Fichas Métodos Cuantitativos / 17-10-2024 / Grupo: Secreto en la montaña deluxe / Llacolén Huineo

Pregunta guía: ¿Cuál es la relación entre el tiempo dedicado a actividades de ocio y el nivel de estrés percibido en adultos jóvenes?

**1.- *“Relación del Uso de Redes Sociales con la Autoestima y la Ansiedad en Estudiantes Universitarios” -* (2021) Aideé, J., Portillo, V., Capps Jhon.**

Conceptos principales que podrían aportar:

* **Adicción a las redes sociales:** De acuerdo con la información del artículo, esta se define como una especie de patrón de uso problemático que se caracteriza principalmente por la preocupación excesiva por el uso de internet, síntomas de abstinencia, impulsividad y dificultad en la toma de decisiones. De este modo, puede llegar a afectar a una persona deteriorando sus relaciones interpersonales, o elevando sus niveles de ansiedad y estrés. No obstante, de acuerdo al texto no existe un consenso claro sobre esta definición en particular, entonces proponen utilizar el término “uso problemático” en su lugar.
* **Estrés:** Se define como una respuesta fisiológica y emocional a situaciones que son percibidas como amenazantes o desafiantes. Esta respuesta puede manifestarse tanto en síntomas físicos, como psicológicos y este estado se puede exacerbar por factores como la adicción a las redes sociales, donde su uso excesivo puede contribuir a un aumento en los niveles de ansiedad y malestar emocional.
* **Ansiedad:** Es entendida en el texto como una respuesta emocional que se caracteriza por sentimientos como preocupación y tensión, además de un comportamiento inquieto, que puede manifestarse física y somáticamente. Esta se subdivide en 3 dimensiones: Inquietud/hipersensibilidad, ansiedad fisiológica y preocupaciones sociales/estrés, o reflejando tanto la internalización de la ansiedad como las manifestaciones físicas y sociales.
* **Autoestima:** Es entendida en el artículo como la percepción y valoración que una persona tiene de sí misma, que al mismo tiempo incluye sentimientos de respeto y aceptación personal, esta se mide a través de la Escala de Autoestima de Rosenberg, que evalúa aspectos negativos de la autoevaluación y es considerada como un factor protector ante conductas de riesgo y adicciones.

**Operacionalización:**

Los conceptos operacionalizados son principalmente los Niveles de ansiedad y autoestima. El primero de estos, utiliza escalas para medir los diferentes tipos de ansiedad (como inquietud/hipersensibilidad, ansiedad fisiológica, preocupaciones sociales), con coeficientes de confiabilidad como el alfa de Cronbach que se menciona en el texto, que corresponde a un coeficiente que mide la consistencia interna de un instrumento de evaluación, indicando qué tan bien se correlacionan los ítems dentro de una escala.

El segundo, se mide con la Escala de Autoestima de Rosenberg que se mencionó anteriormente, el cual mide el autoestima a través de 10 ítems que evalúan sentimientos de respeto y aceptación de sí mismo.

**Metodología:**

La metodología del estudio utilizó un diseño comparativo y correlacional en donde se agruparon participantes de acuerdo con los niveles de autoestima y ansiedad. Se aplicaron cuestionarios de adicción a las redes sociales y se realizaron diferentes tipos de análisis estadísticos utilizando correlaciones de Pearson y el software SPSS 25 para evaluar las relaciones entre las variables. Los participantes tenían características particulares, en este caso fueron mayores de edad de la Universidad Autónoma de la Ciudad de Juárez, y se siguieron criterios éticos y de consentimiento para la realización de la investigación.

**Síntesis del texto:**

El artículo presenta una investigación que aborda la relación entre autoestima, ansiedad y adicción a las redes sociales en estudiantes universitarios de la UACJ. De acuerdo con esto, el autoestima influye en la adicción a las redes sociales, donde una autoestima baja se asocia con una mayor obsesión y ansiedad relacionada con las plataformas sociales, al mismo tiempo se identifican diferentes dimensiones de la ansiedad. Para el desarrollo de la mísma, se utilizó la Escala de Autoestima de Rosemberg para medir el autoestima, esta examina a los participantes a través de un cuestionario de 10 ítems en una escala de 4 puntos y se determina su consistencia interna con un alfa de Cronbach. La metodología del estudio incluye un diseño comparativo y correlacional aplicando cuestionario y análisis estadístico de datos para evaluar la interacción entre las variables en términos generales. El estudio principalmente destaca la importancia de la percepción externa y el sentido de pertenencia en la autoestima, esto es relevante dado que puede llevar a comportamientos como el aislamiento en individuos con baja autoestima. Se encontró una relación negativa entre autoestima y adicción a las redes sociales en adolescentes, indicando que a mayor adicción, menor autoestima. Esto es particularmente significativo porque coincide con estudios que sugieren que la baja autoestima es una factor de riesgo para la adicción de redes sociales, sin embargo también algunos estudios no encontraron una relación significativa, lo que sugiere más investigación en este tema en particular.

**2.- *“Estrés académico y adicción a las redes sociales en estudiantes de la Universidad privada de Lima del Sur” -* Flores, H. (2023)**

Conceptos principales que podrían aportar:

* Estrés académico: En el desarrollo de esta tesis, se define este como el estrés provocado por la exigencia del entorno educativo, lo que puede incidir directamente en el rendimiento y bienestar de los estudiantes.
* Adicción a las redes sociales: Esto incluye diferentes dimensiones como la obsesión, la falta de control personal y uso excesivo, estos factores pueden contribuir significativamente a problemas en la gestión del tiempo y las diferentes formas de interacción social.
* Relación entre estrés y adicción: Este si bien no es un concepto en sí mismo, es un factor significativo que puede evidenciar una correlación importante y directa entre las dimensiones de estrés académico y adicción a las redes sociales. De este modo se sugiere que el estrés puede ser un factor que agrava o aumenta la dependencia a estas plataformas.

**Operacionalización:**

En el desarrollo de esta tésis, se operacionaliza el concepto de estrés académico a través de el “Inventario de Estrés Académico SISCO de Barraza”, el que incluye dimensiones específicas, además de una escala de medición con categorías que abarcan tanto altos, como bajos niveles de estrés. Cabe señalar igualmente, que se definen determinados ítems y estresores que permiten evaluar y cuantificar el estrés en los estudiantes.

**Metodología:**

La metodología utilizada en el desarrollo de este estudio fue no experimental y correlacional, con un diseño transversal. En primera instancia se realizó un muestreo no probabilístico intencional, que se enfocó principalmente en estudiantes de psicología de la Universidad privada de Lima del Sur y se emplearon instrumentos adaptados para medir el estrés académico y la adicción a las redes sociales.

**Síntesis del texto:**

El proyecto de tesis investiga la relación entre el estrés académico y la adicción a las redes sociales en estudiantes de la Universidad privada de Lima del Sur. Así bien, se plantea como objetivo general determinar esta relación, mientras que los objetivos específicos son describir los niveles de estrés y adicción, así como también establecer la conexión entre sus dimensiones. La metodología que fue mencionada anteriormente, adoptó instrumentos adaptados para la recolección de datos y se espera que los resultados contribuyan a entender cómo el estrés académico puede influir en la adicción a las redes sociales. En el estudio Azabache (2022), se encontró una correlación directa y significativa entre estrés académico y adicción a las redes sociales, indicando que a mayor estrés académico, hay una mayor probabilidad de adicción a las redes sociales en la población estudiada, que en este caso corresponde a estudiantes de psicología de la Universidad privada de Lima del Sur.