



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



**INTELIGENCIA EMOCIONAL Y DEPENDENCIA AL
DISPOSITIVO MÓVIL EN ADOLESCENTES DE LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA N° 45
EMILIO ROMERO PADILLA, PUNO 2025**

TESIS PRESENTADA POR:

Bach. ALBERTO TEJADA SALAZAR

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
PSICÓLOGO

JULIACA – PERÚ

2026



UNIVERSIDAD ANDINA

NÉSTOR CÁCERES VELÁSQUEZ

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

**INTELIGENCIA EMOCIONAL Y DEPENDENCIA AL DISPOSITIVO
MÓVIL EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA
SECUNDARIA N°45 EMILIO ROMERO
PADILLA, PUNO 2025**

TESIS PRESENTADA POR:

Bach. ALBERTO TEJADA SALAZAR

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

PSICÓLOGO

APROBADA POR EL JURADO REVISOR:

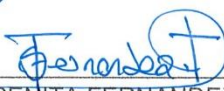
PRESIDENTE DEL JURADO

: 
Dra. GABRIELA BETTY ARIAS LUQUE

MIEMBRO DEL JURADO

: 
Dra. SANDRA ALEJANDRA FERNANDEZ MACEDO

MIEMBRO DEL JURADO

: 
Dra. SONIA BENITA FERNANDEZ TAPIA

ASESOR DE TESIS

: 
Dra. MARIA CONCEPCION FIGUEROA VILCA

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN: SALUD PÚBLICA P 13



TESIS UANCV



UNIVERSIDAD ANDINA

“NÉSTOR CÁCERES VELÁSQUEZ”



VICERRECTORADO DE
INVESTIGACIÓN
“OFICINA DE INVESTIGACIÓN”

RESOLUCIÓN DECANAL N° 269-2026-D-FCS-UANCV

Juliaca, 02 de Junio del 2026

VISTOS:

El Expediente N° 4186-2026 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 **INTELIGENCIA EMOCIONAL Y DEPENDENCIA AL DISPOSITIVO MÓVIL EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA N° 45 EMILIO ROMERO PADILLA, PUNO 2025** por los jurados de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Escuela Profesional de Psicología

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 (la) bachiller: **TEJADA SALAZAR ALBERTO** designado por sorteo a los siguientes docentes:

- * Presidente : Dra. GABRIELA BETTY ARIAS LUQUE
- * 1er. Miembro : Dra. SANDRA ALEJANDRA FERNANDEZ MACEDO
- * 2do. Miembro : Dra. SONIA BENITA FERNANDEZ TAPIA

- * Asesor (a) : Dra. MARIA CONCEPCION FIGUEROA VILCA

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

DIA : JUEVES 04 DE JUNIO DEL 2026
HORA : 13:00 Horas
LOCAL : Auditorio 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 En 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 2026(1)





TESIS UANCV



UNIVERSIDAD ANDINA
"NÉSTOR CÁCERES VELÁSQUEZ"



VICERECTORADO DE
INVESTIGACIÓN
"OFICINA DE INVESTIGACIÓN"

RESOLUCIÓN DECANAL N° 177 - 2026-D-FCS-UANCV

Juliaca, 16 de Abril del 2026

VISTOS:

El Expediente N° 2570-2026 de fecha 15 de Abril del 2026, presentado por el Bachiller: **TEJADA SALAZAR ALBERTO** quien solicita la revisión de Informe Final de investigación (Borrador de Tesis) Titulado: **INTELIGENCIA EMOCIONAL Y DEPENDENCIA AL DISPOSITIVO MÓVIL EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA N° 45 EMILIO ROMERO PADILLA, PUNO 2025** por los jurados de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Escuela Profesional de Psicología

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** : **Dra. GABRIELA BETTY ARIAS LUQUE**
- * **1er. Miembro** : **Dra. SANDRA ALEJANDRA FERNANDEZ MACEDO**
- * **2do. Miembro** : **Dra. SONIA BENITA FERNANDEZ TAPIA**

- * **Asesor (a)** : **Dra. MARIA CONCEPCION FIGUEROA VILCA**

Estando en la opinión favorable de los miembros del jurado, en concordancia con el Reglamento interno de trabajo de Investigación conducente a Grados y Títulos Resolución N° 094-2023-UANCV-CU-R, de conformidad a lo que establece la Ley Universitaria N°30220 Ley de Creación de la UANCV N° 23738 y modificatoria N° 24661 y el estatuto de la UANCV, que confiere facultades a la Unidad de investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud;

SE RESUELVE:

ARTICULO PRIMERO.- APROBAR, el **INFORME FINAL** de **INVESTIGACIÓN (BORRADOR DE TESIS)** para la **REVISION** de **SIMILITUD TURNITIN**, presentado por el (la) bachiller: **TEJADA SALAZAR ALBERTO** para optar el título profesional de: **PSICÓLOGO** con el tema Titulado: **INTELIGENCIA EMOCIONAL Y DEPENDENCIA AL DISPOSITIVO MÓVIL EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA N° 45 EMILIO ROMERO PADILLA, PUNO 2025** correspondiente a la línea de investigación **EVALUACIÓN Y DIAGNOSTICO EN PSICOLOGÍA P13**

- * **ARTICULO SEGUNDO.- RATIFICAR** como **ASESOR (A) DE INVESTIGACIÓN** a la: **Dra. MARIA CONCEPCION FIGUEROA VILCA**

* **ARTICULO TERCERO.- DISPONER** que la Unidad de Investigación, de la Facultad de Ciencias de la Salud y Secretaria Académica quedan encargadas del cumplimiento de la presente resolución

Regístrese, Comuníquese, y Archívese.



Distribución: interesado Archivo.

**RESOLUCIÓN N° 032 - 2025-UI-FCS-UANCV-J**

Juliaca, 01 de setiembre del 2025

Visto: el Expediente N° 2025 -6030 de fecha 22 de julio del 2025, el cual solicita Revisión y aprobación de la Propuesta de Investigación que fue revisada por el Comité de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de **PSICOLOGÍA**

CONSIDERANDO:

Que, el (la) Bach., **TEJADA SALAZAR ALBERTO**, quien solicita la revisión y aprobación de la propuesta de Investigación titulado: **INTELIGENCIA EMOCIONAL Y DEPENDENCIA AL DISPOSITIVO MÓVIL EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA 45 EMILIO ROMERO PADILLA, PUNO 2025** la misma que pertenece a la línea de investigación: **EVALUACIÓN Y DIAGNOSTICO EN PSICOLOGÍA- P13**, conducente para optar el Título profesional de **PSICÓLOGO**, y

Que, al haberse cumplido con los requisitos exigidos por el Reglamento Interno de Trabajo de Investigación Conducente a Grados y Títulos plasmado en la Resolución N° 0294-2023-UANCV-CU-R.

Que, el Comité de Investigación emitió su opinión favorable a la propuesta de investigación, así como la asesora **DRA. MARIA CONCEPCION FIGUEROA VILCA**

Estando, la opinión favorable del comité de Investigación, en concordancia con el Reglamento Interno de Trabajo de Investigación Conducente a Grados y Títulos Resolución N° 0294-2023-UANCV-CU-R, de conformidad a lo que establece la Ley Universitaria N° 30220, Ley de Creación de la UANCV N° 23738 y Modificatoria N° 24661 y el Estatuto de la UANCV, que confiere Facultades a la unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud

SE RESUELVE:

ARTÍCULO PRIMERO: APROBAR Y AUTORIZAR LA EJECUCIÓN DE LA PROPUESTA DE INVESTIGACIÓN titulado: **INTELIGENCIA EMOCIONAL Y DEPENDENCIA AL DISPOSITIVO MÓVIL EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA 45 EMILIO ROMERO PADILLA, PUNO 2025**, presentado por el (la) Bachiller. **TEJADA SALAZAR ALBERTO**, en virtud de los considerados expuestos.

ARTÍCULO SEGUNDO: RECONOCER como ASESOR (a): **DRA. MARIA CONCEPCION FIGUEROA VILCA**

ARTICULO TERCERO. - **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 Y CÚMPLASE.

DISTRIBUCIÓN:

- Interesados (1)
- Archivo (1)

UNIVERSIDAD ANDINA NÉSTOR CÁCERES VELÁSQUEZ
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

[Firma]
Dra. María Concepción Figueroa Vilca
DIRECTORA
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN FCS



ALBERTO TEJADA SALAZAR

INTELIGENCIA EMOCIONAL Y DEPENDENCIA AL DISPOSITIVO MÓVIL EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN...

 Trabajos de tesis para ingreso a repositorio

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid:::13016:604540708

Fecha de entrega

3 jul 2026, 21:02 GMT-5

Fecha de descarga

4 jul 2026, 20:23 GMT-5

Nombre del archivo

T036_46451289_T.docx

Tamaño del archivo

9.4 MB

99 páginas

15.368 palabras

91.961 caracteres



15% 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

- 11%  Fuentes de Internet
- 6%  Publicaciones
- 12%  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.

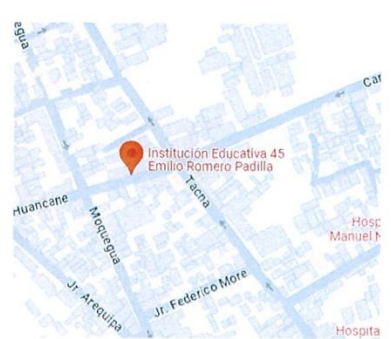
Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.



Metadatos Complementarios

Título de la tesis	
INTELIGENCIA EMOCIONAL Y DEPENDENCIA AL DISPOSITIVO MÓVIL EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA N° 45 EMILIO ROMERO PADILLA, PUNO 2025	
Datos de autor	
Nombres y apellidos	ALBERTO TEJADA SALAZAR
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	46451289
URL de ORCID	https://orcid.org/0009-0009-2515-7403
Datos de asesor	
Nombres y apellidos	MARIA CONCEPCION FIGUEROA VILCA
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	02401506
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0002-4252-5265
Datos del jurado	
Presidente del jurado	
Nombres y apellidos	GABRIELA BETTY ARIAS LUQUE
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	29344129
Miembro del jurado 1	
Nombres y apellidos	SANDRA ALEJANDRA FERNANDEZ MACEDO
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	01309221
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	EVALUACIÓN Y DIAGNOSTICO EN PSICOLOGÍA - P13
Grupo de investigación	No aplica.
Agencia de financiamiento	Sin financiamiento
Ubicación geográfica de la investigación	País: Perú Departamento: Puno Provincia: Puno Distrito: Puno Edificio: Institución Educativa Comercial 45 Emilio Romero Padilla Puno Coordenadas: Latitud: -15.841437236512805 Longitud: -70.02388876226102 URL Maps https://maps.app.goo.gl/5UdikbojpxPEraRX6 
Año o rango de años en que se realizó la investigación	Setiembre 2025 – Junio 2026
URL de disciplinas OCDE https://concytec-pe.github.io/Peru-CRIS/vocabularios/ocde_ford.html - Librería	Psicología https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.01.00 Psicología (incluye terapias de aprendizaje, habla, visual y otras discapacidades físicas y mentales) https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.01.02 Salud Pública https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#3.03.05



UNIVERSIDAD ANTONIO NESTOR CACERES VELASQUEZ
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Figueroa Vilca
Dra. María Concepción Figueroa Vilca
DIRECTORA
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN FCS



DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD Y RESPONSABILIDAD

Yo ALBERTO TEJADA SALAZAR, identificado con DNI
Nro. 46451289, 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:

INTELIGENCIA EMOCIONAL Y DEPENDENCIA AL DISPOSITIVO MÓVIL EN
ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA N° 45 EMILIO
ROMERO PADILLA, PUNO 2025

Asesorado por: Dra. MARIA CONCEPCION FIGUEROA VILCA

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 16 de JUNIO del 2026



Firma del Asesor
(obligatoria)

Firma del Estudiante
(obligatoria)

Huella



DEDICATORIA

A mis padres, mi hermana por su apoyo incondicional, paciencia y comprensión.

Durante todo este camino recorrido. Gracias por creer y confiar en mi guiándome siempre en cada paso que doy. Por enseñarme que con mucho empeño y esfuerzo todo se puede lograr.



AGRADECIMIENTO

Agradezco a la Universidad Andina
Néstor Cáceres Velásquez, mi casa
de estudios, por abrirme las puertas
y permitirme formarme
profesionalmente en sus aulas.
Gracias por brindarme las
herramientas y conocimientos
necesarios para enfrentar los retos
del mañana y forjar mi carácter y
visión del mundo.



ÍNDICE GENERAL

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

CAPÍTULO 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	3
1.2.1. Justificación teórica.....	3
1.2.2. Justificación práctica	4
1.2.3. Justificación metodológica	4
1.3. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN	5
1.3.1. Objetivo 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
1.6. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES	9

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN	10
2.1.1. A nivel internacional	10
2.1.2. A nivel nacional	13
2.1.3. A nivel regional	15
2.2. MARCO TEÓRICO	17
2.2.1. Inteligencia emocional (IE)	17
2.2.2. Dependencia al teléfono móvil	19
2.2.3. Relación entre Inteligencia emocional y dependencia a los dispositivos móviles en adolescentes.....	21
2.3. MARCO CONCEPTUAL	21

CAPÍTULO III

PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN	23
3.2. TIPO DE INVESTIGACIÓN	23
3.3. MÉTODO APLICADO A LA INVESTIGACIÓN	24



3.4. POBLACIÓN Y MUESTRA	24
3.4.1. Población	24
3.4.2. Muestra.....	24
3.5. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN.....	25
3.5.1. Técnica	25
3.5.2. Instrumentos	26
3.6. PLAN DE RECOLECCIÓN Y PROCESAMIENTO DE DATOS	27
3.7. CONTRASTACIÓN DE HIPÓTESIS	28
3.8. VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO	29
3.8.1. Validez	29
3.8.2. Confiabilidad	32

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

CONCLUSIONES	52
RECOMENDACIONES	54
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	56
ANEXOS.....	67
ANEXO 1: SISTEMATIZACIÓN DE DATOS	68
ANEXO 2: MATRIZ DE CONSISTENCIA.....	69
ANEXO 3: INSTRUMENTO	72
ANEXO 4: AUTORIZACIÓN DE LA INSTITUCIÓN	77



ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	Frecuencias y porcentaje del nivel de atención emocional y dependencia al dispositivo móvil en adolescentes de la institución educativa secundaria Emilio Romero Padilla. Puno 2025	35
Tabla 2	Frecuencias y porcentaje del nivel de claridad emocional y dependencia al dispositivo móvil en adolescentes de la institución educativa secundaria Emilio Romero Padilla. Puno 2025	39
Tabla 3	Frecuencias y porcentaje del nivel de regulación emocional y dependencia al dispositivo móvil en adolescentes de la institución educativa secundaria Emilio Romero Padilla. Puno 2025	43
Tabla 4	Frecuencias y porcentaje del nivel de inteligencia emocional y dependencia al dispositivo móvil en adolescentes de la institución educativa secundaria Emilio Romero Padilla. Puno 2025	47



ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1	Frecuencias y porcentaje del nivel de atención emocional y dependencia al dispositivo móvil en adolescentes de la institución educativa secundaria Emilio Romero Padilla. Puno 2025	35
Figura 2	Frecuencias y porcentaje del nivel de claridad emocional y dependencia al dispositivo móvil en adolescentes de la institución educativa secundaria Emilio Romero Padilla. Puno 2025	39
Figura 3	Frecuencias y porcentaje del nivel de regulación emocional y dependencia al dispositivo móvil en adolescentes de la institución educativa secundaria Emilio Romero Padilla. Puno 2025	43
Figura 4	Frecuencias y porcentaje del nivel de inteligencia emocional y dependencia al dispositivo móvil en adolescentes de la institución educativa secundaria Emilio Romero Padilla. Puno 2025	47



RESUMEN

Se tuvo como propósito determinar la relación entre la inteligencia emocional y la dependencia al dispositivo móvil en adolescentes de la Institución Educativa Secundaria N° 45 Emilio Romero Padilla durante el año 2025. Materiales y métodos: se empleó un método cuantitativo, tipo de investigación descriptivo correlacional, diseño no experimental. Se empleó una población de 326 adolescentes de Institución Educativa Secundaria N° 45 Emilio Romero Padilla, la cual al ser calculada por la fórmula para tamaño de muestra para poblaciones finitas, constituyó en una muestra de 103 estudiantes, a quienes se les aplicó la técnica de indagación de datos encuesta a partir de cuestionarios, en tal sentido, se utilizaron dos instrumentos validados Trait Meta-Mood Scale (TMMS) de Salovey et al. (1995) y el Test de Dependencia al Móvil (TDM) de Chóliz (2010). Resultados: Se identificó una mayor proporción de participantes en el nivel bajo de inteligencia emocional (48.5%) y nivel bajo en de dependencia al DM (44.7%), asimismo, el r de Spearman evidenció una correlación no significativa entre la inteligencia emocional total y la dependencia al dispositivo móvil ($p = .233$; $Rho = -0.079$), así como entre sus dimensiones: atención emocional ($p = .132$; $Rho = -0.108$), claridad emocional ($p = .215$; $Rho = -0.090$) y regulación emocional ($p = .399$; $Rho = -0.058$). Se concluyó que las habilidades emocionales percibidas no constituyen un factor determinante en la dependencia tecnológica.

Palabras clave: inteligencia emocional, dependencia al celular, adolescentes, Puno.



ABSTRACT

The purpose was to determine the relationship between emotional intelligence and mobile device dependence in adolescents at Emilio Romero Padilla Secondary School No. 45 during 2025. Materials and methods: a quantitative method was used, descriptive correlational research, non-experimental design. A population of 326 adolescents from Secondary School No. 45 Emilio Romero Padilla was used, which, when calculated using the formula for sample size for finite populations, constituted a sample of 103 students, to whom the survey data collection technique was applied using questionnaires. In this regard, two validated instruments were used: the Trait Meta-Mood Scale (TMMS) by Salovey et al. (1995) and the Mobile Phone Dependency Test (TDM) by Chóliz (2010). Results: A higher proportion of participants were identified as having low emotional intelligence (48.5%) and low mobile phone dependence (44.7%). Furthermore, Spearman's r showed a non-significant correlation between total emotional intelligence and mobile device dependence ($p = .233$; $Rho = -0.079$), as well as between its dimensions: emotional attention ($p = .132$; $Rho = -0.108$), emotional clarity ($p = .215$; $Rho = -0.090$), and emotional regulation ($p = .399$; $Rho = -0.058$). It was concluded that perceived emotional skills are not a determining factor in technological dependence.

Keywords: emotional intelligence, cell phone dependency, adolescents, Puno.



INTRODUCCIÓN

El primer capítulo se describe el contexto global y nacional del uso intensivo de la tecnología móvil y sus implicancias psicológicas como la pérdida de control, la impulsividad y la afectación del bienestar socioemocional, y se establecen los objetivos, así como la hipótesis que orienta el análisis estadístico. Se complementó la justificación teórica, práctica y metodológica que explica la pertinencia del estudio, enfatizando la importancia de comprender el papel de las habilidades emocionales en la regulación de las conductas tecnológicas en la etapa adolescente.

Durante el capítulo segundo, se desarrolla el marco conceptual y empírico que respalda la investigación. Se analizan los antecedentes más relevantes, mientras se presentan los principales aportes de Salovey y Mayer (1990, 1995) respecto a las tres dimensiones de la inteligencia emocional, explicadas como capacidades esenciales para la adaptación psicológica. Asimismo, se aborda la dependencia al dispositivo móvil a partir del modelo de Chóliz (2010).

El tercer capítulo describe los procedimientos metodológicos aplicados durante la ejecución, donde se precisa el enfoque, tipo y diseño de investigación, enmarcados en una población y tamaño de muestra, a partir de la recolección de evidencia derivada de instrumentos válidos y confiables.

El cuarto capítulo presenta los resultados y la interpretación de los hallazgos en función a los objetivos. Estos resultados son contrastados con investigaciones previas que habían reportado correlaciones inversas, destacándose diferencias atribuibles a factores socioculturales, contextuales y escolares propios del entorno de estudio.



El quinto capítulo integra los hallazgos obtenidos y las implicancias derivadas del estudio en conclusiones y recomendaciones, complementariamente se establece las fuentes de información y los anexos.



CAPÍTULO I

ASPECTOS GENERALES

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En recientes décadas, se ha observado que existe un creciente consumo de contenido digital en todos los grupos etarios, en especial, el grupo etario adolescente que se encuentran más expuestos a los cambios tecnológicos. La OMS (2024) señaló que el 11% de este grupo etario de Europa y Asia Central presentaba en 2022 tendencias dependientes en la frecuencia en utilización de redes sociales, con mayor prevalencia en chicas (13% vs 9% en chicos), destacando que el 36% de adolescentes mantiene contacto constante en línea con sus amigos, y el 12% se encuentra en riesgo de adicción al gaming digital. Asimismo, se subraya que, aproximadamente el 30% de los cibernautas es menor de 18 años y se advierte sobre el acceso temprano y sin supervisión como un factor crítico de riesgo de dependencia y vulnerabilidad (UNCF, 2017; UNCF, 2025).

Esta situación ha ocasionado que los problemas de control socioemocional derivado de la dependencia a celulares, se relacione con estrategias de evasión o regulación de las emociones (Castillo et al., 2022), propiciando un descenso o estrategias limitadas de inteligencia emocional (IE) en el grupo etario de adolescencia (Riverón et al., 2023).



En el Perú, el INEI (2023) reportan que el 91.3% de los peruanos de 6 años o más que frecuente navegar por internet accede a través de un *smartphone*, con una clara predominancia en adolescentes, al respecto, el MINSA (2013) advirtió que el uso no controlado con tendencia excesiva de estos celulares puede provocar insomnio, ansiedad, estrés y afectar el rendimiento académico, especialmente cuando se utiliza el móvil antes de dormir.

Asimismo, Castillo (2023) delimitó que el 48,8% de los adolescentes tenía rasgos de dependencia a los smartphones o dispositivos móviles (DM), el 27,4% alto y el 23,9% bajo, lo cual ocasiona síntomas como irritabilidad, dificultades de concentración y aislamiento social (Hospital Nacional Arzobispo Loayza, 2022; Ministerio de Salud, 2013).

De esta manera, la literatura especializada ha señalado que las repercusiones de la dependencia a los DM producen un descenso en las facultades para gestionar todos los aspectos emocionales en adolescentes, lo cual ocasiona dificultades para que se adapten a las distintas etapas o facetas de transición hacia estadios de desarrollo superiores (Del Castillo y Quispe, 2020; Goicochea y Ludeña, 2023).

En Puno, se evidenció que el 48.8% de adolescentes tienen una dependencia promedio al DM con mayor incidencia en adolescentes de 17 años con un tiempo de uso entre 1 a 5 años (Valencia, 2018), asimismo, 72.9% de estudiantes de instituciones educativas urbanas tienen una tendencia a la dependencia a los DM en comparación a los adolescentes que provienen de instituciones rurales (Machon, 2024).



Esta constante dependencia ocasiona un menor nivel de bienestar psicológico y ansiedad estudiantil dado que se manifiestan indicadores de abstinencia, carente control para detenerse y tolerancia, en aspectos extremos de la dependencia, pueden manifestar un persistente temor a estar sin el *smartphone* (Apaza, 2024; Lupaca y Ccoyo, 2023).

1.1.1. Problema general

Pg: ¿Cuál es la relación entre inteligencia emocional y dependencia al dispositivo móvil en adolescentes de la Institución Educativa Secundaria N° 45 Emilio Romero Padilla, 2025?

1.1.2. Problemas específicos

P1: ¿Cómo se relaciona la atención emocional y dependencia al dispositivo móvil en adolescentes de la Institución Educativa Secundaria N° 45 Emilio Romero Padilla, 2025?

P2: ¿Cómo se relaciona la claridad emocional y dependencia al dispositivo móvil en adolescentes de la Institución Educativa Secundaria N° 45 Emilio Romero Padilla, 2025?

P3: ¿Cómo se relaciona la regulación emocional y dependencia al dispositivo móvil en adolescentes de la Institución Educativa Secundaria N° 45 Emilio Romero Padilla, 2025?

1.2. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO

1.2.1. Justificación teórica

Se sustentó en la relevancia de profundizar en las bases conceptuales que vinculan la IE con la dependencia al DM, pues, aunque diversos estudios han explorado



ambos fenómenos por separado, apenas unos contados han integrado ambas dimensiones bajo un mismo enfoque. En este sentido, comprender cómo la competencia de atender, nombrar y gestionar sus emociones, interactúa con patrones de uso problemático del smartphone resulta esencial, dado que el grupo de adolescencia es un periodo sensible a los cambios socioemocionales y tecnológicos. Así, aporta al conocimiento reciente al articular teorías de la regulación emocional con modelos de conducta adictiva, lo cual permitirá enriquecer y matizar los marcos teóricos actuales sobre salud mental en población joven.

1.2.2. Justificación práctica

Desde lo aplicado, conocer la relación entre IE y dependencia al DM posibilita diseñar intervenciones psicoeducativas más precisas, dirigidas a fomentar competencias socioemocionales como estrategia preventiva frente al uso nocivo de la tecnología. De este modo, los hallazgos podrán servir de guía para docentes, orientadores y responsables de políticas en el Puno, quienes contarán con evidencia empírica para implementar talleres o programas de acompañamiento que promuevan un uso equilibrado del dispositivo móvil. Asimismo, las conclusiones ofrecerán indicadores claves para identificar el efecto de dichas estrategias, de manera que se optimice el bienestar del grupo etario de adolescencia y se mitigue el riesgo de conductas adictivas.

1.2.3. Justificación metodológica

Metodológicamente, se adopta un diseño no experimental y transeccional, idóneo para explorar la asociación entre variables sin intervenir de forma directa en el entorno de los participantes. Para ello se seleccionarán escalas validadas de IE abarcando la

forma de atender, clarificar y gestionar las emociones, y un instrumento de dependencia al DM con sólidas propiedades psicométricas; además, se empleará muestreo probabilístico estratificado en una institución pública del Puno. De esta manera, la rigurosidad en la recopilación de información y empleo de estadísticas correlacionales garantizan la fiabilidad con validez, permitiendo así fundamentar sólidamente las conclusiones y recomendaciones.

1.3. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

1.3.1. Objetivo general

OG: Determinar la relación entre inteligencia emocional y dependencia al dispositivo móvil en adolescentes de la Institución Educativa Secundaria N° 45 Emilio Romero Padilla, 2025.

1.3.2. Objetivos específicos

OE1: Identificar la relación entre la atención emocional y dependencia al dispositivo móvil en adolescentes de la Institución Educativa Secundaria N° 45 Emilio Romero Padilla, 2025.

OE2: Establecer la relación entre la claridad emocional y dependencia al dispositivo móvil en adolescentes de la Institución Educativa Secundaria N° 45 Emilio Romero Padilla, 2025.

OE3: Demostrar la relación entre la regulación emocional y dependencia al dispositivo móvil en adolescentes de la Institución Educativa Secundaria N° 45 Emilio Romero Padilla, 2025.



1.4. HIPÓTESIS

1.4.1. Hipótesis general

HG: La relación es significativa entre inteligencia emocional y dependencia al dispositivo móvil en adolescentes de la Institución Educativa Secundaria N° 45 Emilio Romero Padilla, 2025.

1.4.2. Hipótesis específicas

H1: La relación es significativa entre la atención emocional y dependencia al dispositivo móvil en adolescentes de la Institución Educativa Secundaria N° 45 Emilio Romero Padilla, 2025.

H2: La relación es significativa entre la claridad emocional y dependencia al dispositivo móvil en adolescentes de la Institución Educativa Secundaria N° 45 Emilio Romero Padilla, 2025.

H3: La relación es significativa entre la regulación emocional y dependencia al dispositivo móvil en adolescentes de la Institución Educativa Secundaria N° 45 Emilio Romero Padilla, 2025.

1.5. VARIABLES

Variable 1. Inteligencia emocional: Representa la competencia que tienen las personas para identificar, comprender y gestionar sus emociones. Se basa en los indicadores de atención, claridad y regulación emocional.

Dimensión 1. Atención emocional: se define como el grado en que una persona percibe, monitorea y se mantiene consciente de sus estados afectivos en el momento en que estos ocurren (Salovey et al., 1995; Mayer & Salovey, 1997).



Dimensión 2. Claridad emocional: se refiere a la habilidad para identificar, etiquetar y comprender adecuadamente las propias emociones, integrando información afectiva con procesos cognitivos (Salovey et al., 1995; Fernández-Berrocal et al., 2004).

Dimensión 3. Regulación emocional: es la capacidad para manejar y transformar los estados afectivos, reduciendo la intensidad de las emociones negativas y potenciando aquellas que resultan adaptativas (Salovey & Mayer, 1990; Godoy & Sánchez, 2021).

Variable 2. La dependencia al dispositivo móvil: Son repertorios de conducta y pensamientos asociados al uso excesivo, ante la deficiencia para gestionar los impulsos, así como las consecuencias del uso del dispositivo en la vida diaria. Se basó en indicadores de abstinencia, tolerancia, abuso del consumo o hábito del uso, deficiencia para controlar el impulso y persistentes problemas a pesar las consecuencias negativas.

Dimensión 1. Abstinencia y tolerancia: es la necesidad creciente de utilizar el dispositivo móvil para alcanzar el mismo nivel de satisfacción que antes se obtenía con un uso menor, así como al malestar emocional, irritabilidad o ansiedad que surge cuando no se puede acceder al teléfono o se interrumpe su uso (Chóliz, 2012; Fernández-Castillo et al., 2019).

Dimensión 2. Dificultad para controlar el impulso: se define como la incapacidad percibida para limitar o detener el uso del dispositivo móvil, incluso cuando la persona reconoce las consecuencias negativas que dicho comportamiento produce (Chóliz, 2010; Gómez & Paz, 2024).



Dimensión 3. Problemas ocasionados: comprende las consecuencias personales, familiares, sociales o económicas derivadas del uso excesivo del dispositivo móvil, reflejando el impacto funcional del comportamiento dependiente en la vida del individuo (Chóliz, 2010; Gamero et al., 2016).

Dimensión 4. Abuso: hace alusión al uso desmedido y reiterativo del teléfono móvil, que se mantiene a pesar del reconocimiento de sus efectos negativos, representando la transición del uso recreativo al uso compulsivo que caracteriza las conductas adictivas no relacionadas con sustancias (Chóliz, 2012; Fernández-Castillo et al., 2019).



1.6. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Cuadro 1

Operacionalización

Variables	Dimensiones	Indicadores	Escala de valor
1.-Inteligencia emocional	1.1: Atención emocional	1.1.1: Nivel de Atención Emocional	Nivel bajo (0-21.5) Nivel medio (22-31) Nivel alto (32-38)
	1.2: Claridad emocional	1.1.2: Nivel de Claridad Emocional	Nivel bajo (0-20) Nivel medio (21-31) Nivel alto (32-39)
	1.3: Regulación emocional	1.1.3: Nivel de Regulación Emocional	Nivel bajo (0-23) Nivel medio (24-33) Nivel alto (34-40)
2.-Dependencia al dispositivo móvil (TDM)	2.1: Nivel de Dependencia al Dispositivo Móvil		Muy baja o inexistente (0-22) Bajo (23-44) Moderado (45-66) Alto (67-88)



CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

2.1.1. A nivel internacional

Güliden & Polat (2024) tuvieron como objetivo examinar de manera integral cómo la regulación emocional disfuncional se vincula con la adicción al teléfono móvil, cuyo papel mediador fue la atención plena y el autocontrol; se estableció en un enfoque cuantitativo transversal en dos fases, validando primero las escalas FFMQ-SF y Self-Control Scale y, posteriormente, aplicándolas junto al Regulation of Emotions Questionnaire y al Test of Mobile-phone Dependence a 374 adolescentes (237 mujeres, 137 varones; edad promedio 15.57 años) de cinco colegios de Ankara mediante muestreo por conveniencia y encuestas en línea; los análisis correlacionales revelaron coeficientes significativos entre adicción y regulación interna disfuncional ($r = 0.317$, $p < .01$), así como entre adicción y regulación externa disfuncional ($r = 0.349$, $p < .01$), mientras que mindfulness y autocontrol mostraron relaciones inversas con la dependencia ($r = -0.411$ y $r = -0.312$ respectivamente, $p < .01$), y el modelado de mediación en serie confirmó efectos indirectos significativos de la regulación emocional a través de la atención plena y el autocontrol sobre la adicción.



Chen et al. (2025) se propusieron evaluar el efecto de la IE sobre el uso problemático de redes sociales móviles (PSMU) y el papel mediador de las relaciones de pares (PR) y la evitación experiencial (EA) según el modelo I-PACE, para lo cual se reclutaron 1 419 estudiantes (50,8 % hombres; edad media $20,94 \pm 2,06$ años) de universidades públicas mediante muestreo por conveniencia, aplicando cuestionarios en papel con consentimiento informado en el periodo mayo-octubre 2021; a continuación se administró el PSMU-Q para medir cinco dimensiones de uso problemático, validado por CFA con excelente ajuste ($\chi^2/df = 4,347$; GFI = 0,955; RMSEA = 0,049) y $\alpha = 0,878$, el WLEIS-C para evaluar cuatro dimensiones de IE ($\alpha = 0,865$; $\chi^2/df = 5,538$; GFI = 0,954), la AAQ-II china para EA ($\alpha = 0,893$; $\chi^2/df = 1,603$; GFI = 0,995) y la PRS-C para PR ($\alpha = 0,908$; $\chi^2/df = 7,953$; GFI = 0,944); mediante análisis de correlación de Pearson se hallaron asociaciones significativas (EI-PR $r = 0,33$; EI-EA $r = -0,23$; EI-PSMU $r = -0,36$; PR-PSMU $r = -0,38$; EA-PSMU $r = 0,59$; todas $p < .001$) y un SEM confirmó un efecto negativo directo de IE sobre PSMU ($\beta = -0,27$, SE = 0,037, $p < .001$), positivo sobre PR ($\beta = 0,50$, $p < .001$) y negativo sobre EA ($\beta = -0,16$, $p < .001$), así como de PR sobre EA ($\beta = -0,26$, $p < .001$) y de EA sobre PSMU ($\beta = 0,57$, $p < .001$). Por consiguiente, se concluyó que potenciar habilidades emocionales y promover relaciones de pares saludables reduce el uso problemático.

Dem (2021) se propuso examinar el vínculo entre la IE y la adicción a los *smartphones* en adolescentes. Se incluyó a 805 estudiantes de secundaria en Adana, Turquía, 456 mujeres y 349 varones, seleccionados mediante muestreo accesible. Se aplicó la *Smartphone Addiction Scale* y el *Bar-On Emotional Intelligence Scale*, y los datos fueron analizados con correlación de Pearson y regresión múltiple. Los resultados

reflejaron una correlación indirecta entre la adicción al smartphone y la IE total ($r = -.23$, $p < .05$), destacando que el manejo del estrés fue el predictor más influyente de la dependencia tecnológica. Asimismo, se hallaron asociaciones negativas entre el uso problemático del celular y las subescalas de habilidades personales, adaptación, estado de ánimo y efecto positivo, aunque no con las competencias interpersonales

Mascia et al. (2020) en su investigación, tuvo de premisa indagar los efectos directos de la IE y la autorregulación en el bienestar de adolescentes italianos, así como el papel moderador de la adicción al smartphone; se empleó un diseño cuantitativo transversal basado en PLS-SEM con SmartPLS 3.2.8, evaluando un modelo reflexivo que contempló subescalas de autorregulación (procesamiento de información, organización y autoevaluación) y de IE (regulación y uso de emociones), mientras que la adicción se midió con la Smartphone Addiction Scale—Short Version y el bienestar con la escala “My Life as a Student”, aplicando ambos instrumentos a una muestra no probabilística de adolescentes italianos ($N \approx 215$; 49.3 % mujeres; edad 10–15 años, $M = 12.7$, $SD = 0.907$); los hallazgos confirmaron efectos positivos directos de la inteligencia emocional sobre el bienestar ($\beta = 0.487$, $p < .01$) y de la autorregulación sobre el bienestar ($\beta = 0.259$, $p < .01$), así como una relación negativa de la autorregulación con la adicción ($\beta = -0.413$, $p < .01$), mientras que la adicción moderó de manera negativa la influencia de la autorregulación en el bienestar ($\beta = -0.124$, $p < .05$) sin mediar efectos indirectos de la IE a través de la dependencia.

Méndez et al. (2020) en su investigación, tuvo de premisa analizar diferentes perfiles de uso problemático del DM, centrándose en los conflictos comunicacionales y emocionales asociados a dicho uso, así como en las dimensiones de IE y el ciberacoso;

para ello se implementó un estudio cuantitativo cuando se aplicó análisis latente de clases (LPA) mediante MPlus y análisis MANOVA, empleando la versión española del EQ-i: YV para la IE y el CERM en la evaluación de los conflictos y el uso comunicacional en una muestra representativa de 810 adolescentes (52.2 % chicas) de la Región de Murcia, con un margen de error del 5 %; el LPA definió tres grupos –no problemático ($n=534$), moderado ($n=209$) y problemático ($n=67$)– y las correlaciones de Pearson mostraron que, salvo la dimensión intrapersonal, la adaptabilidad se asoció positivamente con los conflictos ($r = 0.337$, $p < .01$) mientras que la gestión del estrés ($r = -0.124$, $p < .01$), el estado de ánimo general ($r = -0.151$, $p < .01$) y la dimensión interpersonal ($r = -0.104$, $p < .01$) se relacionaron inversamente, en tanto que el ciberacoso presentó una asociación directa ($r = 0.410$, $p < .01$). Se concluyó que los adolescentes del perfil problemático experimentan un deterioro en adaptabilidad e interpersonal y un incremento marcado en conflicto emocional y ciberacoso.

2.1.2. A nivel nacional

Guzmán (2024) condujo un análisis de título, se orientó a determinar la incidencia entre IE y dependencia al DM de una I.E. de Cusco durante el año 2023, estudio que se caracterizó por ser de tipo aplicado, transeccional y correlacional, en el cual se censó a 130 estudiantes de secundaria (12–17 años; 74 varones y 56 mujeres) y se utilizaron el EQ-i: YV de BarOn para la IE y el TDM de Cholz para cuantificar el uso problemático, ambos aplicados mediante encuesta autoadministrada; los hallazgos señalaron un coeficiente r de $-0,353$ ($p < 0.05$), lo que evidencia una asociación inversa entre la IE y la dependencia al DM, mientras que la gestión del estrés no mostró relación significativa

($p = 0,204$), concluyéndose que un mayor desarrollo de competencias emocionales contribuye a mitigar el uso nocivo del smartphone.

Estrada-Araoz et al. (2024) se propusieron evaluar la dirección entre la adicción a los smartphones y la ansiedad en escolares. Se enmarcó en un análisis cuantitativo, con un diseño no experimental descriptivo, en 198 adolescentes. Se utilizaron dos instrumentos previamente validados en el contexto peruano: la SAS-SV y la Escala de Ansiedad. Los hallazgos demostraron grados moderados de patrón problemático y reducidos niveles ansiógenos; además, se halló una significativa relación directa ($r = 0,542$; $p < 0,05$). Esto permitió concluir que un aumento en la dependencia a DM está vinculado a mayor ansiedad.

Becerra-Canales et al. (2022) se propusieron determinar el riesgo de adicción a DM en estudiante de una I.E. de Ica durante el año 2021, estudio con diseño no experimental, transversal que aplicó la Smartphone Addiction Scale de 10 ítems a 120 jóvenes mujeres de 13 a 17 años seleccionadas por muestreo intencional; los hallazgos reflejaron que el 13,9 % presentó adicción y el 54,1 % un alto riesgo de dependencia, sin que las pruebas de chi-cuadrado mostraran diferencias significativas ($p > .05$) al asociar la dependencia con variables sociodemográficas analizadas, lo cual condujo a concluir que la adicción al smartphone es elevada en este contexto.

Goicochea & Ludeña (2023) en su manuscrito, se centró en establecer la conexión entre la IE y el uso excesivo del celular en estudiantes I.E.P. Este estudio, cuantitativo, se situó en un diseño correlacional en 221 adolescentes. A quienes se les administró dos instrumentos: el ICE-Baron y el TDM desarrollado por Chóliz mediante encuestas autoadministradas. Los resultados indicaron un coeficiente r de $-0,436$ ($p = 0,001$) que

refleja una correlación general negativa; específicamente las dimensiones intrapersonales e interpersonal, así como gestión del estrés y estado anímico mostraron relaciones inversas significativas respecto a la adicción al smartphone. Por lo tanto, se concluyó que una mayor habilidad gestionar sus emociones puede ayudar a reducir los problemas relacionados con el uso del móvil.

Fretel-Quiroz et al. (2020) se propusieron estimar la relación entre la IE y el uso excesivo del celular. Este estudio cuantitativo fue no experimental, transversal y prospectivo. Se utilizó a 72 estudiantes. Para ello, se aplicó un cuestionario compuesto por 50 ítems destinados a evaluar la IE, así como el TDM para medir patrones adictivos. Los resultados destacaron que un 45.8% de los participantes presentó niveles bajos en su inteligencia emocional; simultáneamente, el 56.9% mostró una alta dependencia hacia sus smartphones. Además, se encontró una asociación significativa ($p < .05$). Como conclusión principal se establece que mejorar la IE es fundamental para reducir la dependencia tecnológica dentro del ámbito académico.

2.1.3. A nivel regional

Rodrigo (2025), en su manuscrito, tuvo de premisa fue examinar la relación entre dos variables en 179 estudiantes universitarios. Se utilizó un diseño correlacional transversal, utilizando el Test de Bienestar y el TDM. Los reportes evidenciaron una correlación negativa significativa entre el bienestar y la dependencia a los DM ($R_s = -.147$; $p < .05$). Además, se encontraron relaciones inversas en dimensiones específicas con coeficientes que oscilaron entre $-.152$ y $-.173$. Estos resultados evidencian que la dependencia al DM no solo afecta negativamente el bienestar, sino que también impacta

aspectos fundamentales como la autorregulación, el dominio sobre el entorno y las metas personales futuras.

Lupaca y Ccoyo (2023) se propusieron analizar la conexión entre dos variables en una población de estudiantes. A partir de un paradigma cuantitativo, además de ser de corte transversal; en 301 estudiantes seleccionados censalmente. Aplicaron el TDM y la EAA, ambos instrumentos respaldados por su validez y confiabilidad. Los hallazgos revelaron que existe una relación directa y proporcional entre la dependencia del smartphone y los niveles de ansiedad ($p = 0.001 < 0.05$). De igual manera, se observó que un 48.8% de los participantes mostraba un nivel bajo en dependencia del móvil, por otro lado, el 74.8% presentaba niveles normales de ansiedad. Se evidenció una asociación entre ansiedad y los componentes de la dependencia; concluyéndose así que un aumento en el grado dependiente conduce a mayores niveles ansiosos.

Ccorimanya y López (2021) se propusieron comparar el nivel de dependencia al DM. Siguió un enfoque cuantitativo, diseño que no buscó la experimentación y de corte transeccional, participando 143 estudiantes. Se aplicó el TDM de Chóliz (2012), obteniéndose que en el nivel bajo predominaban los estudiantes del sector local (72,9 %), mientras que en el nivel medio la mayoría pertenecía al sector rural (54,8 %). En cuanto al nivel alto, se observó mayor proporción en la institución local (2,9 %) en contraste con la rural (1,4 %). Estos resultados permitieron concluir que los estudiantes evidencian mayor dependencia al celular en comparación con sus pares rurales.

Melo (2021), se propuso analizar la relación entre ambas variables en adolescentes. Fue realizado utilizando un enfoque cuantitativo y nivel relacional. Se aplicó en 48 estudiantes a quienes se les administraron cuestionarios específicos para



cada variable mediante encuestas. Se reveló que el 53% de los estudiantes mostraba un uso medio de redes sociales y que el 57% tenía una inteligencia emocional en niveles medios. El r resultó en 0,631 con un $p = 0,002$; esto indicó la existencia de un índice significativo entre la utilización de redes sociales y la IE, lo cual permitió aceptar la hipótesis general formulada.

Valencia (2018) examinó las variables determinantes relacionados con la dependencia del DM y la adicción cibernética en estudiantes de secundaria del Colegio de Puno. Se utilizó un enfoque cuantitativo correlacional y transversal. Se realizó un muestreo completo sobre una población total de 285 alumnos (de entre 12 a 17 años, ambos géneros), quienes completaron un cuestionario que recopilaba información sobre sus características, así como el TDM y la EAI. Se halló una asociación entre la edad y la dependencia al móvil [$\chi^2(4)=20,600$; $p<0,001$] así como entre la edad y la adicción a Internet [$\chi^2(4)=15,716$; $p=0,003$], mientras que la procedencia geográfica no presentó relación estadísticamente significativa ni con la dependencia [$\chi^2(2)=2,663$; $p=0,264$] ni con la adicción digital [$\chi^2(2)=1,620$; $p=0,444$]. En consecuencia, se concluyó que la edad emerge como factor determinante en los patrones de uso problemático del móvil e Internet, lo que subraya la importancia de segmentar intervenciones preventivas según rangos etarios y de considerar estas variables demográficas al analizar dimensiones emocionales en investigaciones posteriores.

2.2. MARCO TEÓRICO

2.2.1. *Inteligencia emocional (IE)*

La IE se ha definido es la capacidad de clarificar, nombrar y gestionar tanto las propias emociones como las de los demás (Mayer & Salovey, 1997; Salovey & Mayer,

1990). En otras palabras, la IE percibida implica reconocer nuestras emociones, reflexionar sobre ellas y manejarlas adecuadamente en la vida diaria (Salovey et al., 1995). Esta conceptualización sentó las bases para numerosas investigaciones, dada la relevancia de la IE como protector de salud mental y el éxito personal (Fernández-Berrocal et al., 2004). Se disgrega en tres facetas, propuestas por Salovey et al., (1995):

- La atención emocional alude al grado en que una persona nota y monitorea sus propios sentimientos en el momento en que ocurren (Salovey et al., 1995). Mayer y Salovey (2007) describen la atención emocional como la capacidad de registrar los estímulos emocionales internos apenas surgen, incluyendo tanto la atención a las propias emociones como la conciencia de las señales emocionales en los demás. De forma concordante, Fernández-Berrocal et al. (2004) señalan que esta dimensión implica la forma en que observamos, nos damos cuenta y reflexionamos sobre lo que sentimos en distintos estados de ánimo.
- La claridad emocional se refiere a la habilidad para identificar y comprender las propias emociones (Salovey et al., 1995). Según Mayer y Salovey (1997), esta dimensión implica integrar la emoción con la razón: una persona con alta claridad puede analizar por qué se siente de cierta manera y qué significado tienen esos sentimientos. Por lo tanto, una mayor claridad suele asociarse con mejor ajuste psicológico, ya que quien entiende sus emociones puede tomar decisiones empáticas (Joseph & Newman, 2010; Fernández-Berrocal et al., 2004).

- La regulación emocional representa la capacidad manejar y modificar las propias emociones, reduciendo las emociones negativas y potenciando las positivas (Salovey et al., 1995), evalúa en qué medida una persona puede controlar sus estados emocionales para recuperarse de emociones desagradables y mantener el equilibrio emocional (Godoy y Sánchez, 2021). Salovey y Mayer (1990) sostienen que la regulación implica impedir que una emoción negativa desborde nuestro comportamiento y, a la vez, utilizar los aspectos positivos de las emociones en beneficio propio y de los demás.

En la etapa adolescente, la IE adquiere una relevancia especial debido a los rápidos cambios emocionales y sociales propios de esta edad. Diversos estudios han evidenciado que el grupo etario de la adolescencia con alta IE muestran mejores resultados en su adaptación: presentan mayor habilidad de afrontamiento, menos niveles de ansiedad y depresión, y relaciones interpersonales más sanas (Mancini et al., 2024; Llamas-Díaz et al., 2022).

2.2.2. Dependencia al teléfono móvil

La dependencia al teléfono móvil (DM) –también denominada adicción al móvil– se concibe como una forma de adicción comportamental con características similares a las de las adicciones a sustancias, implicando un uso compulsivo y descontrolado del dispositivo pese a las consecuencias negativas que ello conlleva (Chóliz, 2010). Estas características, sumadas a la pérdida de control sobre la conducta y al uso persistente a pesar del daño, sitúan a la adicción al móvil en línea con los criterios diagnósticos clásicos de dependencia, respaldando la legitimidad conceptual de esta definición dentro

del campo científico (Durao et al., 2021). De esta forma, se establecen tres dimensiones propuestas por Chóliz (2010):

- La primera dimensión identificada por el TDM es la de “abstinencia y tolerancia”, la cual reúne los síntomas nucleares de la adicción al móvil (Chóliz, 2010). La abstinencia se evidencia cuando el adolescente presenta angustia, irritabilidad o malestar al no poder usar su teléfono, generándole una necesidad apremiante de volver a conectarse (Tixilema-Poaquiza y Tobar-Viera, 2023).
- La segunda dimensión evaluada por el TDM es el abuso y dificultad para controlar el impulso, que alude al uso excesivo del móvil y a la pérdida de control voluntario sobre dicho uso (Chóliz, 2010). Esta faceta describe a aquellos adolescentes que usan el teléfono de forma compulsiva, excediendo los límites que ellos mismos u otras personas intentan fijar, y que fracasan al intentar reducir o regular el tiempo de uso (Gamero et al., 2016).
- La tercera dimensión del TDM abarca los “problemas ocasionados por el uso excesivo del móvil”, es decir, las consecuencias negativas y daños colaterales que sufre el adolescente debido a su conducta adictiva con el teléfono (Chóliz, 2010). En esta categoría se incluyen los conflictos personales y familiares, como discusiones o reprimendas por parte de padres y allegados a causa del excesivo tiempo invertido en el celular o por los gastos económicos asociados (Durao et al., 2021).

La adicción al teléfono móvil en la adolescencia conlleva diversas consecuencias perjudiciales que afectan la salud integral, el desempeño académico y la vida social de

los jóvenes, ocasiona serias repercusiones físicas y psicológicas, así como un deterioro en las relaciones sociales, familiares y escolares del adolescente (Castillo et al., 2021). A nivel físico, también se han reportado molestias corporales vinculadas al uso excesivo del móvil, tales como alteraciones visuales (vista borrosa) y dolores musculares en cuello o muñecas debido a la postura prolongada al mirar la pantalla (Pari, 2019).

2.2.3. Relación entre Inteligencia emocional y dependencia a los dispositivos móviles en adolescentes

En los adolescentes, la proyección de una deficiente inteligencia emocional, entendida como la falta de atención adecuada, claridad para entender las propias emociones y habilidades de regulación (Salovey et al., 1995) se traduce en una mayor vulnerabilidad frente a la dependencia al móvil, la cual se caracteriza por síntomas de abstinencia, tolerancia, abuso compulsivo y problemas asociados (Chóliz, 2010); de hecho, sin las estrategias metacognitivas necesarias para reconocer y manejar estados afectivos, los jóvenes ceden con más facilidad a la urgencia de usar el teléfono, exhiben pérdida de control impulsivo y prolongan el uso incluso en contextos inadecuados, fenómenos que Billieux (2012) identificó como núcleos de la adicción comportamental, de modo que una baja IE no solo facilita el desarrollo de patrones adictivos al smartphone sino que también limita la recuperación emocional tras periodos de uso excesivo, reafirmando que fortalecer la IE resulta esencial para prevenir la dependencia al móvil en esta población.

2.3. MARCO CONCEPTUAL

Inteligencia emocional: habilidad para nombrar, comprender y gestionar las propias emociones (Salovey & Mayer, 1990).



Atención emocional: Grado en que una persona nota y monitorea sus propios sentimientos en el momento en que ocurren (Salovey et al., 1995).

Claridad emocional: Capacidad de identificación y comprensión claramente las propias emociones (Salovey et al., 1995).

Regulación emocional: Habilidad para gestionar las propias emociones, reduciendo las negativas y potenciando las positivas (Salovey et al., 1995).

Dependencia al dispositivo móvil: Uso compulsivo y descontrolado del smartphone con características de adicción comportamental (Chóliz, 2010).

Abstinencia y tolerancia: Síntomas nucleares de la adicción al móvil, evidenciados por malestar al no poder usar el dispositivo (Chóliz, 2010).

Dificultad para controlar el impulso: Uso excesivo y pérdida de control voluntario sobre el smartphone (Chóliz, 2010).

Problemas ocasionados: Consecuencias negativas y daños colaterales derivados del uso excesivo del dispositivo (Chóliz, 2010).



CAPÍTULO III

PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

No experimental (Sambrano, 2020), dado que se estableció la ausencia de manipulación de la variable independiente para producir efectos en la variable dependiente y no hubo un control riguroso de aleatorización de los datos. Asimismo, esta decisión metodológica se fundamentó en la naturaleza intrínseca de los constructos psicológicos evaluados, puesto que resultaba ética y pragmáticamente inviable manipular empíricamente las capacidades de regulación emocional o inducir patrones de dependencia tecnológica en la muestra adolescente con el fin de registrar sus efectos subsecuentes; por consiguiente, el fenómeno clínico se analizó en su entorno natural y en un único corte temporal, lo cual lo configuró adicionalmente como un estudio de diseño transversal.

3.2. TIPO DE INVESTIGACIÓN

Descriptivo y correlacional (Sambrano, 2020), ya que se desarrolló la descripción de las variables de estudio mediante frecuencias y porcentajes, por otro lado, fue correlacional dado que se evalúa la magnitud de relación y dirección de asociación. De esta manera, la fase descriptiva permitió delinear el perfil clínico y comportamental de los participantes frente a su autopercepción afectiva y sus hábitos tecnológicos, mientras

que el nivel correlacional facilitó el contraste de las hipótesis empíricas, las cuales estuvieron orientadas a comprender cómo dichos constructos latentes coexistieron e interactuaron dentro de la realidad escolar, prescindiendo de la asunción de una causalidad estricta entre los mismos.

3.3. MÉTODO APLICADO A LA INVESTIGACIÓN

Se empleó el método cuantitativo (Sambrano, 2020), dado que se consignó las variables de estudio mediante la medición objetiva en escala likert con instrumentos válidos y confiables. En este sentido, la aproximación empírica se rigió bajo el paradigma hipotético-deductivo, el cual resultó esencial para lograr operacionalizar aquellos aspectos subjetivos propios de la salud mental adolescente y transformarlos en matrices numéricas estandarizadas; obteniendo, de tal modo, un procesamiento estadístico inferencial riguroso que minimizó los sesgos inherentes a la observación del investigador y garantizó la validez de las interpretaciones.

3.4. POBLACIÓN Y MUESTRA

3.4.1. Población

La población estuvo conformada por 326 adolescentes de la Institución Educativa Secundaria N° 45 Emilio Romero Padilla, 2025.

3.4.2. Muestra

El tamaño de muestra se estableció mediante la fórmula de cálculo probabilístico para poblaciones finitas. Para dicho procedimiento, se consideró una población objetivo de $N = 326$ adolescentes, asumiendo la máxima varianza con una probabilidad de ocurrencia (p) del 50% y una probabilidad de no ocurrencia (q) del 50%. Asimismo, se

determinó un margen de error estandarizado (e) del 8% y un nivel de confianza del 95%, equivalente a un valor Z de 1.96.

$$n = \frac{N * z^2 * p * q}{(N - 1)e^2 + z^2 * p * q}$$
$$n = \frac{326 * 1.96^2 * 0.50 * 0.50}{(326 - 1)0.08^2 + 1.96^2 * 0.50 * 0.50}$$
$$n = \frac{326 * 1.96^2 * 0.25}{(325)0.0064 + 1.96^2 * 0.25}$$
$$n = \frac{326 * 3.8416 * 0.25}{2.08 + 0.9604}$$
$$n = \frac{313.0904}{3.0404}$$
$$n = 102.976713 = 103$$

Por lo tanto, se identificó que son 103 adolescentes de la Institución Educativa Secundaria N° 45 Emilio Romero Padilla, 2025.

3.5. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

3.5.1. Técnica

Se utilizó la técnica de indagación de datos denominada encuesta, la cual se caracterizó por recopilar los indicadores del instrumento para la variable 1 de inteligencia emocional y la variable 2 de dependencia al móvil, derivado de sus propias afirmaciones. La elección de esta técnica se fundamenta metodológicamente en tres aspectos centrales:

En primer lugar, por la naturaleza de las variables, tanto la inteligencia emocional (variable 1) como la dependencia al dispositivo móvil (variable 2) constituyen constructos psicológicos latentes que involucran estados internos, autopercepciones y patrones conductuales que suelen darse en el ámbito privado del adolescente. En ese sentido, la

encuesta es el método empírico más idóneo y válido para acceder a este tipo de información introspectiva, ya que permite que el propio sujeto evalúe y reporte sus niveles de atención, claridad y regulación emocional, así como sus deficiencias en el control de impulsos frente al uso del smartphone.

En segundo lugar, por el alineamiento con el diseño metodológico dado que, al tratarse de una investigación de enfoque cuantitativo, no experimental, transversal y correlacional, se requiere transformar variables abstractas en datos numéricos susceptibles de análisis estadístico, permitiendo una recolección de datos sistemática, garantizando que todos los elementos de la muestra estén expuestos exactamente a los mismos estímulos (ítems) y bajo las mismas reglas de medición.

En tercer lugar, por un criterio de eficiencia y estandarización, facilitando la recolección simultánea de datos en la muestra estratificada mediante la objetividad del proceso evaluativo, minimización de los sesgos del investigador y obtención de la matriz de datos necesaria para ejecutar las pruebas de contraste de hipótesis inferencial.

3.5.2. Instrumentos

Variable 1. Inteligencia emocional

Se empleó el Trait Meta-Mood Scale en la medición de la inteligencia emocional. Es un instrumento de autoinforme diseñado por Salovey et al. (1995) para evaluar la inteligencia emocional percibida. La versión española modificada desarrollada por Fernández-Berrocal et al. (2004) consta de 24 ítems distribuidos en tres dimensiones: Atención emocional, Claridad emocional y Autorregulación emocional, cada ítem se responde mediante una escala tipo Likert de cinco puntos que va de 1 = totalmente en desacuerdo a 5 = totalmente de acuerdo. Se aplicó en el salón en un horario de

esparcimiento para garantizar que no haya variables intervinientes que impliquen o afecten la medición durante el tiempo aproximado de 12 minutos.

Variable 2. Dependencia al móvil

Para la medición de dependencia al dispositivo móvil, se utilizó el test dependencia al móvil (TDM). Fue elaborado por Chóliz (2010) con el propósito de evaluar las manifestaciones centrales de la adicción o uso problemático del teléfono móvil en adolescentes. Está conformado por 22 ítems organizados en una escala tipo Likert de cuatro puntos que va de “nunca” a “siempre”. Se aplicó de forma presencial en el salón durante un rango horario de esparcimiento para garantizar la libertad de factores distractores en un tiempo aproximado de 10 minutos.

3.6. PLAN DE RECOLECCIÓN Y PROCESAMIENTO DE DATOS

Se coordinó con las autoridades de la I.E. para recopilar los datos de la muestra a partir de las encuestas proporcionadas hacia las secciones que fueron incluidas en el estudio. Se estableció la fecha de tutoría para la administración de las medidas a cargo del investigador con la anuencia del docente a cargo, con la premisa de garantizar mayor claridad en las instrucciones.

Posterior a la aplicación, se procedió a calificar los instrumentos mediante los protocolos y la baremación según género, en el software ofimático Microsoft Excel 2018 para el control de calidad del marco de datos a partir de la evaluación de datos fuera del rango de respuestas consignado en la ficha técnica y detección de columnas duplicadas para garantizar un análisis estadístico eficiente.

En ese sentido, se realizó un análisis exploratorio de datos en el software IBM SPSS 28 mediante media, desviación estándar, curtosis y asimetría. En segunda

instancia, se analizó la distribución de las puntuaciones mediante la prueba Kolgomorov Smirnov para muestras superiores a 50; esta elección técnica se fundamentó en la necesidad de evaluar con rigor la bondad de ajuste de los datos a la distribución normal en una muestra de 103 sujetos, lo cual constituyó un requisito metodológico ineludible para garantizar la robustez del análisis inferencial posterior.

En virtud de que los constructos evaluados poseen una naturaleza psicométrica y subjetiva, el empleo de la prueba Kolgomorov Smirnov permitió discernir con objetividad si las puntuaciones se distribuían de manera simétrica o si presentaban desviaciones significativas que exigieran el uso de pruebas no paramétricas, previniendo de este modo posibles sesgos interpretativos en la asociación entre las habilidades emocionales percibidas y la conducta tecnológica. Por consiguiente, dicha prueba funcionó como un criterio de validación científica que aseguró que la elección del coeficiente de correlación final fuera la más adecuada para representar con fidelidad la realidad empírica observada en la población adolescente. En tercera instancia, se ejecutó el coeficiente de correlación acorde a la naturaleza de los datos y su distribución.

3.7. CONTRASTACIÓN DE HIPÓTESIS

La prueba de significancia de la hipótesis nula se realizó a partir de un contraste de hipótesis basadas en las siguientes premisas:

$$H_0: r=0$$

$$H_1: r \neq 0$$

Para decidir rechazar o retener una hipótesis estadística se empleó un nivel de significancia de 5% o 0.05.

Asimismo, en esta premisa de análisis se evaluó la magnitud del coeficiente de correlación y la dirección de la relación para un mayor panorama interpretativo.

3.8. VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

3.8.1. Validez

Inicialmente fue creado por Salovey et al. (1995) y ha recibido múltiples validaciones a nivel internacional como la versión argentina por González et al. (2020), chilena por Espinoza-Venegas et al. (2015), y recientemente fue adaptado al territorio peruano en adolescentes por Domínguez-Lara et al. (2023).

En el contexto peruano, Domínguez-Lara et al. (2023) realizaron un análisis estructural de la TMMS en 492 adolescentes peruanos de Lima Metropolitana con edades entre 12 y 17 años, demostrando evidencia sólida de validez factorial. El estudio comparó tres modelos teóricos —el modelo original de tres factores, el modelo bifactor y el modelo bifactor S-1— concluyendo que el modelo tridimensional resultó el más adecuado y teóricamente coherente. Además, se comprobó la invarianza de medición por sexo y edad, lo que garantiza la estabilidad del instrumento en distintos grupos demográficos. Con base en estos resultados, se desarrolló una versión breve denominada TMMS-12, que mantuvo la estructura original y mostró una correspondencia empírica elevada con la TMMS-24, confirmando su validez estructural y conceptual para la medición de la inteligencia emocional en población adolescente peruana.

Cuadro 2*Ficha técnica del Trait Meta-Mood Scale (TMMS)*

Aspecto	Descripción
Nombre del test	Trait Meta-Mood Scale (TMMS)
Autor(es) original(es)	Peter Salovey, John D. Mayer, Steven Goldman, Caroline Turvey y Tamara Palfai (1995)
Año de creación	1995
Procedencia	Estados Unidos
Tiempo de administración	Aproximadamente de 10 a 15 minutos
Tipo de administración	Individual o colectiva; formato de autoinforme con escala Likert de 1 a 5
Ámbito de aplicación	Psicología, educación, salud mental e investigación en inteligencia emocional
Descripción de la prueba	Mide la atención, claridad y reparación emocional, es decir, la habilidad para identificar, comprender y regular las propias emociones.
Validación peruana	Realizada por Domínguez-Lara et al. (2023) en adolescentes de Lima Metropolitana, el modelo tridimensional fue el más adecuado, con evidencia de validez factorial e invarianza por sexo y edad.
Autor de la validación peruana	Sergio Domínguez-Lara et al. (2023)
Ámbito de aplicación de la versión peruana	Evaluación de la inteligencia emocional percibida en adolescentes y jóvenes en contextos educativos y psicológicos
Dimensiones	1. Atención emocional 2. Claridad emocional 3. Reparación emocional

Por otro lado, el TDM ha sido validado por Chóliz (2010), posteriormente fue validado internacionalmente en población ecuatoriana (Poaquiza y Viera, 2023), argentina (Duraó et al., 2021) y actualmente ha sido validado por Mamani (2018) y Gómez y Paz (2024) en adolescentes peruanos.

Asimismo, el TDM ha sido validado y adaptado en diversos estudios, destacando las investigaciones de Mamani (2018) y Gómez y Paz (2024). Mamani (2018) realizó la



adaptación del instrumento en una muestra de 1,274 estudiantes de educación secundaria pertenecientes a instituciones públicas de Lima, hallando evidencia de validez de contenido mediante juicio de expertos (V de Aiken = .80) y validez de constructo a través de análisis factorial confirmatorio con un ajuste adecuado ($\chi^2(231) = 22123.5$; CFI = .93; RMSEA = .08). De modo complementario, Gómez y Paz (2024) analizaron las propiedades psicométricas del TDM en 700 adolescentes de la ciudad de Piura, confirmando un modelo de cuatro factores correlacionados, con índices de ajuste satisfactorios ($\chi^2/gf = 2.07$; CFI = .93; TLI = .92; RMSEA = .06; SRMR = .05).

Cuadro 3*Ficha técnica del Test de Dependencia al Móvil (TDM)*

Aspecto	Descripción
Nombre del test	Test de Dependencia al Móvil (TDM)
Autor(es) original(es)	Mariano Chóliz Montañés (2010)
Año de creación	2010
Procedencia	España
Tiempo de administración	Aproximadamente 10 minutos
Tipo de administración	Individual o colectiva; autoinforme con escala Likert (0 a 4 o 1 a 5)
Ámbito de aplicación	Psicología, educación, salud mental, estudios sobre adicción y dependencia tecnológica, especialmente en adolescentes
Descripción de la prueba	Instrumento psicométrico que mide la dependencia al teléfono móvil evaluando cuatro factores: abstinencia, abuso/dificultad de control, problemas causados por uso excesivo, y tolerancia. Está conformado por 22 ítems que abordan síntomas típicos de la dependencia tecnológica, como la incapacidad para controlar el uso, consecuencias negativas en la vida diaria, y necesidad creciente del dispositivo.
Validación peruana	Gómez y Paz (2024) validaron el TDM en una muestra de 700 adolescentes de Piura, confirmando un modelo de cuatro factores correlacionados con buenos índices de ajuste: $\chi^2/gf = 2.07$; CFI = .93; TLI = .92; RMSEA = .06; SRMR = .05.
Autores de la validación peruana	Gómez y Paz (2024)
Ámbito de aplicación de la versión peruana	Evaluación de dependencia al móvil en adolescentes en contextos educativos y psicológicos en Perú
Dimensiones	1. Abstinencia 2. Abuso y dificultad de control 3. Problemas causados por uso excesivo 4. Tolerancia

3.8.2. Confiabilidad

Respecto a la fiabilidad del TMMS-24, los resultados del mismo estudio reportaron coeficientes de consistencia interna óptimos, con valores de α entre .83 y .88 y ω entre .86 y .90 en la TMMS-12, mientras que la versión completa TMMS-24 presentó índices

de α entre .85 y .89, evidenciando alta estabilidad y precisión en la medición (Domínguez-Lara et al., 2023). Además, las correlaciones inter-ítem promedio fueron superiores a .60, lo que refleja una adecuada homogeneidad interna.

En cuanto a la fiabilidad, tanto Mamani (2018) como Gómez y Paz (2024) reportaron coeficientes de consistencia interna adecuados. En el primer estudio, los valores del alfa de Cronbach (.92), alfa ordinal (.94) y omega de McDonald (.90) evidenciaron una alta estabilidad interna. De forma coincidente, Gómez y Paz (2024) obtuvieron coeficientes ω entre .67 y .86 por dimensiones y superiores a .70 en el total del test, lo que confirma su confiabilidad para fines de investigación y evaluación educativa.

Para fines del presente estudio, se llevó la fiabilidad mediante el α de Cronbach para asegurar la consistencia interna del cuestionario. En tal sentido, en la tabla 4, se evidenció una fiabilidad aceptable para la variable IE y dependencia al DM.

Cuadro 4

Fiabilidad por consistencia interna de las variables

Variab	α	N de elementos
IE	,802	24
Dependencia al DM	,755	22



CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Para presentación de los resultados se elaboro las tablas de doble entrada según las propuestas y son las siguientes:

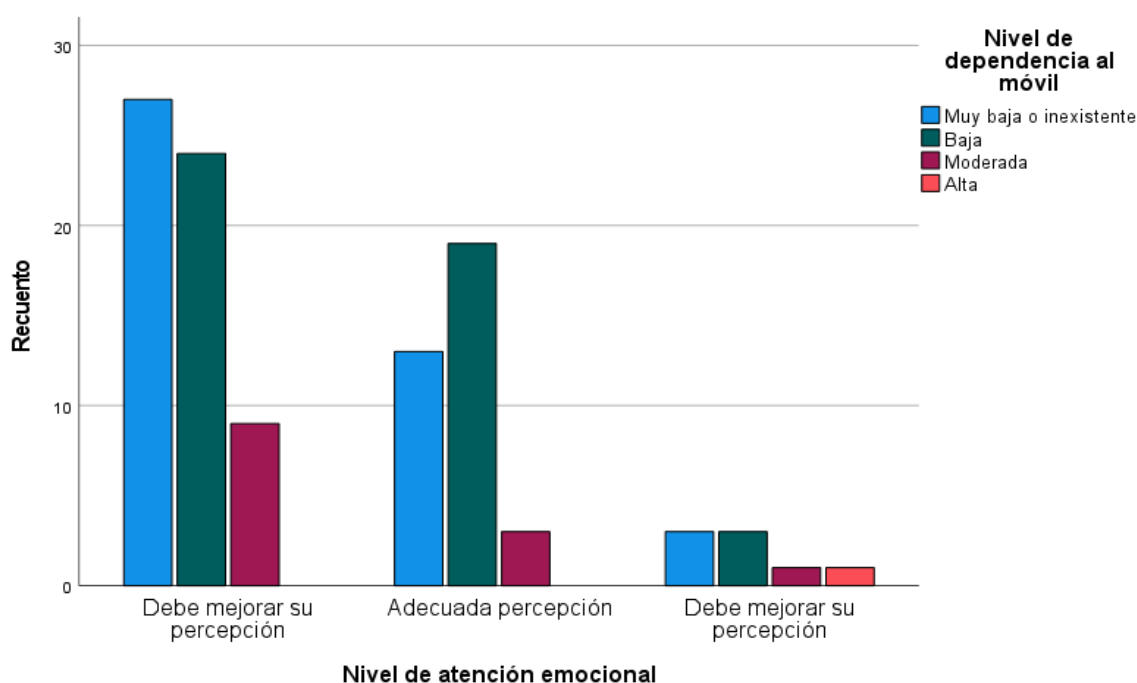
Tabla 1: Frecuencias y porcentaje del nivel de atención emocional y dependencia al dispositivo móvil en adolescentes de la institución educativa secundaria Emilio Romero Padilla. Puno 2025

Nivel de atención emocional	Nivel de dependencia al móvil									
	Muy baja o inexistente		Baja		Moderada		Alta		Total	
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Bajo	27	26.2	24	23.3	9	8.7	0	0	60	58.2
Medio	13	12.6	19	18.4	3	2.9	0	0	35	33.9
Alto	3	2.9	3	2.9	1	1	1	1	8	7.8
Total	43	41.7	46	44.7	13	12.6	1	1	103	100

Fuente: Cuestionario

Coeficiente de correlación: 0.149 Correlación positiva débil

Figura 1



La relación entre la atención emocional y la dependencia al dispositivo móvil evidenció una tendencia atípica y concentrada en los espectros inferiores de uso tecnológico, revelando que el nivel de consumo del smartphone se mantuvo predominantemente funcional con independencia de las falencias en la autopercepción afectiva de los estudiantes.

Al examinar los datos específicos, se advierte que la mayor concentración de la muestra recae sobre aquellos educandos que deben mejorar su percepción emocional, quienes en su conjunto representan el 58.2% (60 estudiantes) de la población evaluada. Este grupo reporta, simultáneamente, una dependencia al móvil muy baja o inexistente (26.2%), seguidos de cerca por quienes presentan una dependencia baja (23.3%). Dentro de esta misma categoría atencional, se identifica una proporción menor de participantes con dependencia moderada (8.7%), destacando la ausencia de casos en el nivel de adicción alta (0%).

De manera complementaria, el segmento estudiantil que manifiesta una adecuada percepción emocional, el cual abarca al 33.9% (35 estudiantes) del total, consolida esta tendencia normativa. Estos adolescentes se agrupan principalmente en los niveles de dependencia baja (18.4%) y muy baja o inexistente (12.6%), con una presencia reducida en el consumo moderado (2.9%) y un registro nulo en la dependencia alta (0%).

Por otro lado, resulta singular el comportamiento de la cohorte que posee una excelente percepción emocional, conformada únicamente por el 7.8% (8 estudiantes) de la muestra global. Sus integrantes se distribuyen equitativamente en los niveles de dependencia muy baja y baja (2.9%). Sin embargo, es precisamente bajo este perfil de alta vigilancia afectiva donde se registra la única incidencia de dependencia alta de toda

la investigación (1%), acompañada por una proporción idéntica en la categoría moderada (1%).

En síntesis, la evidencia recolectada sobre un total de 103 estudiantes (100%) demuestra que la capacidad de atención emocional no predice de forma lineal la ausencia de conductas tecnológicas perjudiciales, dado que los mayores porcentajes totales de uso saludable, tanto 44.7% en dependencia baja y 41.7% en muy baja, integran a una pluralidad de estudiantes que aún se encuentran en pleno desarrollo de su autoconocimiento afectivo.

El análisis relacional entre la atención emocional y la dependencia al DM, los resultados mostraron una correlación positiva débil ($r = .149$) entre ambas variables, con significancia de $p = .132$.

De acuerdo al primer objetivo específico, se evidenció una relación no significativa entre las variables de estudio ($p = .132$). Este resultado, contradice la hipótesis específica primera. En comparación, Guzmán (2024) reportó en estudiantes de secundaria del Cusco una correlación negativa moderada entre inteligencia emocional y dependencia al móvil ($r = -0.353$; $p < .05$), sugiriendo que mayores competencias emocionales se asocian con menor uso problemático. Asimismo, a nivel internacional, Chen et al. (2025) hallaron que la IE se relaciona inversamente con el uso problemático de redes móviles (EI-PSMU $r = -0.36$; $p < .001$) y demostraron mediante SEM un efecto directo negativo de la IE sobre el problema ($\beta = -0.27$; $p < .001$) y efectos mediadores de las relaciones de pares y la evitación experiencial. En contraste con los antecedentes, no se replica una asociación observable para la dimensión de atención emocional en particular.

De acuerdo con el modelo de Salovey y Mayer (1990, 1995), la atención emocional es una de las primeras fases del procesamiento afectivo y se refiere a la capacidad de percibir y monitorear los propios sentimientos, pero no necesariamente implica una adecuada comprensión o regulación de los mismos. Este planteamiento teórico permite comprender por qué, en este estudio, la atención emocional no se relacionó significativamente con la dependencia al DM, cuando los adolescentes dirigen una atención excesiva hacia sus emociones sin contar con la claridad o regulación necesaria para gestionarlas, pueden experimentar sobrecarga emocional, lo que los conduce a estrategias de escape o compensación como el uso reiterado del teléfono.

Asimismo, desde el modelo de Billieux (2012) sobre adicciones comportamentales, la dependencia tecnológica no se origina solo por déficits emocionales, sino por la interacción entre impulsividad, vulnerabilidad afectiva y refuerzo situacional. Bajo esta perspectiva, la atención emocional, al no estar acompañada de habilidades autorregulatorias, no basta para contrarrestar los estímulos de gratificación inmediata que ofrecen los dispositivos móviles. Por tanto, la ausencia de una relación significativa entre atención emocional y dependencia observada en este estudio se alinea con la teoría que distingue entre reconocer la emoción y saber gestionarla: solo cuando la percepción emocional se articula con la comprensión y regulación puede actuar como un factor protector frente al uso problemático del smartphone en la adolescencia.

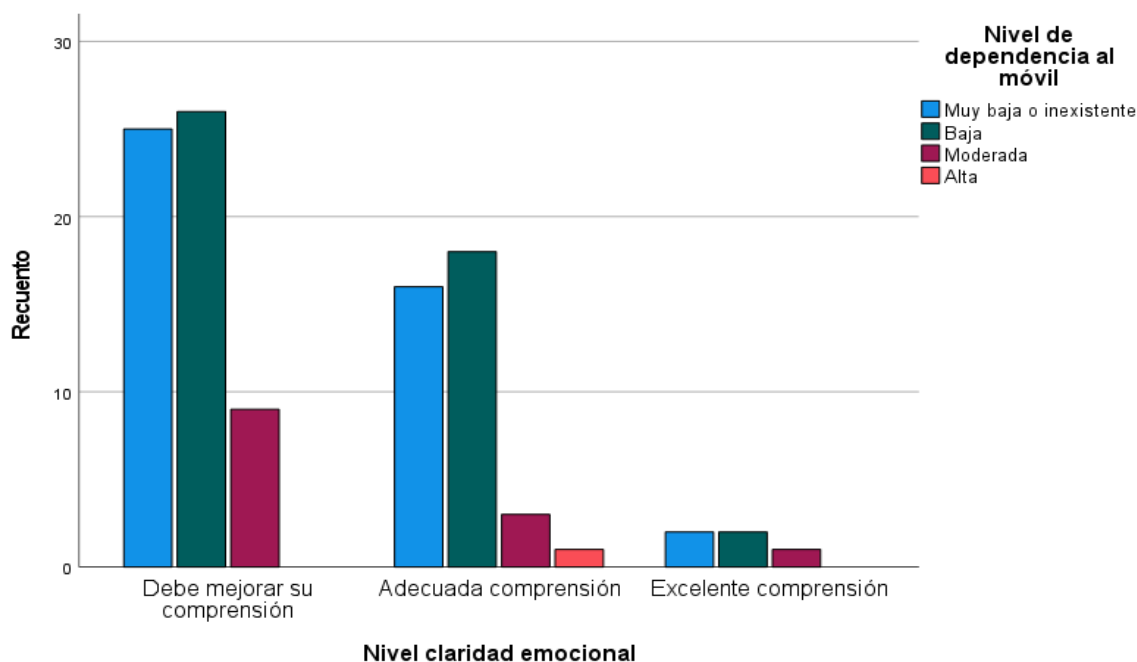
Tabla 2: Frecuencias y porcentaje del nivel de claridad emocional y dependencia al dispositivo móvil en adolescentes de la institución educativa secundaria Emilio Romero Padilla. Puno 2025

Nivel de claridad emocional	Nivel de dependencia al móvil									
	Muy baja o inexistente		Baja		Moderada		Alta		Total	
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Bajo	25	24.3	26	25.2	9	8.7	0	0	60	58.2
Medio	16	15.5	18	17.5	3	2.9	1	1	38	36.9
Alto	2	1.9	2	1.9	1	1	0	0	5	4.8
Total	43	41.7	46	44.7	13	12.6	1	1	103	100

Fuente: Cuestionario

Coeficiente de correlación: 0.123 Correlación positiva débil

Figura 2



La relación entre la claridad emocional y la dependencia al dispositivo móvil evidenció una dinámica atípica donde la vulnerabilidad en la comprensión afectiva no se tradujo en un incremento del uso problemático, manteniéndose patrones tecnológicos predominantemente funcionales en la muestra.

Se establece que la mayor concentración de educandos recae sobre aquellos que deben mejorar su percepción emocional, quienes en su conjunto representan el 58.2% (60 estudiantes) de la muestra total. Este grupo exhibe, simultáneamente, una dependencia al móvil baja (25.2%) y muy baja o inexistente (24.3%). Dentro de este mismo perfil cognitivo-afectivo, una proporción menor de la muestra manifiesta dependencia moderada (8.7%), destacando la ausencia total de casos en el nivel alto (0%).

El segmento estudiantil que reporta una adecuada percepción emocional, conformando el 36.9% (38 estudiantes) del total, consolida esta tendencia adaptativa. Estos adolescentes se agrupan principalmente en los niveles de dependencia baja (17.5%) y muy baja o inexistente (15.5%), manteniendo una presencia reducida en el consumo moderado (2.9%). No obstante, resulta particular que dentro de este estrato intermedio de claridad se identifique el único caso de alta dependencia (1%) registrado en toda la investigación.

Por otro lado, la cohorte que demuestra una excelente percepción emocional, que agrupa apenas al 4.8% (5 estudiantes) de la población evaluada, se distribuye de forma marginal en los niveles muy bajo (1.9%), bajo (1.9%) y moderado (1%), sin registrar presencia alguna en la categoría de alta dependencia (0%).

En conjunto, las cifras presentadas sobre la muestra total de 103 estudiantes (100%) respaldan la conclusión de que la claridad emocional, entendida como la destreza para dar sentido a las experiencias afectivas, no interviene de forma aislada como un factor determinante sobre el nivel de uso del dispositivo. Así, queda demostrado empíricamente que la confusión o el déficit en la denominación afectiva de los adolescentes no derivó linealmente en el desarrollo de una adicción tecnológica dentro de su contexto escolar.

El análisis relacional entre la claridad emocional y la TDM, los hallazgos evidenciaron una correlación positiva muy baja ($r = .123$) con un nivel de significancia de $p = .215$, lo que indicó la inexistencia de una correlación significativa entre ambas variables. En este contexto, se interpretó que la capacidad de los participantes para comprender y dar sentido a sus propias emociones no se relacionó de manera significativa con su nivel de dependencia hacia el dispositivo móvil.

En consecuencia, el segundo objetivo específico, se reportó una relación no significativa entre las variables de estudio ($p = .215$). Este hallazgo contradice la hipótesis específica segunda. En contraposición, a nivel internacional Dem (2021) identificó en 805 adolescentes una correlación inversa entre IE total y adicción al smartphone ($r = -.23$; $p < .05$), resaltando que el manejo del estrés fue el predictor más influyente de la dependencia tecnológica. Asimismo, a nivel nacional Goicochea y Ludeña (2023) hallaron en 221 escolares una correlación negativa más marcada entre IE y adicción al móvil ($r = -0.436$; $p = .001$), con relaciones inversas significativas en dimensiones como gestión del estrés y estado de ánimo. En comparación con esos resultados, los hallazgos del presente estudio no demostraron un vínculo para la claridad emocional de forma



aislada, lo que sugiere que comprender lo que se siente no basta, por sí mismo, para atenuar el uso problemático del dispositivo en este contexto escolar.

Según el modelo de Salovey y Mayer (1990, 1995), la claridad emocional representa la capacidad de identificar y comprender con precisión los propios estados afectivos, lo que permite integrar la emoción con la razón y favorecer una toma de decisiones equilibrada. No obstante, esta dimensión, al actuar de manera aislada, no necesariamente garantiza un comportamiento autorregulado. La ausencia de una relación significativa entre claridad emocional y dependencia al DM hallada en este estudio puede explicarse porque comprender lo que se siente no implica automáticamente saber cómo gestionar o transformar dichas emociones.

De acuerdo con el modelo de Billieux (2012) sobre las adicciones comportamentales, el uso problemático del DM surge de la interacción entre la impulsividad, los déficits de regulación y los factores de refuerzo situacional. En este marco, la claridad emocional, aunque facilita el reconocimiento del malestar, no necesariamente interrumpe los ciclos de recompensa que caracterizan a la dependencia tecnológica. Por tanto, el resultado obtenido se alinea con esta teoría, la cual plantea que solo la articulación entre comprensión emocional y control conductual puede disminuir el riesgo de uso compulsivo.

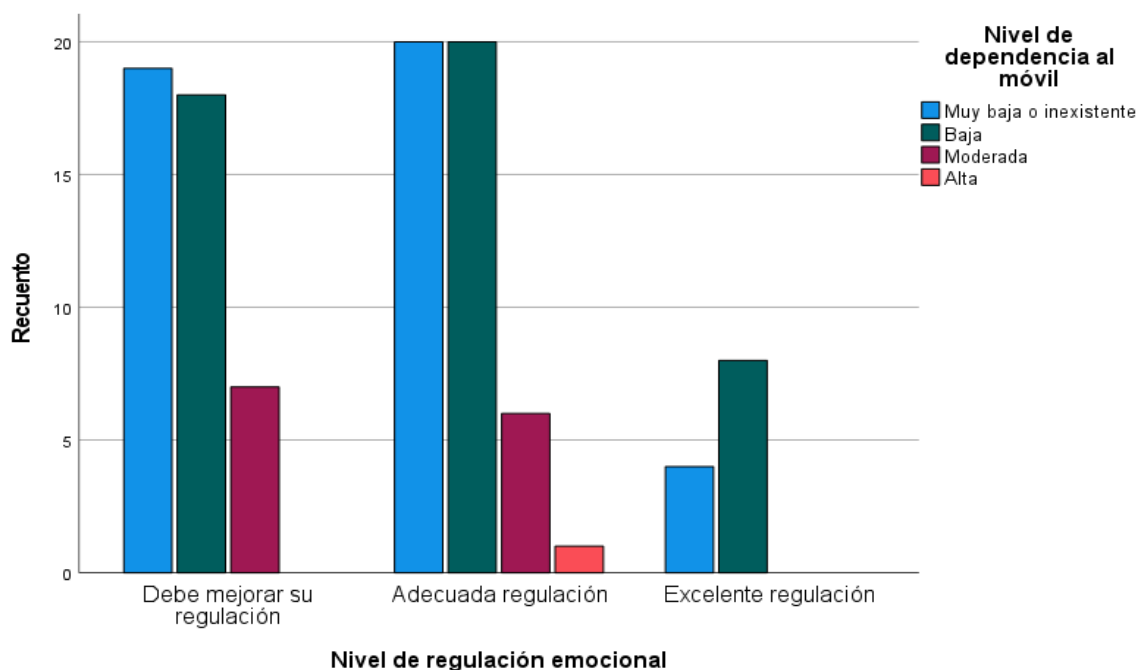
Tabla 3: Frecuencias y porcentaje del nivel de regulación emocional y dependencia al dispositivo móvil en adolescentes de la institución educativa secundaria Emilio Romero Padilla. Puno 2025

Nivel de regulación emocional	Nivel de dependencia al móvil									
	Muy baja o inexistente		Baja		Moderada		Alta		Total	
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Bajo	19	18.4	18	17.5	7	6.8	0	0	44	42.7
Medio	20	19.4	20	19.4	6	5.8	1	1	47	45.6
Alto	4	3.9	8	7.8	0	0	0	0	12	11.7
Total	43	41.7	46	44.7	13	12.6	1	1	103	100

Fuente: Cuestionario

Coeficiente de correlación: 0.084 Correlación positiva muy débil

Figura 3



La relación entre la regulación emocional y la dependencia al dispositivo móvil mostró una distribución donde la capacidad para modular los estados afectivos coexistió de manera generalizada con niveles bajos y nulos de uso problemático del teléfono, sugiriendo un panorama de funcionalidad tecnológica relativamente independiente de los déficits o fortalezas regulatorias del estudiante.

Se observa que los participantes ubicados en el estrato que debe mejorar su regulación emocional, quienes constituyen el 42.7% (44 estudiantes) de la muestra global, se concentran mayoritariamente en los niveles de dependencia al móvil muy baja o inexistente (18.4%) y baja (17.5%). Esta evidencia señala que la carencia de estrategias efectivas para mitigar las emociones negativas y sostener las positivas no actúa, de manera lineal, como un factor precipitante hacia el uso compulsivo de las pantallas. Asimismo, coexistiendo con este perfil de vulnerabilidad regulatoria, una proporción menor de la muestra general reporta una dependencia moderada (6.8%), destacando la ausencia total de casos en el nivel alto (0%).

Por otro lado, el segmento de educandos con una adecuada regulación emocional, que representa la mayor proporción con el 45.6% (47 estudiantes), se agrupa de forma simétrica y predominante en las categorías de dependencia muy baja o inexistente (19.4%) y baja (19.4%). No obstante, resulta particular que en este mismo estrato intermedio se ubique el único caso de dependencia alta (1%) de toda la investigación, acompañado por un 5.8% de incidencia en el nivel moderado.

En el caso de la cohorte que manifiesta una excelente regulación emocional, conformada por el 11.7% (12 estudiantes) restante, sus integrantes se posicionan de manera exclusiva en los niveles de dependencia baja (7.8%) y muy baja o inexistente

(3.9%). Resulta destacable la ausencia de casos en las dimensiones de dependencia moderada (0%) y alta (0%) bajo este perfil.

En conjunto, las frecuencias obtenidas sobre los 103 estudiantes evaluados (100%) permiten concluir que la regulación emocional no determina de forma aislada la dependencia tecnológica; en la población evaluada, las deficiencias para equilibrar las emociones conviven de manera atípica con un manejo predominantemente normativo y no patológico del dispositivo móvil, sosteniendo los mayores aglomerados poblacionales en las categorías de dependencia baja (44.7%) y muy baja (41.7%).

El análisis relacional entre la regulación emocional y la TDM, los resultados mostraron una correlación positiva muy baja ($r = .084$) y significancia de $p = .399$, lo que indicó la ausencia de una correlación estadísticamente significativa. Este resultado sugirió que la habilidad de los participantes para manejar, controlar o modular sus emociones no se asoció de manera significativa con su grado de dependencia hacia el uso del DM.

Acorde al tercer objetivo específico, se evidenció una relación no significativa entre las variables de estudio ($p = .399$). Este resultado contradice la hipótesis específica tercera. En contraposición con el hallazgo no significativo entre regulación emocional y dependencia al DM ($p = .399$), Gülden y Polat (2024) reportaron asociaciones positivas y significativas entre la adicción y la regulación disfuncional tanto interna ($r = 0.317$; $p < .01$) como externa ($r = 0.349$; $p < .01$), además de efectos indirectos a través de mindfulness y autocontrol que reforzaron el vínculo explicativo. De manera complementaria, Mascia et al. (2020) comprobaron que la autorregulación se relaciona negativamente con la adicción al smartphone ($\beta = -0.413$; $p < .01$) y que la dependencia



modera desfavorablemente su impacto sobre el bienestar ($\beta = -0.124$; $p < .05$). En comparación con estos antecedentes, que enfatizan el peso de los mecanismos regulativos, los datos sugieren que, en la muestra analizada, la regulación emocional percibida no explica por sí sola el patrón de uso problemático, lo que apunta a posibles mediadores o moderadores contextuales que pudieron atenuar la asociación esperada.

Desde la perspectiva de Salovey y Mayer (1990, 1995), la regulación emocional es la habilidad que permite manejar y modificar los estados afectivos, potenciando las emociones positivas y reduciendo la influencia de las negativas. No obstante, esta competencia no actúa de manera aislada, sino que requiere integrarse con la atención y la claridad emocional para producir efectos adaptativos. En el presente estudio, la falta de relación significativa entre regulación emocional y dependencia al DM puede explicarse porque, aunque los adolescentes reporten cierto nivel de control sobre sus emociones, dicho control no siempre se traduce en autorregulación conductual efectiva frente a estímulos de alta recompensa inmediata, como los que ofrecen los teléfonos inteligentes. Este fenómeno coincide con lo señalado por Billieux (2012), quien plantea que las adicciones comportamentales se originan en la interacción entre vulnerabilidades emocionales, impulsividad y factores contextuales que refuerzan el uso excesivo.

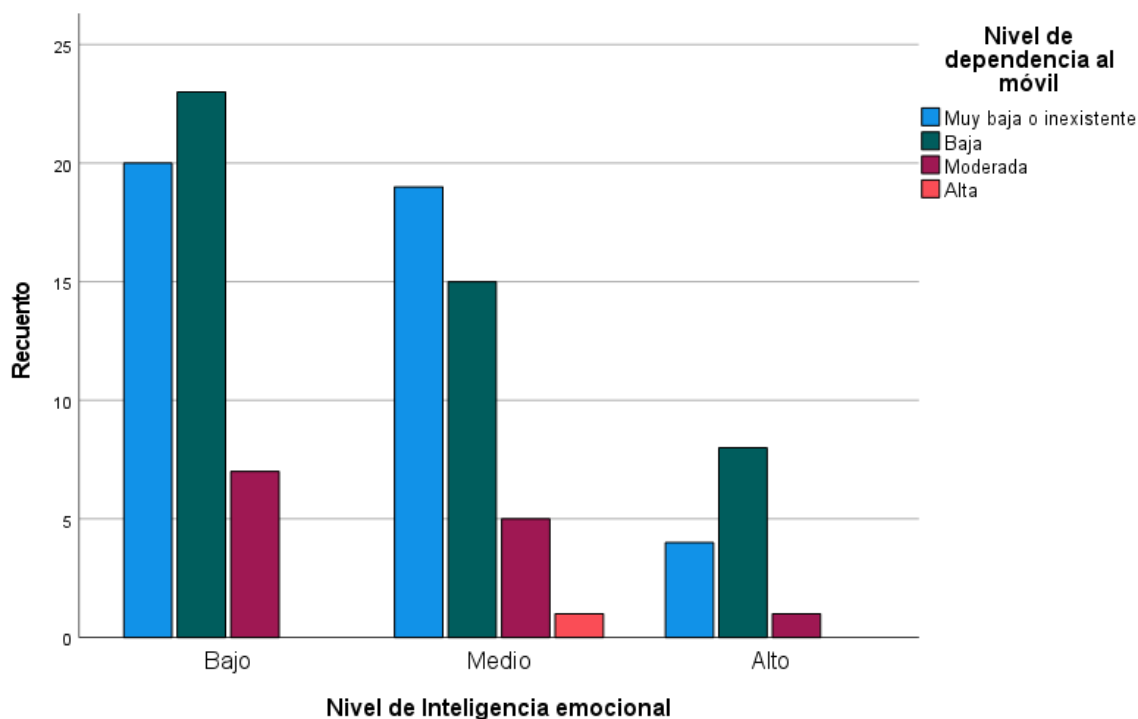
Tabla 4: Frecuencias y porcentaje del nivel de inteligencia emocional y dependencia al dispositivo móvil en adolescentes de la institución educativa secundaria Emilio Romero Padilla. Puno 2025

Nivel de inteligencia emocional	Nivel de dependencia al móvil									
	Muy baja o inexistente		Baja		Moderada		Alta		Total	
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Bajo	20	19.4	23	22.3	7	6.8	0	0	50	48.5
Medio	19	18.4	15	14.6	5	4.9	1	1	40	38.9
Alto	4	3.9	8	7.8	1	1	0	0	13	12.7
Total	43	41.7	46	44.7	13	12.6	1	1	103	100

Fuente: Cuestionario

Coeficiente de correlación: 0.119 Correlación positiva débil

Figura 4





La relación global entre la inteligencia emocional y la dependencia al dispositivo móvil reflejó un patrón empírico donde las deficiencias en las competencias afectivas integradas no se tradujeron proporcionalmente en conductas adictivas, evidenciando un uso tecnológico predominantemente normativo y funcional en la población adolescente evaluada.

Al focalizar la atención en los datos empíricos, se advierte que la mayor proporción de la muestra evaluada recae sobre aquellos estudiantes que presentan un nivel bajo de inteligencia emocional, agrupando al 48.5% (50 estudiantes) del total poblacional. Este estrato exhibe, simultáneamente, una dependencia tecnológica baja (22.3%) y muy baja o inexistente (19.4%). En esta misma línea de vulnerabilidad socioemocional, una fracción menor del total poblacional manifiesta una dependencia moderada (6.8%), evidenciándose una ausencia de casos en la categoría de adicción alta (0%).

Por su parte, el segmento de educandos que reporta un nivel medio de inteligencia emocional, el cual concentra al 38.9% (40 estudiantes) de la muestra, consolida una tendencia orientada al uso normativo, estos participantes se distribuyen principalmente en los rangos de dependencia muy baja o inexistente (18.4%) y baja (14.6%), con una representación más reducida en el nivel moderado (4.9%). No obstante, resulta de particular interés que dentro de este estrato de competencias afectivas intermedias se identifique el único caso de dependencia alta (1%) reportado en toda la investigación.

En lo que respecta a la cohorte con un nivel alto de inteligencia emocional, conformada por el 12.7% (13 estudiantes) de la población evaluada, su presencia en la muestra se focaliza en las categorías de dependencia baja (7.8%), muy baja o inexistente (3.9%) y moderada (1%), registrándose una nula incidencia en el nivel alto (0%). Este

hallazgo confirma que un dominio consolidado y armónico en el procesamiento de la información afectiva intrapersonal se perfila de manera congruente con perfiles de uso tecnológico equilibrados.

En conjunto, las cifras recabadas sobre el total de 103 estudiantes (100%) permiten concluir que la inteligencia emocional general no determina de forma aislada y lineal el grado de dependencia a los dispositivos móviles. Se demuestra empíricamente que, dentro de este entorno escolar, la carencia de dichas habilidades psicosociales coexiste de manera atípica con hábitos digitales no patológicos, sustentando a los mayores aglomerados de la muestra total en los niveles de uso bajo (44.7%) y muy bajo (41.7%).

El análisis relacional entre la IE, evaluada mediante el TMMS, y la TDM. Los hallazgos señalaron una correlación positiva muy baja ($r = .119$) entre ambas variables, con una significancia bilateral de $p = .233$, lo que indicó que dicha relación no alcanzó valores significativos. En términos interpretativos, esta falta de significancia sugirió que, dentro de la muestra conformada por 103 participantes, los niveles de IE no guardaron una relación directa con la dependencia al DM.

En ese sentido, el objetivo general, se reportó una relación no significativa entre las variables de estudio ($p=.233$). En contraste, Guzmán (2024) evidenció una correlación negativa moderada entre la IE y la dependencia al DM ($r = -0.353$; $p < .05$) en una población adolescente de Cusco, señalando que el desarrollo de competencias emocionales atenúa el uso nocivo del móvil. De manera similar, Dem (2021) encontró una relación inversa significativa ($r = -.23$; $p < .05$) entre ambas variables en adolescentes turcos, identificando que la regulación emocional y el manejo del estrés

fueron los predictores más influyentes en la disminución de la adicción tecnológica. En comparación con dichos hallazgos, el presente estudio no logró replicar estas asociaciones, lo que sugiere la posible influencia de factores contextuales, educativos o culturales propios del entorno puneño que podrían modular la expresión de la inteligencia emocional o el patrón de uso de los dispositivos móviles.

Desde el marco teórico propuesto por Salovey y Mayer (1990, 1995), la IE se concibe como la capacidad de percibir, comprender y regular las propias emociones, dimensiones que interactúan de manera dinámica para favorecer la adaptación personal. Sin embargo, cuando estas habilidades no se desarrollan de forma integrada, es posible que su influencia sobre conductas desadaptativas, como la dependencia al móvil, se diluya. En este estudio, la ausencia de una relación significativa entre la IE y la dependencia tecnológica puede interpretarse a partir de esta visión integradora: la mera presencia de atención, claridad o regulación emocional aisladas no necesariamente conlleva un control efectivo sobre los impulsos, ya que la autorregulación emocional requiere tanto reconocimiento como gestión de las emociones en contextos de alta estimulación digital. Por lo tanto, el efecto protector de la IE, ampliamente documentado por Fernández-Berrocal et al. (2004), podría depender de la madurez emocional y de las condiciones psicosociales que rodean a los adolescentes, como el apoyo familiar, el entorno educativo y la exposición tecnológica.

Complementariamente, el modelo de adicción comportamental de Billieux (2012) plantea que la dependencia a los DM emerge de la interacción entre vulnerabilidades emocionales, impulsividad y factores contextuales. Desde esta perspectiva, la carencia de una relación significativa entre las variables podría explicarse porque la población



estudiada no presenta aún niveles críticos de descontrol o abstinencia que activen estos mecanismos disfuncionales, o bien porque la regulación emocional, si bien es un recurso interno, requiere de factores externos de contención para ejercer un efecto preventivo.

CONCLUSIONES

- PRIMERA** Respecto a la atención emocional, se determinó que la mayor proporción de la muestra se ubicó en la categoría "debe mejorar su percepción" (58.2%), concentrándose principalmente en el nivel bajo de dependencia al móvil (23.3%), perteneciendo a un grupo general donde la dependencia baja predominó en la muestra (44.7%). Esto corroboró una relación no significativa, positiva y débil ($Rho = 0.149$; $p = .132$), indicando que el hecho de que los adolescentes sean conscientes de sus emociones o les presten atención no necesariamente se traduce en un control efectivo del tiempo o del uso del teléfono.
- SEGUNDA:** En relación con la claridad emocional, hubo mayor proporción de estudiantes ubicados en el nivel "debe mejorar su percepción" (58.2%) que a su vez presentaron un nivel bajo de dependencia al móvil (25.2%, dentro de un total de 44.7% de dependencia baja a nivel general). Con estos datos se evidenció una relación no significativa, positiva y débil con la dependencia al DM ($Rho = 0.123$; $p = .215$), revelando que comprender lo que se siente no necesariamente implica poder gestionar de forma adecuada los impulsos tecnológicos; es decir, mientras que los adolescentes pueden reconocer la naturaleza de sus emociones, sin las estrategias autorregulatorias adecuadas, dicha comprensión no se refleja en una conducta controlada frente al uso excesivo del móvil.
- TERCERA:** En cuanto a la regulación emocional, se identificó que la mayor parte de los estudiantes evidenció una "adecuada percepción" (45.6%),

convergiendo predominantemente con un nivel bajo de dependencia al móvil (19.4%, sobre el 44.7% total de esta categoría). Se observó una relación no significativa, positiva y muy débil con la dependencia al DM ($Rho = 0.084$; $p = .399$), lo cual implica que la percepción de control emocional intrapersonal no basta para limitar el uso compulsivo del celular, ya que este comportamiento se ve fuertemente reforzado por factores externos como la gratificación inmediata, la presión social o la necesidad de conexión constante.

CUARTA: Se concluyó que existe una mayor proporción de estudiantes concentrados en el nivel bajo de inteligencia emocional (48.5%) que exhiben simultáneamente un nivel bajo de dependencia al móvil (22.3%, dentro del marco general del 44.7% de dependencia baja). En consecuencia, se comprobó una relación no significativa de magnitud positiva y débil entre la IE y la dependencia al DM en los adolescentes de la Institución Educativa Secundaria N° 45 Emilio Romero Padilla durante el año 2025 ($Rho = 0.119$; $p = .233$). Esto implica que las habilidades emocionales percibidas de manera global no actúan como un factor determinante para regular el uso del teléfono móvil, sugiriendo que la ausencia de correlación podría estar influenciada por factores contextuales, como las normas escolares, el entorno familiar o los patrones socioculturales de uso tecnológico, que modulan el comportamiento digital de los adolescentes más allá de sus competencias individuales.

RECOMENDACIONES

- PRIMERA:** A los docentes y tutores fomentar estrategias pedagógicas que integren la atención emocional como herramienta educativa, pero vinculándola con procesos de regulación y toma de decisiones saludables. Se sugiere capacitar al personal educativo en el reconocimiento de las emociones propias y ajenas, para que puedan acompañar a los estudiantes en la gestión adaptativa de sus estados afectivos, evitando que la atención excesiva sin guía derive en distracción o dependencia tecnológica.
- SEGUNDA:** Al psicólogo talleres psicoeducativos dirigidos a los estudiantes que fortalezcan la claridad emocional, promoviendo la comprensión de las emociones y su vinculación con el comportamiento digital. Estos espacios deben incluir dinámicas reflexivas y actividades grupales que permitan a los adolescentes identificar cómo sus emociones influyen en el uso del teléfono móvil y qué estrategias pueden aplicar para mantener un equilibrio emocional.
- TERCERA:** A la institución la de implementar programas de fortalecimiento de la regulación emocional, que incluyan entrenamiento en autocontrol, manejo de impulsos y tolerancia a la frustración.
- CUARTA:** Al director, promover con la Municipalidad e instituciones la implementación de programas psicoeducativos integrales orientados al desarrollo de la Inteligencia Emocional y al uso responsable de las tecnologías digitales. Estos programas deben involucrar tanto a



docentes como a padres de familia, con el fin de fortalecer las competencias emocionales y sociales de los adolescentes en contextos donde la regulación del uso tecnológico depende también del entorno familiar y escolar.



REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Amado Zúñiga, P. A. F. (2022). *Inteligencia emocional en adolescentes de una institución educativa de Puno* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio institucional de la Universidad Nacional Federico Villarreal. <https://repositorio.unfv.edu.pe/handle/20.500.13084/6336>
- Apaza, M. (2024). *La nomofobia en los estudiantes de la Institución Educativa Bolivariana y Emblemática Gran Unidad Escolar San Carlos* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional del Altiplano]. Repositorio institucional de la Universidad Nacional del Altiplano. https://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14082/21869/Apaza_Llanos_Maribel.pdf?sequence=4
- Asenjo, R., y Ñiquen, G. (2023). *Factores Sociodemográficos asociados a la Inteligencia Emocional en adolescentes de una Institución Educativa Privada De La Perla-Puno* [Tesis de licenciatura, Universidad Católica Sedes Sapientiae]. Repositorio institucional de la Universidad Católica Sedes Sapientiae.
- Becerra-Canales, B., Hernández-Huaripaucar, E., Mayaute-Ghezzi, J., Solano-García, C., Pardo-Angulo, P., Reyes-Urbe, A., Chauca, C., Cáceres, V., Chang-Laura, A., De la Cruz, D., Llantoy-Mezarayme, N., Roman-Aspilcueta, D., Rios-Ramos, A., Oscco, Y., Ramos, C., Gutiérrez, E., & Jerry, Q. (2022). Adicción a teléfonos inteligentes en una muestra de adolescentes. Estudio preliminar. *Rev. méd. panacea*, 11(2), 38–46. <https://doi.org/10.35563/rmp.v11i2.482>



- Billieux, J. (2012). Problematic use of the mobile phone: A literature review and a pathways model. *Current psychiatry reviews*, 8(4), 299–307. <https://doi.org/10.2174/157340012803520522>
- Castillo, L. A. (2023). *Adicción al celular en adolescentes de un colegio particular de Jesús María* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio institucional de la Universidad Nacional Federico Villarreal. https://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13084/6860/UNFV_FP_Castillo_Ordonez_Luis_Alfredo_Titulo_profesional_2023.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Castillo, M., Tenezaca, J., & Mazón, J. (2021). Dependencia al dispositivo móvil e impulsividad en estudiantes universitarios de Riobamba-Ecuador. *Rev. Eugenio Espejo*, 15(3), 59–68. <https://doi.org/10.37135/ee.04.12.07>
- Ccorimanya Mamani, G. M., & López Azaña, M. N. (2021). *Dependencia al celular en estudiantes de una institución educativa rural y una institución educativa local durante la pandemia de la COVID-19 Juliaca, 2020* [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Unión]. <https://repositorio.upeu.edu.pe/server/api/core/bitstreams/16daedff-32d9-4b49-a43f-046f829e41bc/content>
- Chen, X., Peng, S., Guan, H., Sun, H., Wu, H., Yao, X., Chen, Z., & Yang, X. (2025). Effect of emotional intelligence on problematic mobile social media use: mediating role of peer relationships and experiential avoidance. *Frontiers in Psychology*, 16, 1558733. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1558733>



- Chóliz, M. (2010). Mobile phone addiction: a point of issue. *Addiction (Abingdon, England)*, 105(2), 373–374. <https://doi.org/10.1111/j.1360-0443.2009.02854.x>
- Chóliz, M. (2010). Mobile phone addiction: a point of issue. *Addiction (Abingdon, England)*, 105(2), 373–374. <https://doi.org/10.1111/j.1360-0443.2009.02854.x>
- Del Castillo, A., y Quispe, D. (2020). *Inteligencia emocional y dependencia al celular en estudiantes del nivel secundario de una Institución Educativa de Huancayo, 2020* [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Los Andes]. Repositorio institucional de la Universidad Peruana Los Andes. <https://hdl.handle.net/20.500.12848/1925>
- Dem, S. R. (2021). Emotional intelligence in high school students: relationship to smartphone addiction. *The Journal of International Social Research*, 14(76), 133–142. <https://doi.org/10.17719/JISR.2019.3213>
- Dominguez-Lara, S., Peceros-Pinto, B., Valente, S. N., Lourenço, A. A., & Flores-Cataño, K. R. (2023). Análisis estructural de una versión breve de la Trait Meta-Mood Scale en adolescentes peruanos. *Revista Fuentes*, 25(1), 82-100. <https://revistascientificas.us.es/index.php/fuentes/article/view/22077>
- Durao, M., Etchezahar, E., Ungaretti, J., & Calligaro, C. (2021). Propiedades psicométricas del Test de Dependencia al Teléfono Móvil (TDMB) en Argentina y sus relaciones con la impulsividad. *Actualidades en psicología: AP*, 35(130), 1–17. <https://doi.org/10.15517/ap.v35i130.41963>
- Durao, M., Etchezahar, E., Ungaretti, J., & Calligaro, C. (2021). Propiedades psicométricas del Test de Dependencia al Teléfono Móvil (TDMB) en Argentina y sus relaciones con la impulsividad. *Actualidades en Psicología*, 35(130), 1-18.



<https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?pid=S2215->

[35352021000100001&script=sci_arttext](https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?pid=S2215-35352021000100001&script=sci_arttext)

Espinoza-Venegas, M., Sanhueza-Alvarado, O., Ramírez-Elizondo, N., & Sáez-Carrillo, K. (2015). A validation of the construct and reliability of an emotional intelligence scale applied to nursing students. *Revista latino-americana de enfermagem*, 23(1), 139-147. <https://doi.org/10.1590/0104-1169.3498.2535>

Estrada-Araoz, E. G. (2024). Adicción a los teléfonos inteligentes y ansiedad en una muestra de adolescentes peruanos: un estudio correlacional. *Gaceta Médica de Caracas*, 132(4), 1051–1060. <https://doi.org/10.47307/gmc.2024.132.4.16>

Fernández-Berrocal, P., Extremera, N., & Ramos, N. (2004). Validación de la versión española de la TMMS-24 (Trait Meta-Mood Scale). *Psicothema*, 16(2), 443-448.

Fernandez-Berrocal, P., Extremera, N., & Ramos, N. (2004). Validity and reliability of the Spanish modified version of the Trait Meta-Mood Scale. *Psychological Reports*, 94(3 Pt 1), 751–755. <https://doi.org/10.2466/pr0.94.3.751-755>

Fernández-Berrocal, P., Extremera, N., & Ramos, N. (2004). Validity and reliability of the Spanish modified version of the Trait Meta-Mood Scale. *Psychological reports*, 94(3), 751-755. <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.2466/pr0.94.3.751-755>

Fernández-Berrocal, P., Vilca-Pareja, V., Rojas Zegarra, M. E., Hillpa-Zuñiga, M. E., Yana-Calla, V. R., & Cabello, R. (2025). Psychometric properties of the TMMS-24 emotional intelligence scale in Peruvian university students. *Frontiers in Psychology*, 16, 1611923. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1611923>



Fretel-Quiroz, N. M., Espejo-Landeo, N. D., & Coral-Cevillano, M. (2020). Relación entre inteligencia emocional y dependencia al uso del celular de alumnos de Enfermería UAP 2018. *Polo del Conocimiento*, 5(9), 329-340.

Gamero, K., Flores, C., Arias, W. L., Ceballos, K. D., Román, A., & Marquina, E. (2016). Estandarización del Test de Dependencia al Celular para estudiantes universitarios de Arequipa. *Persona*, 0(019), 179.
<https://doi.org/10.26439/persona2016.n019.979>

Godoy Rojas, I. A., & Sánchez Moreno, M. (2021). Estudio sobre la inteligencia emocional en educación primaria. *Revista Fuentes*, 2(23), 254–267.
<https://doi.org/10.12795/revistafuentes.2021.12108>

Goicochea Vilchez, A. K. B., & Niquen Ludeña, M. J. (2023). *Inteligencia emocional y dependencia al celular en Estudiantes de Secundaria de una Institución Educativa Estatal de la Provincia de Lambayeque* [Tesis de licenciatura, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio institucional de la Universidad Señor de Sipán.
<https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/11799/Goicochea%20Vilchez,%20Angye%20Katherin%20Brigithe%20-%20Niquen%20Lude%C3%B1a,%20Maria%20Jose.pdf?sequence=12&isAllowed=y>

Goicochea Vilchez, A. K. B., & Niquen Ludeña, M. J. (2023). *Inteligencia emocional y dependencia al celular en Estudiantes de Secundaria de una Institución Educativa Estatal de la Provincia de Lambayeque* [Tesis de licenciatura, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio institucional de la Universidad Señor de Sipán.
<https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/11799>



- Gomez, M. y Paz, R. (2024). *Propiedades psicométricas del test de dependencia al móvil en adolescentes en la ciudad de Piura, 2023* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional de la Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/140162>
- Gonzales, M. E. C., Pilatuña, R. I. C., Sánchez, J. R. T., & Naranjo, J. P. M. (2022). Dependencia al dispositivo móvil y problemas en la conducta social y control emocional en universitarios. *Revista Ecuatoriana de Psicología*, 5(11), 43-53. <https://doi.org/10.33996/repesi.v5i11.70>
- González, R., Custodio, J. B., & Abal, F. J. P. (2020). Propiedades psicométricas del Trait Meta-Mood Scale-24 en estudiantes universitarios argentinos. *Psicogente*, 23(44), 1-26. <https://doi.org/10.17081/psico.23.44.3469>
- Gülden, Ç., & Polat, K. (2024). Mobile phone addiction, emotion regulation, mindfulness, and self-control among adolescents: A serial mediation analysis. *Journal of Education Faculty*, 26(4), 565–578. <https://doi.org/10.17556/erziefd.1500379>
- Guzmán, M. (2024). Inteligencia emocional y dependencia al celular en adolescentes del nivel secundario de una institución educativa, Cusco–2023 [Tesis de licenciatura, Universidad Andina del Cusco]. Repositorio institucional de la Universidad Andina del Cusco. https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UACI_01cd28d677879a64005945e6c3fcc84b
- Hernández-Sampieri, R., y Mendoza, C. (2023). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta* (2da edición). McGraw Hill.



Hospital Nacional Arzobispo Loayza (2022). *Uso excesivo de celulares y tables provoca aislamiento social en niños y adolescentes*. Nota de prensa.

<https://www.gob.pe/institucion/hospitalloayza/noticias/595634-uso-excesivo-de-celulares-y-tables-provoca-aislamiento-social-en-ninos-y-adolenscentes>

Huamán, G. (2020). *Propiedades psicométricas del Cuestionario de Inteligencia Emocional TMMS-24 en adolescentes de Villa El Salvador* [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio institucional de la Universidad Autónoma del Perú. <https://hdl.handle.net/20.500.13067/1306>

Instituto Nacional de Estadística e Informática (2023). *El 91,3% de la población de 6 y más años de edad que usa internet accedió a través de un teléfono celular*. Nota de Prensa. <https://m.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/noticias/nota-de-prensa-no-098-2023-inei.pdf>

Llamas-Díaz, D., Cabello, R., Megías-Robles, A., & Fernández-Berrocal, P. (2022). Systematic review and meta-analysis: The association between emotional intelligence and subjective well-being in adolescents. *Journal of Adolescence*, 94(7), 925–938. <https://doi.org/10.1002/jad.12075>

Lupaca Pari, E., & Ccoyo Hanco, E. D. (2023). *Dependencia al smartphone y ansiedad en estudiantes de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano, Puno 2022* [Tesis para optar el título profesional de Licenciado en Enfermería, Universidad Nacional del Altiplano]. <https://repositorio.unap.edu.pe/handle/20.500.14082/19412>

Lupaca, E., y Ccoyo, E. (2023). *Dependencia al smartphone y ansiedad en estudiantes de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano, Puno 2022*



[Tesis de licenciatura, Universidad Nacional del Altiplano]. Repositorio institucional de la Universidad Nacional del Altiplano.
<https://repositorio.unap.edu.pe/handle/20.500.14082/19412>

Machon Gonzales, K. E. (2024). *Nivel Atencional y Dependencia a los dispositivos móviles en estudiantes del nivel secundario de dos escuelas de Lima Metropolitana* [Tesis de licenciatura, Universidad Ricardo Palma]. Repositorio institucional de la Universidad Ricardo Palma.
<https://repositorio.urp.edu.pe/server/api/core/bitstreams/fa8db603-8d1f-4a2c-9c3a-922567a7aff7/content>

Mamani, M. (2018). *Adaptación del Test de dependencia del móvil (TDM) en estudiantes de secundaria de cinco instituciones educativas públicas, UGEL 01, 2018* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional de la Universidad César Vallejo.
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/25581/Mamani_OMC.pdf?sequence=4&isAllowed=yhttps://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/8754/4/IV_FHU_501_TE_Garcia_Chirinos_2020.pdf

Mancini, G., Özal, Z., Biolcati, R., Trombini, E., & Petrides, K. V. (2024). Trait emotional intelligence and adolescent psychological well-being: a systematic review. *International Journal of Adolescence and Youth*, 29(1).
<https://doi.org/10.1080/02673843.2023.2292057>

Mascia, M. L., Agus, M., & Penna, M. P. (2020). Emotional intelligence, self-regulation, smartphone addiction: Which relationship with student well-being and quality of life? *Frontiers in Psychology*, 11, 375. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00375>



Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? En P. Salovey & D. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications* (pp. 3-31). Basic Books.

Melo Mayta, E. (2021). *Uso de las redes sociales y el nivel de inteligencia emocional en los estudiantes de primer y segundo año de secundaria de la Institución Educativa Secundaria "María Auxiliadora Puno" del distrito Puno, provincia Puno, región Puno, 2020* [Tesis de licenciatura, Universidad Alas Peruanas]. https://repositorio.uap.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12990/10671/Tesis_Redessociales_InteligenciaEmocional_inst.Edu.Secundaria_Mar%C3%ADA%20Auxiliadora_Puno.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Méndez, I., Jorquera, A. B., Esteban, C. R., & García-Fernández, J. M. (2020). Profiles of mobile phone use, cyberbullying, and emotional intelligence in adolescents. *Sustainability*, 12(22), 9404. <https://doi.org/10.3390/su12229404>

Méndez, I., Jorquera, A. B., Esteban, C. R., & García-Fernández, J. M. (2020). Profiles of mobile phone use, cyberbullying, and emotional intelligence in adolescents. *Sustainability*, 12(22), 9404. <https://doi.org/10.3390/su12229404>

Ministerio de Salud (2013). *Uso excesivo de smartphones en adolescentes puede desencadenar insomnio, estrés y ansiedad*. Nota de prensa. <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/33157-uso-excesivo-de%20smartphones-en-adolescentes-puede-desencadenar-insomnio-estres-y-ansiedad/>



Organización Mundial de la Salud (2024). *Teens, screens and mental health*. News.

<https://www.who.int/europe/news/item/25-09-2024-teens--screens-and-mental-health>.

Pari Ccama, Y. (2019). Use of smartphones in family relationships of university students of the Nacional del Altiplano University of Puno. *Comuni@cción*, 10(2), 151–159.
<https://doi.org/10.33595/2226-1478.10.2.387>

Poaquiza, L. T., & Viera, A. T. (2023). Propiedades psicométricas del Test de Dependencia al Móvil (TDM) en estudiantes universitarios ecuatorianos. *CienciAmérica: Revista de divulgación científica de la Universidad Tecnológica Indoamérica*, 12(1), 150-169.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9055120>

Riverón Nápoles, D., Suz Pompa, M. A., Valdés Utrera, J. R., Valle Ramírez, R. A., Díaz Guerra, D., & Hernández Lugo, M. D. L. C. (2023). Dependencia a los dispositivos móviles: revisión sistemática en Latinoamérica y Cuba durante la última década. *EduMeCentro*, 15 (1), e2531. <http://scielo.sld.cu/pdf/edu/v15/2077-2874-edu-15-e2531.pdf>

Rodrigo Olaguivel, A. S. (2025). *Bienestar psicológico y dependencia al móvil en estudiantes universitarios de la región de Puno 2024* [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Unión].
<http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/8642>

Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185–211. <https://doi.org/10.2190/dugg-p24e-52wk-6cdg>



Salovey, P., Mayer, J. D., Goldman, S., Turvey, C., & Palfai, T. (1995). Emotional attention, clarity, and repair: Exploring emotional intelligence using the Trait Meta-Mood Scale. En J. W. Pennebaker (Ed.), *Emotion, disclosure, and health* (pp. 125-154). APA.

Tixilema-Poaquiza, L., & Tobar-Viera, A. (2023). Propiedades psicométricas del Test de Dependencia al Móvil(TDM) en estudiantes universitarios ecuatorianos. *CienciAmérica*, 12(1), 150–169.
<https://doi.org/10.33210/ca.v12i1.420>

United Nations Children’s Fund (2017). *Make digital world safer for children, increase online access to benefit most disadvantaged – UNICEF*. UNICEF.
<https://www.un.org/sustainabledevelopment/blog/2017/12/make-digital-world-safer-children-increase-online-access-benefit-disadvantaged-unicef/>

United Nations Children’s Fund (2025). *Childhood in a Digital World: Screen time, digital skills and mental health*. UNICEF.
<https://www.unicef.org/innocenti/media/11296/file/UNICEF-Innocenti-Childhood-in-a-Digital%20World-report-2025.pdf>

Valencia, K. M. (2018). *Características demográficas, sociales y familiares asociado a la dependencia del teléfono móvil y adicción al internet en estudiantes del Colegio Gran Unidad Escolar San Carlos, Puno-2017* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional del Altiplano]. Repositorio institucional de la Universidad Nacional del Altiplano.
https://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14082/8641/Valencia_Velasquez_Katherin_Milagros.pdf?sequence=1&isAllowed=y



ANEXOS



Anexo 1: Sistematización de datos

seccion	sexo	dim1_v1	dim2_v1	dim3_v1	tot_v1	tot_v2	niv_tot_v2	niv_tot_v1	niv_dim1_v1	niv_dim2_v1	niv_dim3_v1
1	1	29	19	26	74	51	3	2,00	2	1	2
1	2	38	21	33	92	22	1	2,00	3	1	2
1	1	22	17	21	60	37	2	1,00	1	1	1
1	2	18	18	28	64	40	2	1,00	1	1	2
1	2	21	23	28	72	58	3	2,00	1	1	2
1	2	26	29	27	82	44	2	2,00	2	2	2
1	1	34	25	29	88	20	1	2,00	2	2	2
1	2	31	23	38	92	15	1	2,00	2	1	3
1	1	19	12	14	45	23	2	1,00	1	1	1
1	2	22	11	17	50	23	2	1,00	2	1	1
1	1	27	30	32	89	48	3	2,00	2	2	2
1	1	22	23	15	60	42	2	1,00	1	1	1
1	2	30	25	25	80	38	2	2,00	2	1	2
1	1	11	14	17	42	49	3	1,00	1	1	1
1	1	15	18	18	51	45	3	1,00	1	1	1
1	2	38	30	40	108	39	2	3,00	3	2	3
1	2	16	16	16	48	16	1	1,00	1	1	1
1	2	24	26	19	69	24	2	1,00	2	2	1
1	1	25	27	28	80	35	2	2,00	2	2	2
1	2	30	28	29	87	48	3	2,00	2	2	2
1	1	24	23	25	72	27	2	2,00	1	1	2
1	2	33	29	30	92	67	4	2,00	3	2	2
1	1	18	15	20	53	50	3	1,00	1	1	1
4	1	27	30	31	88	34	2	2,00	2	2	2
4	2	39	24	13	76	28	2	2,00	3	1	1
4	1	11	16	15	42	13	1	1,00	1	1	1
4	2	10	11	30	51	34	2	1,00	1	1	2
4	1	16	16	16	48	35	2	1,00	1	1	1
4	1	24	18	19	61	12	1	1,00	1	1	1
4	2	24	17	20	61	25	2	1,00	2	1	1
4	1	30	39	37	106	33	2	3,00	2	3	3
4	2	12	15	16	43	16	1	1,00	1	1	1
4	1	12	12	17	41	35	2	1,00	1	1	1
4	1	23	29	29	81	12	1	2,00	1	2	2
4	1	19	37	22	78	0	1	2,00	1	3	1
4	2	20	31	32	83	22	1	2,00	1	2	2
4	2	32	30	32	94	12	1	3,00	2	2	2



Anexo 2: Matriz de consistencia

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	METODOLOGÍA
Problema general ¿Cuál es la relación entre inteligencia emocional y dependencia al dispositivo móvil en adolescentes de la Institución Educativa Secundaria N° 45 Emilio Romero Padilla, 2025? Problemas específicos ¿Cómo se relaciona la atención emocional y dependencia al dispositivo móvil en adolescentes de la Institución Educativa Secundaria N° 45 Emilio Romero Padilla, 2025? ¿Cómo se relaciona la claridad emocional y dependencia al dispositivo móvil en adolescentes de la Institución Educativa Secundaria N° 45	Objetivo general Determinar la relación entre inteligencia emocional y dependencia al dispositivo móvil en adolescentes de la Institución Educativa Secundaria N° 45 Emilio Romero Padilla, 2025. Objetivos específicos Determinar la relación entre la atención emocional y dependencia al dispositivo móvil en adolescentes de la Institución Educativa Secundaria N° 45 Emilio Romero Padilla, 2025. Determinar la relación entre la claridad emocional y dependencia al dispositivo móvil	Hipótesis general La relación es significativa entre inteligencia emocional y dependencia al dispositivo móvil en adolescentes de la Institución Educativa Secundaria N° 45 Emilio Romero Padilla, 2025. Hipótesis específicas La relación es significativa entre la atención emocional y dependencia al dispositivo móvil en adolescentes de la Institución Educativa Secundaria N° 45 Emilio Romero Padilla, 2025. La relación es significativa entre la claridad emocional y	Dependencia al dispositivo móvil (TDM)	Abstinencia y Tolerancia Dificultad para controlar el impulso Problemas ocasionados Abuso	Incremento de la necesidad de usar el móvil. Malestar ante la imposibilidad de usar el móvil. Dificultad para dejar de utilizar el móvil. Problemas para controlar el tiempo de uso. Incapacidad de disminuir el uso a pesar de intentarlo. Sensación de pérdida de control por el impulso de usar el móvil. Gastos excesivos en aplicaciones, recargas o servicios asociados al móvil. Dificultades financieras asociadas al uso del móvil.	Diseño: No experimental Tipo: Descriptivo correlacional Enfoque: Cuantitativo Población: 326 adolescentes de la Institución Educativa Secundaria N° 45 Emilio Romero Padilla, 2025. Muestra: 177 adolescentes de la Institución Educativa Secundaria N° 45 Emilio Romero Padilla, 2025 Técnica: Encuesta Instrumentos: Test de dependencia al dispositivo móvil (TDM) Trait Meta-Mood Scale



Emilio Romero Padilla, 2025? ¿Cómo se relaciona la regulación emocional y dependencia al dispositivo móvil en adolescentes de la Institución Educativa Secundaria N° 45 Emilio Romero Padilla, 2025?	en adolescentes de la Institución Educativa Secundaria N° 45 Emilio Romero Padilla, 2025. Determinar la relación entre la regulación emocional y dependencia al dispositivo móvil en adolescentes de la Institución Educativa Secundaria N° 45 Emilio Romero Padilla, 2025.	dependencia al dispositivo móvil en adolescentes de la Institución Educativa Secundaria N° 45 Emilio Romero Padilla, 2025. La relación es significativa entre la regulación emocional y dependencia al dispositivo móvil en adolescentes de la Institución Educativa Secundaria N° 45 Emilio Romero Padilla, 2025.			Uso excesivo del móvil que interfiere en actividades diarias. Problemas familiares, laborales o académicos causados por el uso del móvil.	
			Inteligencia emocional	Atención emocional Claridad emocional Regulación emocional	Capacidad para sentir, expresar y prestar atención a los propios sentimientos. Preocupación por lo que siente. Dificultad para ignorar cómo se siente. Comprensión de los estados emocionales propios. Facilidad para describir los sentimientos a los demás. Reconocimiento de cuándo está confuso respecto a cómo se siente.	



					Capacidad para regular los propios estados emocionales. Facilidad para recuperarse tras sentirse triste o molesto. Pensar que puede cambiar su estado de ánimo.	
--	--	--	--	--	--	--

Anexo 3: Instrumento**Test de dependencia al móvil (TDM)****INSTRUCCIONES**

A continuación, verás algunas afirmaciones relacionados al uso del celular. Lee con atención y con cuidado cada uno de ellas.

En cada frase, señala con una "X" la columna que mejor indica tu forma de reacción en cada situación.

Indica con qué frecuencia realizas las afirmaciones que aparecen a continuación tomando como criterio la siguiente escala

0	1	2	3	4
Nunca	Raras Veces	A veces	Con Frecuencia	Muchas Veces

N°	PREGUNTAS	0	1	2	3	4
01	Me han llamado la atención o me han hecho alguna advertencia por usar mucho el celular					
02	Me he puesto un límite de consumo y no lo he podido cumplir					
03	He discutido con mis padres o familiares por el gasto económico que me genera el celular					
04	Dedico más tiempo del que quisiera hablar por celular, o enviar mensajes					
05	He enviado más de 5 mensajes al día					
06	Me he acostado más tarde, o he dormido menos por estar utilizando el celular					
07	Gasto más dinero en el celular (llamadas, mensajes, ...) del que me había previsto					
08	Cuando me aburro, utilizo el celular					
09	Utilizo el celular (llamadas o mensajes) en situaciones que, aunque no son peligrosas, no es correcto hacerlo, (comiendo, mientras otras personas me hablan, etc.)					
10	Me han llamado la atención por el gasto económico del celular					

Indica con qué medida estás de acuerdo o en desacuerdo con las afirmaciones que se presentan a continuación.

0	1	2	3	4
Totalmente en desacuerdo	Un poco en desacuerdo	Neutral	Un poco de acuerdo	Totalmente de acuerdo

11	Cuando llevo un tiempo sin utilizar el celular, siento la necesidad de llamar a alguien o enviar un mensaje					
12	Desde que tengo el celular he aumentado el número de llamadas que hago					
13	Si se me malograra el celular durante un periodo largo de tiempo y tardaran en arreglarlo, me sentiría mal					
14	Cada vez necesito utilizar el celular con más frecuencia					
15	Si no tengo el celular me siento mal					
16	Cuando tengo el celular en la manos no puedo dejar de utilizarlo					
17	Desde que tengo el celular he aumentado el número de mensajes que mando					
18	Al levantarme lo primero que hago es ver si me ha llamado alguien al celular, o si me han mandado un mensaje					
19	Gasto más dinero en el celular ahora que cuando lo adquirí					
20	No creo que pudiera aguantar una semana sin el celular					
21	Cuando me siento solo llamo o envío un mensaje a alguien.					
22	Ahora mismo cogería el celular y enviaría un mensaje, o haría una llamada					

Tabla de Baremos

Rango de puntajes	Nivel de dependencia	Interpretación
0 – 22 puntos	Muy baja o inexistente	El uso del dispositivo es funcional y no interfiere en las actividades cotidianas.
23 – 44 puntos	Baja	Se observa un uso frecuente, aunque aún no compromete de manera significativa la vida personal, académica o social.
45 – 66 puntos	Moderada	El estudiante muestra dificultades de control sobre el uso del celular, afectando hábitos de descanso, relaciones interpersonales o gastos económicos.
67 – 88 puntos	Alta	El uso del dispositivo móvil es excesivo y problemático, generando repercusiones negativas en el ámbito académico, familiar y social.

Nota. La clasificación de los niveles de dependencia se obtiene de la suma de los 22 ítems del cuestionario, cuyos valores oscilan entre 0 y 4 puntos cada uno, alcanzando un puntaje total mínimo de 0 y máximo de 88.

Trait Meta-Mood Scale

A continuación encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase y luego indique por favor el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas. Señale con un círculo la respuesta que más se aproxime a sus preferencias. No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada respuesta.

Nada de acuerdo	Algo de acuerdo	Bastante de acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	2	3	4	5

		Nada de acuerdo	Algo de acuerdo	Bastante de acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	Presto mucha atención a los sentimientos.	1	2	3	4	5
2	Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.	1	2	3	4	5
3	Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.	1	2	3	4	5
4	Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.	1	2	3	4	5
5	Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.	1	2	3	4	5
6	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.	1	2	3	4	5
7	A menudo pienso en mis sentimientos.	1	2	3	4	5
8	Presto mucha atención a cómo me siento.	1	2	3	4	5
9	Tengo claros mis sentimientos.	1	2	3	4	5
10	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.	1	2	3	4	5
11	Casi siempre sé cómo me siento.	1	2	3	4	5
12	Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.	1	2	3	4	5
13	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.	1	2	3	4	5
14	Siempre puedo decir cómo me siento.	1	2	3	4	5
15	A veces puedo decir cuáles son mis emociones.	1	2	3	4	5
16	Puedo llegar a comprender mis sentimientos.	1	2	3	4	5
17	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.	1	2	3	4	5
18	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.	1	2	3	4	5
19	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.	1	2	3	4	5
20	Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal.	1	2	3	4	5
21	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.	1	2	3	4	5
22	Me esfuerzo por tener un buen estado de ánimo.	1	2	3	4	5
23	Tengo mucha energía cuando me siento feliz.	1	2	3	4	5
24	Cuando estoy enfadado intento que se me pase.	1	2	3	4	5



Tabla de Baremos

Dimensiones	Nivel bajo	Nivel medio	Nivel alto
Atención emocional	0 – 21,5	22-31	32-38
Claridad emocional	0-20	21-31	32-39
Regulación emocional	0-23	24-33	34-40
Total	0-69	70-93	94-112

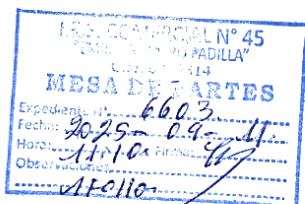
Nota. Se empleó las normas percentilares de Huamán (2020)



Anexo 4: Autorización de la institución

SOLICITO: PERMISO PARA APLICAR DE TEST A ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA 45 POR PROYECTO DE TESIS.

SEÑOR DIRECTOR: DAVID VARGAS EYZAGUIRRE DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA COMERCIAL N°45 "EMILIO ROMERO PADILLA" PUNO



Yo, Alberto Tejada Salazar identificado con número de DNI 46451289, con domicilio en Av. Los Andes 355 de la Ciudad de Puno, ante usted con respeto me presento para exponer mi pedido:

Que, siendo como requisito para mi proyecto de tesis deseo aplicar a los estudiantes dos test, Inteligencia Emocional (TMMS) y Dependencia al Dispositivo Móvil (TDM) los cuales me ayudaran en mi proyecto de tesis. Por tal motivo me dirijo a usted a fin de solicitarle la respectiva autorización para poder realizarlos.

Por lo expuesto, le ruego acceder a mi petición por ser de justicia.

Puno 17 de setiembre del 2025

Alberto Tejada Salazar
46451289

ANEXO 1
FORMULARIO DE AUTORIZACIÓN**AUTORIZACIÓN PARA LA INCORPORACIÓN DE LOS TRABAJOS DE INVESTIGACIÓN EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL UANCV**Formato digital ☒Fecha de entrega: 16/06/2026**1. Datos del autor (es):**Nombres y Apellidos: ALBERTO TEJADA SALAZARDirección: Av. Los Andes 355 – PunoDNI/Carné de Extranjería/Pasaporte N°: 46451289Teléfono: 973101227 email: albertotesa4@gmail.com

Nombres y Apellidos: _____

Dirección: _____

DNI/Carné de Extranjería/Pasaporte N°: _____

Teléfono: _____ email: _____

Facultad y/o Escuela de Posgrado: CIENCIAS DE LA SALUDEscuela Profesional o Mención: PSICOLOGÍATítulo o Grado Académico a optar: PSICÓLOGOAsesor: Dra. MARIA CONCEPCION FIGUEROA VILCA

Esta obra se encuentra dentro de las siguientes denominaciones:

Trabajo de Investigación ☐ Tesis ☒ Trabajo de Suficiencia Profesional ☐ Trabajo Académico ☐Título: INTELIGENCIA EMOCIONAL Y DEPENDENCIA AL DISPOSITIVO MÓVIL EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA N° 45 EMILIO ROMERO PADILLA, PUNO 2025Palabras claves, (3 a 5 términos): Inteligencia emocional, dependencia al celular, adolescentes, Puno¿Esta obra se desarrolló en la UANCV ^{1, 2}?2¹ 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, entre 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: EVALUACIÓN Y DIAGNOSTICO EN PSICOLOGÍA - P13

Firma de Autor



huella digital

16 - JUNIO - 2026

Fecha