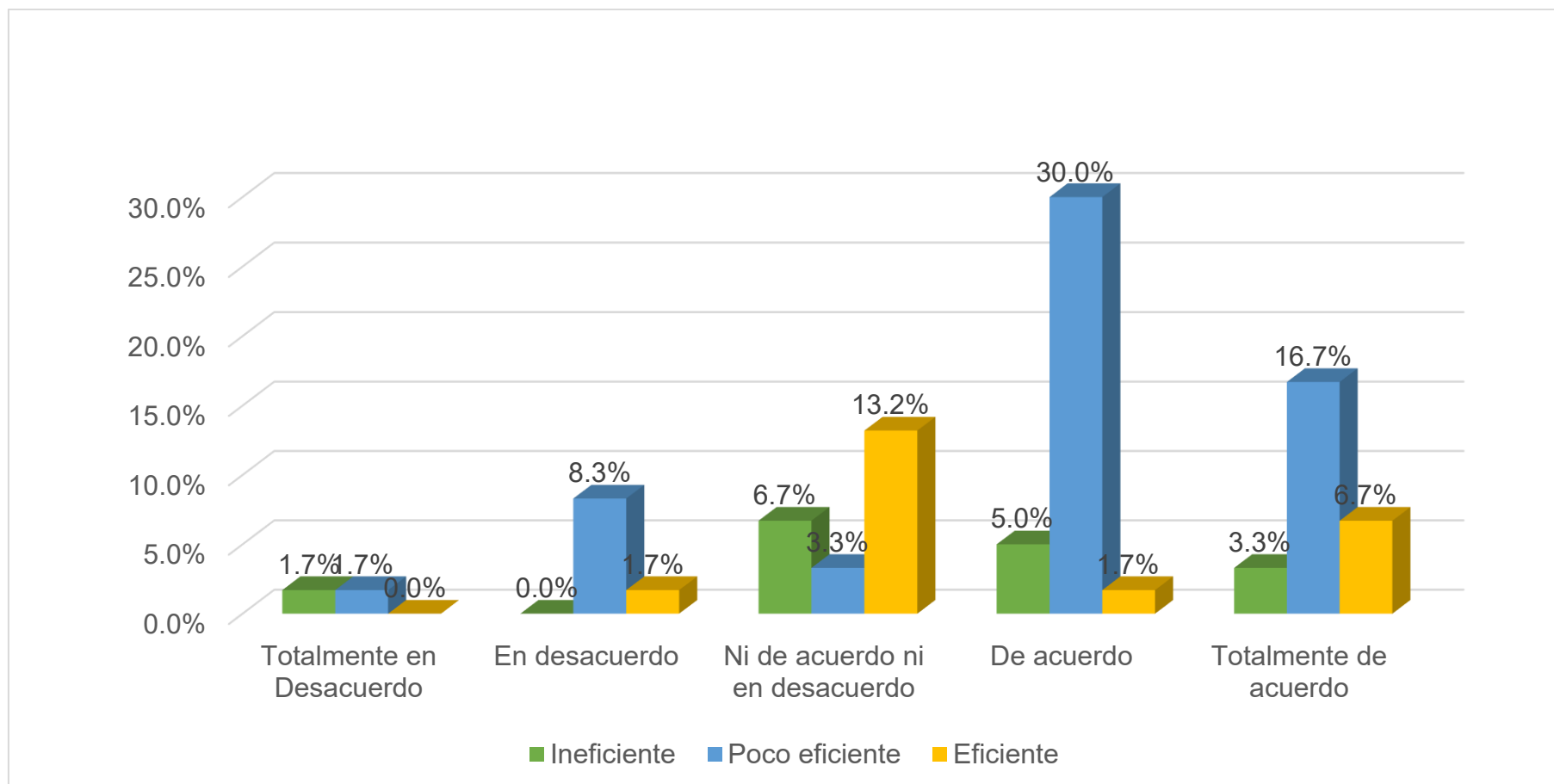
$$X^2_{Tab} = 15.507$$

$$GL = 8$$

$$P = 0.005$$

ES SIGNIFICATIVA

FIGURA 7. CADA VEZ NECESITA UTILIZAR EL CELULAR CON MÁS FRECUENCIA RELACIONADA A LOS HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE LA ACADEMIA PREUNIVERSITARIA MIPREX DE JULIACA – 2023



Fuente: Tabla 7.

En la tabla y figura 7. De todos los incidentes analizados, que son 60 estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX, se observa el indicador incremento de la frecuencia de uso del celular, el 36.7% estuvo de acuerdo que, si hubo incremento en el uso del celular, el 26.7% estuvo totalmente de acuerdo, el 23.2% no estuvo concordante ni en discordancia, el 10% se mostró en conflicto y el 3.4% se mostró completamente dispuesto.

En el tipo de hábitos de estudio el 30% presento un hábito de estudio poco eficiente y estuvo de acuerdo con el aumento en la utilización del teléfono, el 13.2% presento un hábito eficiente de estudio y estuvo ni de acuerdo ni en desacuerdo con el aumento en la utilización del teléfono, finalmente el 6.7% de igual forma mostro estar ni de acuerdo ni en desacuerdo con el incremento de la frecuencia de uso del celular.

Después de realizar análisis numéricas, se alcanzó una tasa X²C de 21.814, que es mayor que el dato crítico X²T de 15.507, con 8 grados de liberación y una tasa P de 0.005 el cual es significativa.

Aldana, et al. (5) Donde nos muestra los resultados que fueron hallados en la investigación donde refleja un patrón de dependencia conductual y comportamientos adictivos dentro del conjunto examinado. Los hallazgos ponen en evidencia una inclinación más pronunciada hacia la adicción en el grupo femenino en comparación con sus pares masculinos. Resultados que son semejantes a la investigación donde el 36.7% estuvo de acuerdo en que se incrementó el uso frecuente del celular lo que se ha demostrado en la investigación.

TABLA 8. SI NO TIENE EL CELULAR SE SIENTE MAL RELACIONADA A LOS HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE LA ACADEMIA PREUNIVERSITARIA MIPREX DE JULIACA – 2023

SI NO TIENE EL CELULAR SE SIENTE MAL	TIPO DE HÁBITOS DE ESTUDIO							
	Ineficiente		Poco eficiente		Eficiente		Total	
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Totalmente en Desacuerdo	1	1.7	7	11.7	2	3.3	10	16.7
En desacuerdo	4	6.7	8	13.3	5	8.3	17	28.3
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	3	5.0	14	23.3	4	6.7	21	35.0
De acuerdo	2	3.3	3	5.0	2	3.3	7	11.6
Totalmente de acuerdo	0	0.0	4	6.7	1	1.7	5	8.4
TOTAL	10	16.7	36	60.0	14	23.3	60	100.0

Fuente: Cuestionario.

$$X^2_{Cal} = 4.308$$

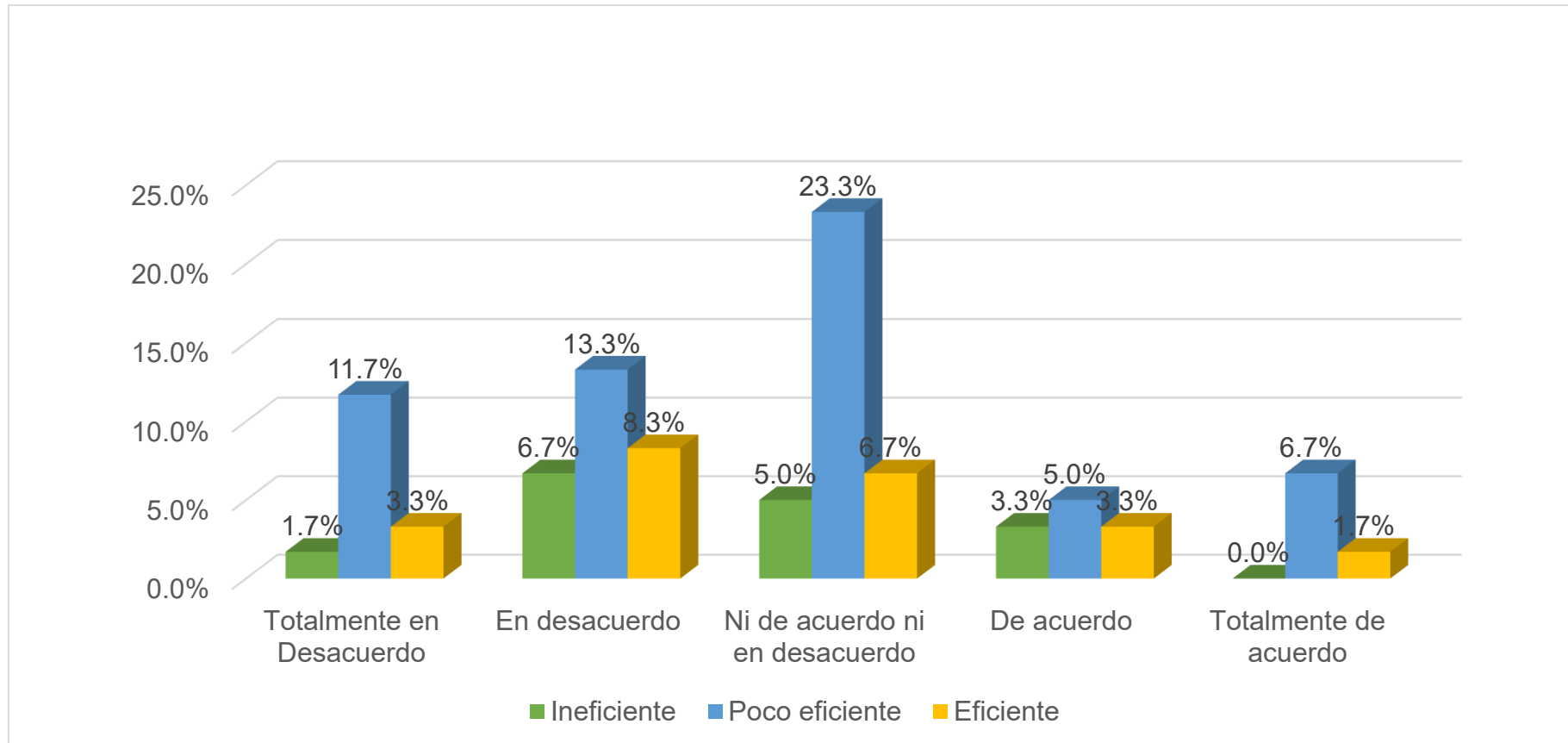
$$X^2_{Tab} = 15.507$$

$$GL = 8$$

$$P = 0.828$$

NO ES SIGNIFICATIVA

FIGURA 8. SI NO TIENE EL CELULAR SE SIENTE MAL RELACIONADA A LOS HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE LA ACADEMIA PREUNIVERSITARIA MIPREX DE JULIACA – 2023



Fuente: Tabla 8.

En la tabla y figura 8. Del total de incidentes analizados, que son 60 estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX, se observa el indicador si no tiene el celular se siente mal, El 35% no estuvo ni de acuerdo ni de acuerdo, el 28.3% se encontró de acuerdo, el 16.7% se encontró entero de acuerdo, el 11.6% se encontró de acuerdo y el 8.4% estuvo completamente de acuerdo.

En cuanto al tipo de hábitos de estudio, el 23.3 % de los estudiantes presentó hábitos poco eficientes y se mostró neutral ante la afirmación 'si no tengo el celular, me siento mal'. Por otro lado, el 8.3 % evidenció hábitos de estudio eficientes y estuvo en desacuerdo con dicha afirmación. Finalmente, el 6.7 % presentó hábitos de estudio ineficientes y también manifestó estar en desacuerdo con esa afirmación.

Después de realizar los test estadísticos, se alcanzó una tasa X^2C de 4.308, que es mayor que la tasa crítica de X^2T de 15.507, con 8 grados de liberación y un nivel P de 0.828, que no es significativo.

En los resultados mostrados por el investigador Esquivel, et al (8) Señala que el 52% de las chicas y el 44% de los chicos afirmaron que tienen dificultades a menudo o de vez en cuando con el uso de su celular siendo asociado la mala salud mental. Los hallazgos en la investigación presente el 35% marcaron la alternativa ni de acuerdo ni en desacuerdo en presentar malestar al no tener el celular en la mano para poder utilizarla lo cual no fue no significativa.

TABLA 9. CUANDO TIENE EL CELULAR A MANO, NO PUEDO DEJAR DE UTILIZARLO RELACIONADO A LOS HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE LA ACADEMIA PREUNIVERSITARIA MIPREX DE JULIACA – 2023

CUANDO TIENE EL CELULAR A MANO, NO PUEDO DEJAR DE UTILIZARLO	TIPO DE HÁBITOS DE ESTUDIO							
	Ineficiente		Poco eficiente		Eficiente		Total	
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Totalmente en Desacuerdo	1	1.7	1	1.7	1	1.7	3	5.1
En desacuerdo	0	0.0	2	3.3	2	3.3	4	6.6
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	3	5.0	0	0.0	4	6.7	7	11.7
De acuerdo	4	6.7	13	21.7	2	3.3	19	31.7
Totalmente de acuerdo	2	3.3	20	33.3	5	8.3	27	44.9
TOTAL	10	16.7	36	60.0	14	23.3	60	100.0

Fuente: Cuestionario.

$$X^2_{Cal} = 17.775$$

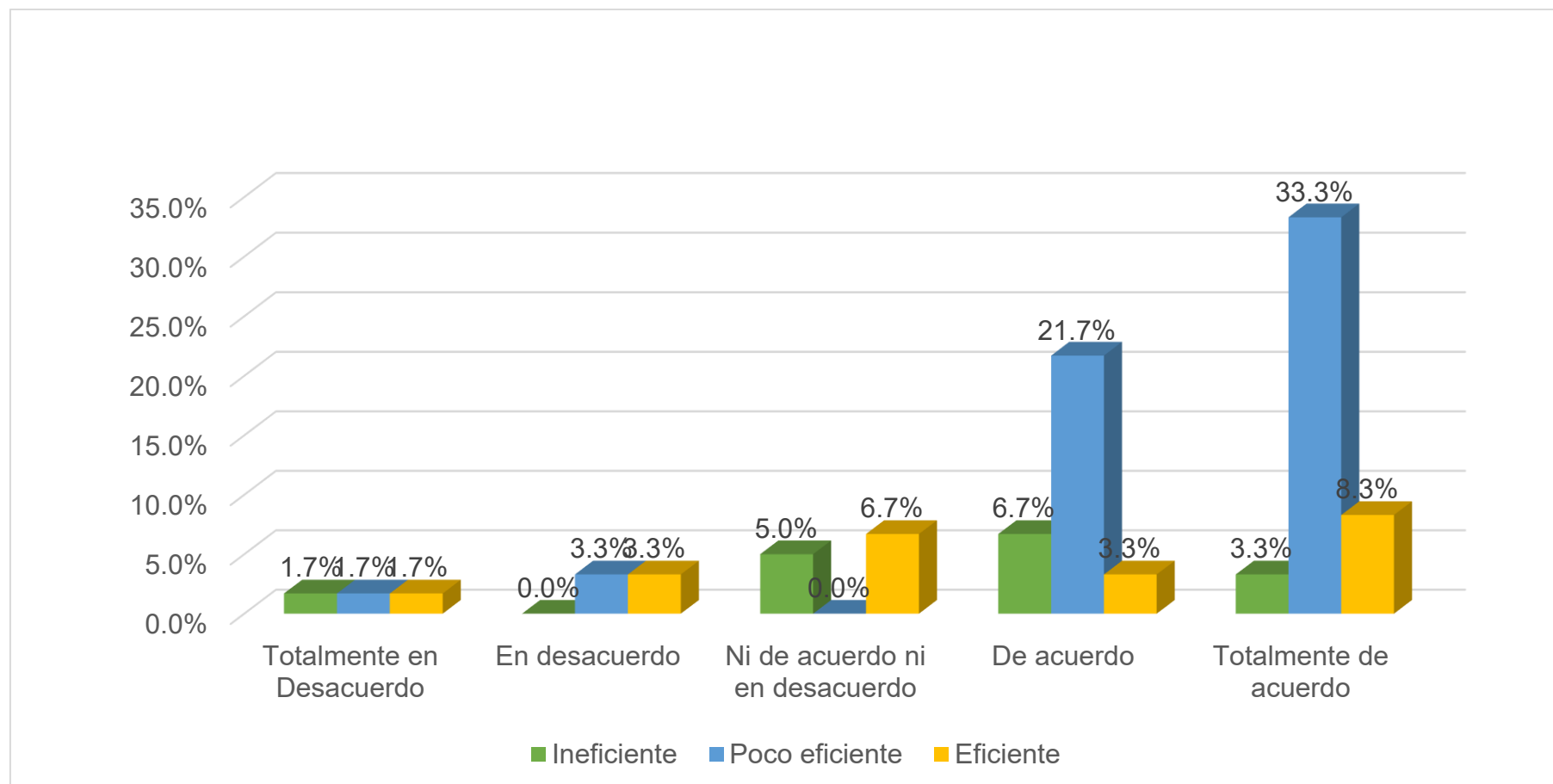
$$X^2_{Tab} = 15.507$$

$$GL = 8$$

$$P = 0.023$$

ES SIGNIFICATIVA

FIGURA 9. CUANDO TIENE EL CELULAR A MANO, NO PUEDO DEJAR DE UTILIZARLO RELACIONADO A LOS HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE LA ACADEMIA PREUNIVERSITARIA MIPREX DE JULIACA – 2023



Fuente: Tabla 9.

En la tabla y figura 9. Del 100% de las situaciones analizados, cuáles son 60 estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX, se observa el indicador cuando tiene el celular a la mano no puede dejar de usarlo, El 44.9% estuvo completamente de acuerdo, el 31.7% se mostró de acuerdo, el 11.7% estuvo neutral, el 6.6% estuvo en conflicto y el 5.1% estuvo plenamente en desacuerdo.

En cuanto al tipo de hábitos de estudio, el 33.3% de los estudiantes presentó estilos de análisis ineficaces y estuvo totalmente en de acuerdo con la afirmación de cuando tiene No puedo dejar de usar el celular que tengo a mano, el 8.3% presento hábitos de estudio eficiente y estuvo totalmente de acuerdo con la afirmación, finalmente el 6.7% mostro un hábito de estudio ineficiente y estuvo de acuerdo con la afirmación señalada.

Después de realizar los test estadísticos, se consiguió una tasa X^2C de 17.775, que es mayor que el nivel crítico X^2T de 15.507, con 8 grados de liberación y un índice P de 0.023, que no es significativo.

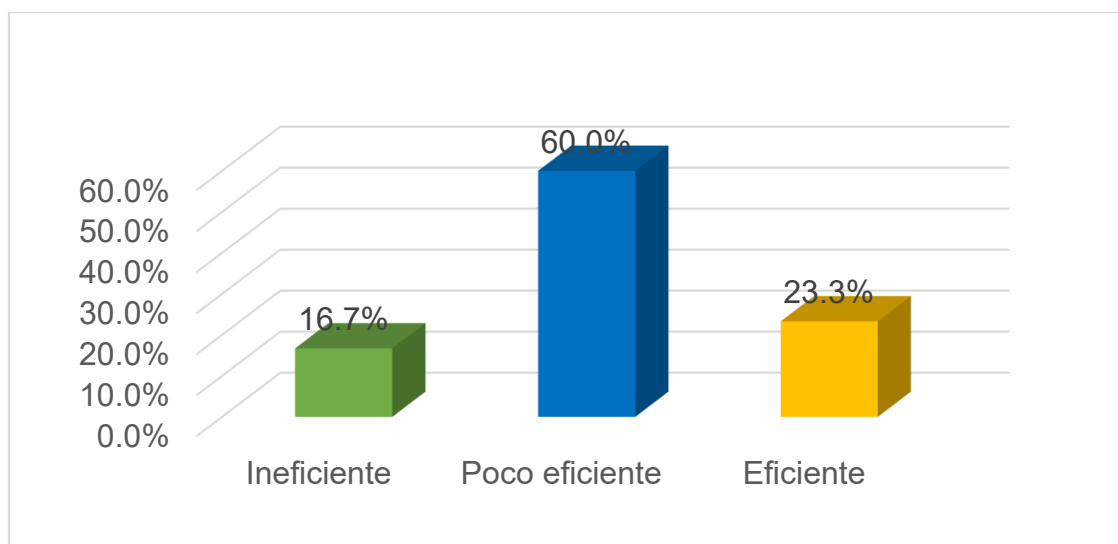
Según lo que encontraron los expertos García y Escalera (6) muestra Los hallazgos muestran que la tasa de consumo de los alumnos no es alta. Resultado que discrepa con los resultados del autor mencionado ya que el 44.9% marco como alternativa que esta totalmente de acuerdo a que cuando tiene el celular ala mano no puede dejar de utilizarlo.

TABLA 10. TIPO DE HÁBITOS DE ESTUDIO EN LOS ESTUDIANTES DE LA ACADEMIA PREUNIVERSITARIA MIPREX.

TIPO DE HÁBITOS DE ESTUDIO	TOTAL	
	fi	%
Ineficiente	10	16.7
Poco eficiente	36	60.0
Eficiente	14	23.3
TOTAL	60	100.0

Fuente: Cuestionario.

FIGURA 10. TIPO DE HÁBITOS DE ESTUDIO EN LOS ESTUDIANTES DE LA ACADEMIA PREUNIVERSITARIA MIPREX .



Fuente: Tabla 10.



En la tabla y figura 10 Nos presenta el quinto propósito concreto, que es Mostrar el tipo sobre las costumbres educativos en los alumnos de la academia preuniversitaria MIPREX

De los 60 estudiantes en los escenarios de análisis, se presenta el índice tipo de hábitos de estudio 60% presento un hábito de estudio poco eficiente, el 23.3% tuvo un hábito eficiente y el 16.7% mostro un hábito ineficiente, siendo en mayor porcentaje de los estudiantes con un hábito poco eficiente.

Según los resultados del investigador Soto (18) En cuanto a los modos educativos, el 83.1% de los alumnos tiene buenos costumbres educativos. Se encontró un resultado diferente en comparación a los hallazgos de la mostrado análisis con el autor mencionado ya que el 60% de los estudiantes mostro un tipo de hábito poco eficiente.

CONCLUSIONES

PRIMERA: Se determinó que hay una conexión importante dentro de la confianza del teléfono móvil como la falta de dependencia, uso indebido y problemas para manejar los impulsos en el uso y los hábitos de estudio en alumnos de la escuela preparatoria MIPREX de Juliaca - 2023. Considerando un poco la teoría presentada.

SEGUNDA: Se reconoció la adicción al celular en su dimensión abstinencia donde el 35% refirió que a veces tuvo reacciones emocionales negativa con ($P=0.006$) y el 38.3% recibió un llamado de atención o alerta por el uso excesivo del móvil con ($p=0.009$).

TERCERA: Se estableció la dependencia del teléfono móvil en su tamaño, maltrato y problemas para manejar los impulsos en el uso del celular donde el 45% señalo que con frecuencia dedica más tiempo del que se desea al usar el celular ($P=0.006$) y el 56.6% mostro muchas que no tuvo cumplimiento del límite del tiempo en el uso del celular ($P=0.037$).

CUARTA: Se detalló la dependencia del dispositivo móvil y las dificultades que causa la utilización excesiva del móvil donde el 45% refirió que muchas veces ha dormido menos por estar utilizando el celular con ($P=0.006$), sin embargo, quien no tuvo una relación directa fue el 33.4% indico que rara vez tuvo discusión con cierto familiar por el costo de usar el dispositivo ($P=0.112$).

QUINTA: Se comparo la dependencia del dispositivo en su aspecto tolerancia en el uso del celular se muestra que el 36.7% estuvo de acuerdo en



que tuvo un incremento en la frecuencia del uso del celular con ($P=0.005$) y el 44.9% estuvo totalmente de acuerdo en cuando tiene el celular a mano no puede dejar de utilizarlo con ($P=0.023$). mientras que el 35% estuvo ni de acuerdo ni en desacuerdo en el indicador si no tiene el celular se siente mal ya que esto no tuvo relevancia ya que se mostró un ($P=0.828$).

SEXTA: Se preciso que el tipo de costumbres de aprendizaje en los alumnos de la academia preuniversitaria MIPREX, donde se muestra que el 60% fue poco eficiente los hábitos de estudio que han adoptado los estudiantes por el uso del celular.



RECOMENDACIONES

PRIMERA. Al director de la academia preuniversitaria MIPREX coordinar con los psicólogos de la academia para establecer iniciativas de sensibilización y seminarios acerca del uso responsable del teléfono móvil, promoviendo el autocontrol y la gestión del tiempo entre los estudiantes, con el fin de mejorar sus hábitos de estudio y prevenir el abuso de dispositivos electrónicos.

SEGUNDA: A los docentes implementar medidas preventivas y de intervención, como hacer lugares para reflexionar y límites en el uso del celular, para reducir las reacciones emocionales negativas y mejorar el autocontrol entre los estudiantes.

TERCERA: A los psicólogos y docentes establecer límites de tiempo claros para el uso del celular y diálogos con los padres de familia, promoviendo el uso de aplicaciones de control de tiempo y fomentando hábitos de autocontrol desde etapas más tempranas. Además, se debe proporcionar apoyo educativo a los estudiantes sobre la importancia de gestionar adecuadamente su tiempo

CUARTA: A los psicólogos y docentes promover hábitos saludables de uso del celular, especialmente en relación con el sueño, a través de charlas y estrategias de concientización sobre los efectos del uso excesivo en la salud, considerando también la implicación activa de los padres de familia en la implementación de estas estrategias y en el seguimiento del bienestar de los estudiantes.

QUINTA: A los psicólogos y docentes monitorear y promover un uso saludable del celular, fomentar alternativas de entretenimiento y continuar



investigando el impacto emocional del uso excesivo de estos dispositivos.

SEXTA: Dado que el 60% de los estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX presentan hábitos de estudio poco eficientes por el uso excesivo del celular, se recomienda a los docentes aplicar estrategias para reducir estas distracciones, como establecer horarios específicos para su uso y fomentar técnicas de concentración. Del mismo modo, se sugiere a los padres de familia apoyar desde el hogar con normas claras sobre el uso del celular durante el estudio. Finalmente, se invita a los estudiantes a tomar conciencia del impacto de esta distracción y comprometerse con un uso más responsable del dispositivo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Gonzales M, Sánchez J, Naranjo J. Dependencia al dispositivo móvil e impulsividad en estudiantes universitarios de Riobamba-Ecuador. Revista Eugenio Espejo [Internet]. 2021 [citado 2 de abril de 2025];15(3):59-68. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/5728/572868251006/html/>
2. Martínez U, Sáez L. Covid-19: uso y abuso de internet y teléfono móvil en estudiantes universitarios. | Revista INFAD de Psicología. International Journal de Developmental and Educacional Psicología. [Internet]. [citado 2 de abril de 2025]. Disponible en: <https://revista.infad.eu/index.php/IJODAEP/article/view/2123>
3. Romero J. Repositorio Continental: Dependencia al celular en estudiantes universitarios [Internet]. [citado 2 de abril de 2025]. Disponible en: <https://repositorio.continental.edu.pe/handle/20.500.12394/9150>
4. Cuzco P, Relación entre el uso frecuente del celular y el rendimiento académico en estudiantes de educación básica superior de la unidad educativa chiquintad [Internet]. 2021 [citado 1 de abril de 2025];15(3):59-68. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/5728/572868251006/html/>
5. Aldana J, Valdivieso P, Isea J, Colina F, Aldana J. Dependencia y adicción al teléfono inteligente en estudiantes universitarios. Formación universitaria [Internet]. octubre de 2021 [citado 1 de abril de 2025];14(5):129-36. Disponible en: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0718-50062021000500129&lng=es&nrm=iso&tlng=es
6. García A, Escalera M. Adicción hacia el Teléfono Móvil en Estudiantes de Nivel Medio Superior. ¿Cómo es el Comportamiento por Género? Acta de



- investigación psicológica [Internet]. 2020 [citado 1 de abril de 2025];10(3):54-65. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S2007-48322020000300054&lng=es&nrm=iso&tlng=es
7. Olivella M, Garcia X, Bartoli M, Serral G, Pérez G. El uso problemático del teléfono móvil: análisis transversal del perfil individual y factores asociados. Revista Española de Salud Pública [Internet]. 2023 [citado 1 de abril de 2025];97. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1135-57272023000100146&lng=es&nrm=iso&tlng=es
 8. Esquivel I, Guerrero M, Berthely JC, Esquivel I. Adicción al teléfono inteligente, inteligencia fluida y memoria operativa en estudiantes mexicanos. Apertura (Guadalajara, Jal) [Internet]. 2024 [citado 1 de abril de 2025];16(1):6-21. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1665-61802024000100006&lng=es&nrm=iso&tlng=es
 9. Tenezaca Y, María O, Verónica V. Dependencia al celular y rendimiento académico en estudiantes de Laboratorio Clínico. Universidad Nacional de Chimborazo, 2021 [Internet] [bachelorThesis]. Universidad Nacional de Chimborazo; 2021 [citado 1 de abril de 2025]. Disponible en: <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/7870>
 10. García S. Adicción al celular en estudiantes de la Universidad Continental Huancayo 2019. Universidad Continental [Internet]. 2020 [citado 1 de abril de 2025]; Disponible en: <https://repositorio.continental.edu.pe/handle/20.500.12394/8754>
 11. Huamani J, Huamani Y. Evaluación de la dependencia del teléfono móvil en estudiantes de 3° grado de secundaria de una I.E. En Nazca [Internet] [tesis



Grado]. [Huancavelica]: universidad nacional de Huancavelica; 2021.

Disponible en: <https://apirepositorio.unh.edu.pe/server/api/core/bitstreams/66cf5e67-74fc-41e3-b39c-2df1df9c28d8/content>

12. Humpiry M. El uso del teléfono móvil y la procrastinación en estudiantes del nivel secundario de una institución pública en Arequipa, 2023 [Internet] [Trabajo Academico]. [Huancayo - Perú]: Universidad Continental; 2024. Disponible en: https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/14811/1/IV_FHU_501_TE_Humpiry_Calatayud_2024.pdf
13. Hilt J. Dependencia del celular, hábitos y actitudes hacia la lectura y su relación con el rendimiento académico en lima, en el 2020. Apuntes Universitarios [Internet]. 26 de julio de 2019 [citado 1 de abril de 2025];9(3):103-16. Disponible en: <https://apuntesuniversitarios.upeu.edu.pe/index.php/revapuntes/article/view/384>
14. Viza M. Dependencia del uso de teléfonos celulares y su relación con la discapacidad cervical en estudiantes del nivel superior no universitario de Juliaca, 2023. [Internet] [tesis Pregrado]. [juliaca - Perú]: Universidad Nacional Del Altiplano De Puno; 2023. Disponible en: <https://repositorio.unap.edu.pe/handle/20.500.14082/22607?show=full>
15. Lupaca E, Ccoyo E. Dependencia al smartphone y ansiedad en estudiantes de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano, Puno 2022. Universidad Nacional del Altiplano [Internet]. 4 de enero de 2023 [citado 1 de abril de 2025]; Disponible en: <https://repositorio.unap.edu.pe/handle/20.500.14082/19412>



16. Cárdenas L. Nivel de dependencia al teléfono inteligente y relaciones intrafamiliares en estudiantes. IES Santa Rosa. Puno. 2023. 2024.
17. Quispe G. Las redes sociales y su influencia en el comportamiento de los estudiantes del 5to grado de la Institución Educativa Secundaria JEC. "Pedro Vilcapaza Alarcón" Azángaro - 2019. Universidad Nacional del Altiplano [Internet]. 10 de mayo de 2022 [citado 1 de abril de 2025]; Disponible en: <https://repositorio.unap.edu.pe/handle/20.500.14082/18362>
18. Soto W. Hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano, Puno - 2019. Universidad Nacional del Altiplano [Internet]. 13 de enero de 2020 [citado 1 de abril de 2025]; Disponible en: <https://repositorio.unap.edu.pe/handle/20.500.14082/13373>
19. Blanco R, Ramos A. Dependencia a los dispositivos móviles: revisión sistemática en Latinoamérica y Cuba durante la última década [Internet]. [citado 2 de abril de 2025]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742023000100043
20. Álvarez T. Adicción al móvil: qué es, síntomas y tratamiento [Internet]. [citado 2 de abril de 2025]. Disponible en: <https://www.topdoctors.es/diccionario-medico/adiccion-al-movil/>
21. Uriarte I, Aguirre L. Cuando dejé de usar el "smartphone" sufrí el síndrome de abstinencia» - BBC News Mundo [Internet]. [citado 2 de abril de 2025]. Disponible en: <https://www.bbc.com/mundo/noticias-37035119>



22. Gobierno del Perú Uso excesivo de smartphones en adolescentes puede desencadenar insomnio, estrés y ansiedad - Noticias - Ministerio de Salud - Plataforma del Estado Peruano [Internet]. [citado 2 de abril de 2025]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/33157-uso-excesivo-de%20smartphones-en-adolescentes-puede-desencadenar-insomnio>
23. Rubio W, Picazo T. Enfermedades causadas por el uso excesivo del celular - Universidad Piloto De Colombia [Internet]. [citado 2 de abril de 2025]. Disponible en: <https://www.unipiloto.edu.co/enfermedades-causadas-por-el-uso-excesivo-del-celular/>
24. Lozano C, Molina K. Efectos del uso excesivo del celular en los niños | Clínica Ricardo Palma [Internet]. [citado 2 de abril de 2025]. Disponible en: <https://www.crp.com.pe/noticia/efectos-del-uso-excesivo-del-celular-en-los-ninos/>
25. Ortega Y. Control de Impulsos: qué es, síntomas y tratamiento [Internet]. [citado 2 de abril de 2025]. Disponible en: <https://www.topdoctors.mx/diccionario-medico/control-de-impulsos/>
26. Vidal R, Amorós Y. La falta de Control de Impulsos y de Autocontrol y su tratamiento [Internet]. [citado 2 de abril de 2025]. Disponible en: <https://www.elpradopsicologos.es/autocontrol/>
27. Miralles T. Trastorno explosivo intermitente - Síntomas y causas - Mayo Clinic [Internet]. [citado 2 de abril de 2025]. Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/intermittent-explosive-disorder/symptoms-causes/syc-20373921>



28. Gobierno del Perú. El uso excesivo de los dispositivos electrónicos por niños es de alto riesgo para su salud mental - Noticias - Ministerio de Salud - Plataforma del Estado Peruano [Internet]. [citado 2 de abril de 2025]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/30804-el-uso-excesivo-de-los-dispositivos-electronicos-por-ninos-es-de-alto-riesgo-para-su-salud-mental>
29. Giménez V, Rico B. El uso excesivo del celular puede causar problemas de salud | Piédica [Internet]. [citado 2 de abril de 2025]. Disponible en: <https://www.piedica.com/blog/articulos-de-interes-4/el-uso-excesivo-del-celular-puede-causar-problemas-de-salud-25>
30. Ortega E, Alarcón R. El abuso del móvil, riesgos para nuestra salud física y mental. Disponible en: <https://www.hcmarbella.com/es/abusar-del-movil-puede-conllevar-riesgos-para-nuestra-salud-fisica-y-mental/>
31. Nebrija K. El uso del móvil está generando una nefasta tolerancia a la frustración en los jóvenes” - Actualidad Nebrija Actualidad Nebrija [Internet]. [citado 2 de abril de 2025]. Disponible en: <https://www.nebrija.com/medios/actualidadnebrija/2018/10/26/el-uso-de-las-nuevas-tecnologias>
32. Muños J. Hiperconectados: Los Desafíos Psicológicos De La Era Digital [Internet]. [citado 2 de abril de 2025]. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/380818144_HIPERCONECTADOS_Los_desafios_psicologicos_de_la_era_digital
33. Torres L, Romero T, Verdu J. Situaciones en las que es de mala educación usar el celular - BBC News Mundo [Internet]. 2020 [citado 2 de abril de 2025]. Disponible en: <https://www.bbc.com/mundo/noticias-45083656>



34. Moreno C, Pallara M. Buenos Hábitos de Estudio: Qué Son y Ejemplos | Ventana EBC [Internet]. [citado 2 de abril de 2025]. Disponible en: <https://www.ebc.mx/ventana/buenos-habitos-de-estudio-que-son-ejemplos/>
35. Soler G, Pastor G. ¿Qué son los hábitos de estudio? [Internet]. [citado 2 de abril de 2025]. Disponible en: <https://descubre.upc.edu.pe/descubre-tu-carrera/que-son-los-habitos-de-estudio/>
36. Ortiz D, Valero H. 10 hábitos de estudio de estudiantes exitosos | British Council [Internet]. [citado 2 de abril de 2025]. Disponible en: <https://www.britishcouncil.org.mx/blog/habitos-de-estudio>
37. Castillo R. Hábitos de estudio y rendimiento académico. Caso estudiantes de la licenciatura en Administración de la Unidad Académica Profesional Tejupilco, 2016 [Internet]. [citado 2 de abril de 2025]. Disponible en: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-74672017000200661
38. Gamero C. Hábitos de estudio y rendimiento académico universitario. El poder predictivo de los exámenes on-line. Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria [Internet]. enero de 2024 [citado 2 de abril de 2025];18(1).
39. Ruiz R, Alfaro J. Hábitos de estudio es sacar buenas - lenguaje y comunicacion (comunicacion y lengu) - Studocu [Internet]. [citado 2 de abril de 2025]. Disponible en: <https://www.studocu.com/pe/messages/question/3041423/el-objetivo-de-los-habitos-de-estudio-es-sacar-buenas-calificaciones-desarrollar-el-potencial>



40. Hernández R, Fernández C, Baptista P. Metodología de la investigación [Internet]. McGraw Hill España; 2014 [citado 1 de abril de 2025]. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=775008>
41. Flores Y. Método hipotético-deductivo - Wikipedia, la enciclopedia libre [Internet]. [citado 2 de abril de 2025]. Disponible en: https://es.wikipedia.org/wiki/M%C3%A9todo_hipot%C3%A9tico-deductivo
42. Berenguer D. Análisis psicométrico del test de dependencia de videojuegos (TDV) en población peruana* [Internet]. [citado 1 de abril de 2025]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/647/64753569026/html/>
43. Chóliz M. Psicología de la emoción: [Internet]. 2021 Universidad de Valencia [citado 2025 May 5]. Disponible en: <https://www.uv.es/choliz/Proceso%20emocional.pdf>



ANEXOS

ANEXO 1: MATRIZ DE SISTEMATIZACIÓN DE DATOS.

Archivo	Editar	Ver	Datos	Transformar	Analizar	Marketing directo	Gráficos	Utilidades	Ventana	Ayuda	
	It1	It2	It3	It4	It5	It6	It7	It8	It9	It10	Tipo_de_habito
1	rara vez	nunca	nunca	A veces	Muchas veces	nunca	A veces	totalmente de ...	De acuerdo	totalmente de ...	poco eficiente
2	A veces	A veces	rara vez	A veces	Con frecuencia	A veces	nunca	totalmente de ...	Ni de acuerdo...	Ni de acuerdo...	ineficiente
3	rara vez	rara vez	nunca	A veces	Muchas veces	nunca	Muchas veces	totalmente de ...	Ni de acuerdo...	totalmente de ...	poco eficiente
4	rara vez	nunca	nunca	A veces	Con frecuencia	A veces	A veces	totalmente de ...	Ni de acuerdo...	totalmente de ...	poco eficiente
5	A veces	A veces	nunca	Con frecuencia	Muchas veces	nunca	Muchas veces	Ni de acuerdo...	total en descu...	totalmente de ...	eficiente
6	A veces	A veces	nunca	Con frecuencia	Muchas veces	rara vez	rara vez	Ni de acuerdo...	Ni de acuerdo...	totalmente de ...	eficiente
7	nunca	rara vez	A veces	rara vez	Muchas veces	rara vez	Muchas veces	De acuerdo	Ni de acuerdo...	De acuerdo	poco eficiente
8	A veces	A veces	nunca	Con frecuencia	Muchas veces	Con frecuencia	rara vez	Ni de acuerdo...	Ni de acuerdo...	Ni de acuerdo...	eficiente
9	rara vez	rara vez	rara vez	Con frecuencia	Muchas veces	Muchas veces	A veces	totalmente de ...	totalmente de ...	totalmente de ...	poco eficiente
10	A veces	nunca	nunca	rara vez	rara vez	rara vez	A veces	En desacuerdo	Ni de acuerdo...	De acuerdo	poco eficiente
11	A veces	rara vez	rara vez	A veces	Muchas veces	rara vez	A veces	totalmente de ...	total en descu...	De acuerdo	poco eficiente
12	Con frecuencia	A veces	rara vez	Con frecuencia	Muchas veces	Con frecuencia	A veces	De acuerdo	Ni de acuerdo...	totalmente de ...	poco eficiente
13	nunca	rara vez	nunca	nunca	Muchas veces	A veces	A veces	En desacuerdo	Ni de acuerdo...	De acuerdo	poco eficiente
14	A veces	A veces	rara vez	Con frecuencia	Muchas veces	Con frecuencia	rara vez	Ni de acuerdo...	De acuerdo	De acuerdo	ineficiente
15	nunca	rara vez	nunca	nunca	nunca	rara vez	nunca	Ni de acuerdo...	En desacuerdo	totalmente de ...	eficiente
16	nunca	rara vez	nunca	rara vez	Muchas veces	rara vez	rara vez	De acuerdo	Ni de acuerdo...	De acuerdo	poco eficiente
17	A veces	A veces	nunca	Con frecuencia	A veces	rara vez	Con frecuencia	Ni de acuerdo...	En desacuerdo	totalmente de ...	eficiente
18	rara vez	A veces	nunca	rara vez	Con frecuencia	rara vez	Muchas veces	De acuerdo	Ni de acuerdo...	totalmente de ...	poco eficiente
19	rara vez	Muchas veces	nunca	Con frecuencia	Muchas veces	Con frecuencia	nunca	De acuerdo	Ni de acuerdo...	totalmente de ...	poco eficiente
20	A veces	nunca	nunca	nunca	Muchas veces	rara vez	Muchas veces	De acuerdo	En desacuerdo	totalmente de ...	poco eficiente
21	rara vez	Muchas veces	A veces	Con frecuencia	Muchas veces	Muchas veces	A veces	totalmente de ...	totalmente de ...	De acuerdo	poco eficiente
22	A veces	A veces	rara vez	Con frecuencia	A veces	Con frecuencia	Con frecuencia	Ni de acuerdo...	En desacuerdo	De acuerdo	ineficiente
23	A veces	Muchas veces	nunca	rara vez	Con frecuencia	A veces	A veces	De acuerdo	total en descu...	En desacuerdo	poco eficiente



Archivo	Editar	Ver	Datos	Transformar	Analizar	Marketing directo	Gráficos	Utilidades	Ventana	Ayuda	
	lt1	lt2	lt3	lt4	lt5	lt6	lt7	lt8	lt9	lt10	Tipo_de_habito
24	nunca	rara vez	nunca	rara vez	rara vez	A veces	A veces	totalmente de ...	total en descu...	total en descu...	poco eficiente
25	A veces	A veces	nunca	rara vez	nunca	Muchas veces	rara vez	De acuerdo	De acuerdo	totalmente de ...	poco eficiente
26	rara vez	rara vez	A veces	rara vez	Con frecuencia	rara vez	A veces	En desacuerdo	Ni de acuerdo...	totalmente de ...	poco eficiente
27	nunca	nunca	rara vez	A veces	Muchas veces	A veces	nunca	De acuerdo	En desacuerdo	totalmente de ...	poco eficiente
28	rara vez	A veces	nunca	nunca	Con frecuencia	nunca	Muchas veces	totalmente de ...	total en descu...	totalmente de ...	poco eficiente
29	rara vez	A veces	rara vez	Con frecuencia	Con frecuencia	A veces	rara vez	Ni de acuerdo...	En desacuerdo	totalmente de ...	ineficiente
30	A veces	rara vez	nunca	rara vez	Con frecuencia	rara vez	Muchas veces	De acuerdo	En desacuerdo	totalmente de ...	poco eficiente
31	A veces	Con frecuencia	nunca	nunca	Muchas veces	nunca	Muchas veces	totalmente de ...	Ni de acuerdo...	De acuerdo	ineficiente
32	nunca	rara vez	A veces	A veces	nunca	nunca	Muchas veces	total en descu...	total en descu...	De acuerdo	poco eficiente
33	nunca	A veces	nunca	Con frecuencia	Muchas veces	Con frecuencia	Con frecuencia	totalmente de ...	De acuerdo	De acuerdo	eficiente
34	Con frecuencia	Con frecuencia	nunca	A veces	A veces	Con frecuencia	Muchas veces	De acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	ineficiente
35	rara vez	rara vez	A veces	A veces	Muchas veces	A veces	nunca	totalmente de ...	total en descu...	De acuerdo	poco eficiente
36	A veces	Muchas veces	nunca	Con frecuencia	rara vez	rara vez	Muchas veces	Ni de acuerdo...	En desacuerdo	En desacuerdo	eficiente
37	A veces	A veces	nunca	Muchas veces	Muchas veces	A veces	rara vez	De acuerdo	total en descu...	total en descu...	ineficiente
38	Con frecuencia	Con frecuencia	nunca	A veces	Con frecuencia	A veces	rara vez	De acuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo...	ineficiente
39	rara vez	nunca	nunca	Con frecuencia	Muchas veces	A veces	Muchas veces	Ni de acuerdo...	Ni de acuerdo...	En desacuerdo	eficiente
40	nunca	A veces	rara vez	Con frecuencia	A veces	Con frecuencia	Con frecuencia	De acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	eficiente
41	A veces	A veces	nunca	Con frecuencia	Muchas veces	rara vez	A veces	Ni de acuerdo...	total en descu...	Ni de acuerdo...	eficiente
42	A veces	A veces	nunca	Con frecuencia	A veces	A veces	Muchas veces	totalmente de ...	Ni de acuerdo...	Ni de acuerdo...	eficiente
43	Con frecuencia	A veces	rara vez	Con frecuencia	Con frecuencia	Muchas veces	Muchas veces	De acuerdo	De acuerdo	totalmente de ...	poco eficiente
44	rara vez	nunca	nunca	A veces	Muchas veces	rara vez	Muchas veces	De acuerdo	En desacuerdo	totalmente de ...	poco eficiente
45	rara vez	A veces	rara vez	nunca	Con frecuencia	nunca	Muchas veces	En desacuerdo	En desacuerdo	totalmente de ...	poco eficiente
46	rara vez	nunca	nunca	Con frecuencia	Muchas veces	A veces	Muchas veces	De acuerdo	Ni de acuerdo...	De acuerdo	poco eficiente



Archivo	Editar	Ver	Datos	Transformar	Analizar	Marketing directo	Gráficos	Utilidades	Ventana	Ayuda	
	It1	It2	It3	It4	It5	It6	It7	It8	It9	It10	Tipo de habito
47	rara vez	nunca	nunca	Con frecuencia	Muchas veces	rara vez	Muchas veces	En desacuerdo	En desacuerdo	total en descu...	eficiente
48	rara vez	A veces	rara vez	Con frecuencia	rara vez	rara vez	Muchas veces	En desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	poco eficiente
49	A veces	rara vez	rara vez	Con frecuencia	A veces	A veces	rara vez	Ni de acuerdo...	Ni de acuerdo...	Ni de acuerdo...	ineficiente
50	Muchas veces	rara vez	rara vez	Con frecuencia	Muchas veces	A veces	Muchas veces	De acuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	poco eficiente
51	nunca	A veces	A veces	A veces	Muchas veces	rara vez	Con frecuencia	De acuerdo	Ni de acuerdo...	totalmente de ...	poco eficiente
52	rara vez	Muchas veces	Muchas veces	Muchas veces	Muchas veces	Muchas veces	Muchas veces	totalmente de ...	totalmente de ...	totalmente de ...	poco eficiente
53	rara vez	nunca	A veces	Muchas veces	Con frecuencia	Muchas veces	Muchas veces	Ni de acuerdo...	totalmente de ...	De acuerdo	poco eficiente
54	rara vez	A veces	nunca	Con frecuencia	rara vez	A veces	Muchas veces	De acuerdo	total en descu...	De acuerdo	poco eficiente
55	nunca	Muchas veces	nunca	A veces	Muchas veces	A veces	Muchas veces	De acuerdo	Ni de acuerdo...	totalmente de ...	poco eficiente
56	A veces	A veces	nunca	Con frecuencia	Muchas veces	Muchas veces	Con frecuencia	totalmente de ...	totalmente de ...	totalmente de ...	eficiente
57	Muchas veces	Muchas veces	rara vez	nunca	Muchas veces	rara vez	Muchas veces	total en descu...	En desacuerdo	totalmente de ...	ineficiente
58	rara vez	rara vez	nunca	nunca	Muchas veces	rara vez	Muchas veces	Ni de acuerdo...	En desacuerdo	En desacuerdo	poco eficiente
59	A veces	rara vez	Con frecuencia	Con frecuencia	Muchas veces	rara vez	Muchas veces	totalmente de ...	En desacuerdo	Ni de acuerdo...	eficiente
60	Muchas veces	Con frecuencia	nunca	Con frecuencia	Muchas veces	Muchas veces	Con frecuencia	De acuerdo	Ni de acuerdo...	totalmente de ...	poco eficiente

ANEXO 2. MATRIZ DE CONSISTENCIA.

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	METODOLOGÍA
PG: ¿Cuál es la relación entre la dependencia del teléfono móvil y los hábitos de estudio en estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX de Juliaca - 2023?	OG. Determinar la relación entre la dependencia del teléfono móvil y los hábitos de estudio en estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX de Juliaca - 2023	HG. Existe una relación significativa entre la dependencia al teléfono móvil y hábitos de estudio en estudiantes de academia preuniversitaria MIPREX de Juliaca - 2023.	Variable 1. Dependencia del teléfono móvil	1.1 . Abstinencia	-Reacciones emocionales negativas - Llamado la atención o advertencia por utilizar mucho el celular -Límite de uso no cumplido	DISEÑO: No experimental. TIPO: Básica relacional y de corte transversal. MÉTODO: Hipotético deductivo con enfoque cuantitativo POBLACIÓN: N° 60 estudiantes MUESTRA N° se tomó una muestra censal TÉCNICA: Encuesta INSTRUMENTO cuestionario
PE 1.- ¿Cuál es la relación entre la dependencia del teléfono móvil en su dimensión de abstinencia y hábitos de estudio en los estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX?	OE1.- Identificar la relación entre la dependencia del teléfono móvil en su dimensión de abstinencia y hábitos de estudio en los estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX	HE 1. Existe relación significativa entre la dependencia al teléfono móvil en su dimensión abstinencia y hábitos de estudio en estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX.		1.2 Abuso y dificultad para controlar los impulsos	- Dedicar más tiempo del que se desea a usar el celular -Discusión con algún familiar por el gasto económico en celular	
PE 2.- ¿Cuál es la relación entre la dependencia al teléfono móvil en su dimensión abuso y dificultad en controlar los impulsos y hábitos de estudio en los estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX?	OE2.- Establecer la relación entre la dependencia al teléfono móvil en su dimensión abuso y dificultad en controlar los impulsos y hábitos de estudio en los estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX	HE 2. Existe relación significativa entre dependencia al teléfono móvil en su dimensión abuso y dificultad en controlar los impulsos y hábitos de estudio en estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX.		1.3 Problemas causados por el uso excesivo	- Discusión con algún familiar por el gasto económico que hago del celular - Ha dormido menos por estar utilizando el celular	
				1.4. Tolerancia	- Cada vez necesita utilizar el celular con más frecuencia - Si no tiene el celular se siente mal - Cuando tiene el celular a mano, no puedo dejar de utilizarlo	
PE 3.- ¿Cuál es la relación entre la dependencia al teléfono móvil en su dimensión problemas causados por el uso excesivo y hábitos de estudio	OE 3.- Detallar la relación entre la dependencia al teléfono móvil en su dimensión problemas causados por el uso	HE 3.- Existe relación significativa entre dependencia al teléfono móvil en su dimensión problemas ocasionados por	Variable 2. Rutinas de aprendizaje	2.1. Tipo hábitos de estudio	a) Ineficiente b) Poco eficiente c) Eficiente	



en los estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX?	excesivo y hábitos de estudio en los estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX	el uso excesivo y hábitos de estudio en estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX .				
PE4.- ¿Cuál es la relación entre la dependencia al teléfono móvil en su dimensión tolerancia y hábitos de estudio en los estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX?	OE 4.- Comparar la relación entre la dependencia al teléfono móvil en su dimensión tolerancia y hábitos de estudio en los estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX.	HE 4.- Existe relación significativa entre dependencia al teléfono móvil en su dimensión tolerancia y hábitos de estudio en estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX.				
¿Cuál es el tipo de hábitos de estudio en los estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX?	OE 5. Precisar el tipo de hábitos de estudio en los estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX	HE 5. El tipo de hábitos de estudio en los estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX es de poco eficiente.				



ANEXO 3. ASENTIMIENTO INFORMADO

Yo, _____ de _____ años de edad, estudiante de la Academia Preuniversitaria MIPREX de Juliaca, he sido informado(a) por los investigadores del estudio titulado **"Dependencia al Teléfono Móvil y Hábitos de Estudio en Estudiantes de la Academia Preuniversitaria MIPREX de Juliaca - 2023"**. Entiendo que se me pedirá completar un cuestionario que tomará aproximadamente 20 minutos.

He comprendido que:

- El cuestionario es anónimo, y mis respuestas no se compartirán de manera que se pueda identificarme.
- Puedo negarme a participar en cualquier parte del cuestionario o retirarme del estudio en cualquier momento, sin que ello afecte de ninguna manera mi relación con el estudio o la Academia.
- Se tomarán fotos (como evidencia fotográfica) durante la realización del cuestionario, pero estas no revelarán mi identidad.

Doy mi asentimiento voluntario para participar en el estudio, entendiendo lo que implica mi participación.

Firma del participante: _____

Fecha: ____ / ____ / 2024



ANEXO 4. CONSENTIMIENTO INFORMADO

"DEPENDENCIA AL TELÉFONO MÓVIL Y HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE LA ACADEMIA PREUNIVERSITARIA MIPREX DE JULIACA - 2023"

Mediante la presente, se le extiende una cordial invitación para formar parte del proceso investigativo cuyo propósito es analizar la vinculación existente entre la dependencia hacia el dispositivo móvil y los patrones de estudio en los estudiantes pertenecientes a la academia preuniversitaria Miprex, ubicada en la ciudad de Juliaca, durante el año 2023. Su participación consistirá en responder una batería de preguntas contenida en un cuestionario, el cual será completado de forma absolutamente anónima.

En caso de que usted consienta participar en esta indagación académica, deberá cumplimentar el instrumento señalado, el cual será administrado en formato físico y cuya resolución se estima dentro de un margen temporal de 20 minutos aproximadamente.

La recolección y gestión de los datos será realizada a través de la asignación de códigos alfanuméricos individualizados, lo cual asegura la preservación del anonimato e integridad de cada colaborador. De esta manera, se garantiza que ningún dato personal será expuesto ni asociado públicamente con los sujetos que conforman la muestra seleccionada.

Autorización informada:

Yo, actuando con plena claridad cognitiva y entendimiento, declaro haber revisado y comprendido la información brindada por las responsables de este estudio, aceptando de forma libre y voluntaria mi inclusión en el mismo. Asimismo, autorizo el registro fotográfico como constancia visual durante la aplicación del instrumento diseñado para la obtención de datos. Nombre del participante

.....

DNI FIRMA.....

Juliaca..... / / 2024

ANEXO 5. INSTRUMENTO

INSTRUMENTO DE TEST DEPENDENCIA AL TELÉFONO MÓVIL

Nombres y Apellidos:

Sexo: Fecha de Nacimiento:

Edad: Grado o Año de estudios:

INSTRUCCIONES:

Se solicita que señales con qué regularidad experimentas las situaciones descritas a continuación, considerando como referencia la escala de frecuencias que se detalla por debajo de este texto:

NOTA: Se le suplica que evite dejar sin marcar casilleros y no colocar algún tipo de texto, agradecemos anticipadamente su gentil colaboración al participar.

0= Nunca	1 = Rara vez	2 = A veces	3 = Con frecuencia	4 = Muchas veces				
1	Me han llamado la atención o me han advertido por usar mucho mi teléfono/teléfono inteligente.			0	1	2	3	4
2	He intentado autorregular el tiempo de uso, pero no he logrado adherirme al límite establecido			0	1	2	3	4
3	He tenido conflictos con mis padres o familiares debido a los costos asociados al uso de mi teléfono móvil/smartphone.			0	1	2	3	4
4	Dedico más tiempo del que desearía a interactuar mediante llamadas, mensajes de texto, aplicaciones de mensajería o chats en mi teléfono móvil			0	1	2	3	4
5	En un día, he realizado más de cinco comunicaciones escritas mediante aplicaciones de mensajería o chats desde mi teléfono inteligente.			0	1	2	3	4
6	He retrasado mi hora de dormir o reducido mis horas de sueño debido al uso prolongado de mi teléfono móvil			0	1	2	3	4
7	He excedido el presupuesto que tenía destinado debido a los gastos asociados al uso de mi teléfono, como llamadas, mensajería o servicios similares			0	1	2	3	4
8	Ante momentos de aburrimiento, recorro al uso de mi dispositivo móvil como forma de ocupación o distracción			0	1	2	3	4

9	He empleado mi dispositivo móvil para comunicarme o interactuar digitalmente en contextos socialmente inapropiados, como durante las comidas, en actividades académicas o mientras otros se dirigen a mí.	0	1	2	3	4
10	Personas de mi entorno me han llamado la atención por el tiempo excesivo que invierto o los gastos que genero al utilizar mi dispositivo móvil.	0	1	2	3	4

0 = Completamente dentro de acuerdo	1 = Un poco en desacuerdo	2 = Neutro	3 = Algo de acuerdo	4 = totalmente de acuerdo
--	---------------------------	------------	---------------------	---------------------------

11	Después de un período sin utilizar mi teléfono, experimento una fuerte necesidad de establecer contacto a través de llamadas, mensajería o aplicaciones de comunicación	0	1	2	3	4
12	Desde que dispongo de un dispositivo móvil, la frecuencia con la que realizo llamadas ha incrementado	0	1	2	3	4
13	Ante una avería prolongada de mi teléfono móvil y una demora en su reparación, experimentaría malestar o incomodidad emocional	0	1	2	3	4
14	Percibo un aumento progresivo en la frecuencia con la que recurro al uso de mi teléfono móvil	0	1	2	3	4
15	La ausencia de un dispositivo móvil genera en mí sensaciones de malestar o incomodidad emocional	0	1	2	3	4
16	Al tener el dispositivo móvil en mis manos, me resulta difícil controlar el impulso de utilizarlo continuamente	0	1	2	3	4
17	Desde que dispongo de un dispositivo móvil, ha incrementado la cantidad de mensajes, ya sea por aplicaciones como WhatsApp o chats, que envío regularmente	0	1	2	3	4
18	Mi primera acción suele ser revisar si he recibido alguna llamada, mensaje de texto o notificación en aplicaciones de mensajería en mi teléfono móvil.	0	1	2	3	4
19	Actualmente, los gastos relacionados con el uso de mi teléfono móvil son mayores que los que tenía al momento de adquirirlo.	0	1	2	3	4
20	Considero que sería muy difícil para mí permanecer una semana completa sin acceder a un teléfono móvil	0	1	2	3	4
21	En momentos de soledad, tiendo a buscar contacto mediante llamadas, mensajes de texto o aplicaciones de mensajería	0	1	2	3	4



22	En este instante, siento el impulso de tomar mi teléfono para comunicarme mediante un mensaje, llamada o a través de una aplicación de mensajería.	0	1	2	3	4
----	--	---	---	---	---	---

Instrumento adaptado de Chóliz M., Villanueva V (42).

INSTRUMENTO DE HÁBITOS DE ESTUDIOS

Instrucciones

- ✓ Marque con claridad la opción elegida con un aspa (x) o un check.
- ✓ Recuerde: no se deben marcar dos (02) opciones o más.
- ✓ Sus respuestas serán anónimas y absolutamente confidenciales.
- ✓ Si no se entiende alguna pregunta, hágalo saber al encuestador, él le explicará el sentido de la pregunta.

LUGAR DE ESTUDIO – CONDICIONES AMBIENTALES	Ineficiente	Poco Eficiente	Eficiente
1.- Tienes un lugar fijo para estudiar?			
2.- ¿El lugar que tienes para estudiar está aislado de ruidos?			
3.- ¿Te preocupas de que no haya personas o cosas en tu lugar de estudio que te impidan concentrarte?			
4.- ¿El lugar donde estudias tiene buena iluminación?			
5.- ¿Tiene tu habitación limpieza, orden y buena ventilación?			
6.- ¿Cuándo empiezas a estudiar, tienes a mano todo el material necesario? (diccionario, libros, etc)			
7.- ¿Estudias en una silla con respaldo que te permita sentarte apoyando bien tu espalda, sin posturas defectuosas?			
8.- ¿Tu silla es proporcionada en altura a la mesa de trabajo?			
PLANIFICACIÓN DEL ESTUDIO			
9.- ¿Tienes un horario fijo para estudiar, jugar y descansar?			
10.- ¿Has realizado una planificación anotando el tiempo que debes dedicar a tu estudio diariamente?			
11.- Tu planificación ¿incluye el tiempo estimado que emplearás en el estudio de todas las asignaturas?			
12.- ¿Incluyes períodos de descanso en tu plan de estudio?			
13.- ¿Estudias al menos cinco días por semana?			
14.- Antes de comenzar a estudiar, ¿determinas tu plan de trabajo y el tiempo que vas a demorar en realizarlo?			
15.- ¿Parcializas tu estudio para no tener que preparar las pruebas el último día?			



UTILIZACIÓN DE MATERIALES E INFORMACIÓN			
16.- ¿Sabes rellenar fichas bibliográficas?			
17.- ¿Manejas los ficheros tradicionales con facilidad?			
18.- ¿Tienes un fichero personal ampliable?			
19.- ¿Acostumbras a sacar fichas de contenido, frases o referencias?			
20.- ¿Conoces las bibliotecas generales y su manejo?			
21.- ¿Tienes localizada alguna fuente de investigación de tu línea de estudio?			
22.- ¿Sabes dónde consultar revistas?			
23.- ¿Tienes conocimiento de las principales librerías y editoriales?			
24.- ¿Conoces los sistemas bibliográficos informatizados?			

Instrumento adaptado de Quispe Y, (43)

MUCHAS GRACIAS POR SU PARTICIPACIÓN

ANEXO 6: AUTORIZACIÓN DONDE SE REALIZARÁ LA INVESTIGACIÓN



ACADEMIA PREUNIVERSITARIA
MIPREX
Preparación de alto nivel
R.P. N° 11253846 - RUC. 2060865461

CONSTANCIA

EL QUE SUSCRIBE:
DIRECTOR DE LA ACADEMIA PREUNIVERSITARIA "MIPREX S.A.C."

HACE CONSTAR QUE

La señorita **Veronika Minaya Quispe**, identificado con DNI: 70886352 y con el código de estudiante N° 0072686352 del programa académico de psicología de la Universidad Autónoma de Ica, ha desarrollado la recolección de información para su investigación de tesis titulada "Dependencia al teléfono móvil y hábitos de estudio en estudiantes de la academia preuniversitaria MIPREX de Juliaca - 2023"; instrumento aplicado a los estudiantes de nuestra academia preuniversitaria, demostrando responsabilidad y espíritu de superación.

Se expide el presente documento para trámites y fines consiguientes.

 
juliaca, 10 de marzo del 2023
Eber Luis Coylla Panca
Director MIPREX

Ubicanos en: Jr. 2 DE MAYO 458 "Plaza de Armas - Juliaca"  950 800 334
973 458 324

ANEXO 7. EVIDENCIA

Foto. Se evidencia el correcto llenado del cuestionario de dependencia al teléfono móvil y hábitos de estudio en estudiantes de la academia preuniversitaria Miprex de Juliaca.







ANEXO 1
FORMULARIO DE AUTORIZACIÓN

AUTORIZACIÓN PARA LA INCORPORACIÓN DE LOS
TRABAJOS DE INVESTIGACIÓN
EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL UANCV

Formato digital ☒

Fecha de entrega: 23-04-2026

1. Datos del autor (es):

Nombres y Apellidos: VERONIKA MINAYA QUISPE

Dirección: Jr. Apurimac N° 400

DNI/Carné de Extranjería/Pasaporte N°: 70686352

Teléfono: 980443168

email: vemi026@gmail.com

Nombres y Apellidos: _____

Dirección: _____

DNI/Carné de Extranjería/Pasaporte N°: _____

Teléfono: _____

email: _____

Facultad y/o Escuela de Posgrado: CIENCIAS DE LA SALUD

Escuela Profesional o Mención: PSICOLOGÍA

Título o Grado Académico a optar: PSICÓLOGO

Asesor: Dra. GABRIELA BETTY ARIAS LUQUE

Esta obra se encuentra dentro de las siguientes denominaciones:

Trabajo de Investigación ☐

Tesis ☒

Trabajo de Suficiencia Profesional ☐

Trabajo Académico ☐

Título: DEPENDENCIA AL TELÉFONO MÓVIL Y HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE LA
ACADEMIA PREUNIVERSITARIA MIPREX DE JULIACA – 2023

Palabras claves, (3 a 5 términos): Dependencia, hábitos de estudio, y teléfono móvil.

¿Esta obra se desarrolló en la UANCV ^{1,2}?

2

¹ Indicar si su producción intelectual ha empleado recursos tales como, instalaciones, laboratorios, insumos, equipos, bases de datos, asesoría técnica por parte del personal de la UANCV, financiamiento, entré otros relacionados.

² Si su producción intelectual se desarrolló en la UANCV totalmente o parcialmente, deberá autorizar el depósito en el Repositorio de manera obligatoria.



2. Referencia de tesis:

☐ Bachiller ☒ Título ☐ 2da Especialidad ☐ Maestría ☐ Doctorado

3. Licencias:

a) Licencia estándar:

Bajo los siguientes términos, autorizo el depósito de mi tesis en el Repositorio Digital de la UANCV.

Con la autorización de depósito de mi producción Intelectual, otorgo a la Universidad Andina "Néstor Cáceres Velásquez" una licencia no exclusiva para reproducir, distribuir, comunicar al público, transformar (únicamente mediante su traducción a otros idiomas) y poner a disposición del público mi producción intelectual (incluido el resumen), en formato físico o digital, en cualquier medio, conocido o por conocerse, a través de los diversos servicios por la Universidad, creados o por crearse, tales como el Repositorio Digital de tesis UANCV, colección de producción intelectual, entre otros, en el Perú y en el extranjero por el tiempo y veces que considere necesarias, y libres de remuneraciones.

En virtud de dicha licencia, la Universidad Andina "Néstor Cáceres Velásquez" podrá reproducir mi producción intelectual en cualquier tipo de soporte y en más de un ejemplar, sin modificar su contenido, solo con propósitos de seguridad, respaldo y preservación.

Declaro que la producción intelectual es una creación de mi autoría y exclusiva titularidad, coautoría con titularidad compartida, y me encuentro facultado a conceder la presente licencia y, asimismo, garantizo que dicha producción intelectual no infringe derechos de autor de terceras personas.

La Universidad Andina "Néstor Cáceres Velásquez" consignará el nombre del y/o los autor(es) de la producción intelectual, y no le hará ninguna modificación más que la permitida en la licencia.

Autorizo su publicación (marque con una X)

- ☒ Sí, autorizo que se deposite inmediatamente.
- ☐ Sí, autorizo que se deposite a partir de la fecha (d/m/a): _____
- ☐ No autorizo.

b) Licencia CREATIVE COMMONS 4.0 INTERNACIONAL:

Si usted concede una licencia CREATIVE COMMONS sobre su producción intelectual, mantiene la titularidad de los derechos de autor de esta y, a la vez, permite que otras personas puedan reproducirla, comunicarla al público y distribuir ejemplares de esta, bajo las condiciones siguientes:

¿Quiere permitir usos comerciales de su producción intelectual?

Sí: significa que usted permite la reproducción, distribución y comunicación pública de la producción intelectual incluso con fines comerciales.

No: significa que usted permite la reproducción, y comunicación pública de la producción intelectual, pero sin fines comerciales.

- ☐ Sí autorizo
- ☒ No autorizo



Jurisdicción de su Licencia

Todas las licencias CREATIVE COMMONS son de ámbito mundial, sin embargo, usted puede elegir entre la opción "internacional" o una adaptada a su jurisdicción, como para el caso peruano.

La opción "internacional" emplea el lenguaje y la terminología de los tratados internacionales; en cambio, la adaptada a su jurisdicción, recoge las particularidades de la legislación peruana.

En consecuencia, **la opción "internacional" goza de una mayor eficacia a nivel mundial, gracias a que tiene jurisdicción neutral.** Mientras que la opción adaptada a la jurisdicción del Perú goza de una mayor eficacia ante los tribunales peruanos.

☐ Internacional

☒ Nacional

Línea de investigación: SALUD PÚBLICA - P13

Firma de Autor



huella digital

23 de Abril del 2026.

Fecha