



Universidad César Vallejo

ESCUELA DE POSGRADO
PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN GESTIÓN
DEL TALENTO HUMANO

Uso de internet y salud laboral entre trabajadores de
universidades privadas, Lima Norte, 2023

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:
Maestro en Gestión del Talento Humano

AUTOR:

Jiménez Mairena, Mauricio Eduardo (orcid.org/0000-0001-8142-7484)

ASESORES:

Dr. Castilla Barraza, Jaime Gabriel (orcid.org/0000-0001-8234-9449)

Mg. Trinidad Vargas, Ommero Romie (orcid.org/0000-0002-8512-383X)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Cultura y Comportamiento Organizacional

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Desarrollo económico, empleo y emprendimiento

LIMA - PERÚ

2023

DEDICATORIA

Dedicado a la Escuela de Posgrado de la Universidad César Vallejo para que sirva como fuente de consulta en investigaciones relacionadas al uso de internet y salud laboral.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a todos los docentes que me formaron desde los inicios de mis inicios de Maestría y se ve cristalizado en el producto final Tesis.

Índice de contenidos

CARÁTULA	i
DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
ÍNDICE DE CONTENIDOS	iv
ÍNDICE DE TABLAS	v
ÍNDICE DE FIGURAS	vi
RESUMEN	vii
ABSTRACT	viii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	5
III. METODOLOGÍA	13
3.1. Tipo y diseño de investigación	13
3.2. Variables y operacionalización	14
3.3. Población (criterios de selección), muestra, muestreo, unidad de análisis	24
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	24
3.5. Procedimientos	26
3.6. Método de análisis de datos	27
3.7 Aspectos éticos	27
IV. RESULTADOS	28
V. DISCUSIÓN	37
VI. CONCLUSIONES	41
VII. RECOMENDACIONES	42
REFERENCIAS	43
ANEXOS	52

Índice de tablas

Tabla 1	Operacionalización de las variables de investigación	10
Tabla 8	Nivel de uso de internet (variable 1) en trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023	17
Tabla 9	Porcentaje de dispositivos electrónicos conectados a internet como principal equipo (variable 1, dimensión 1) en trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023	18
Tabla 10	Nivel de conexión a internet para el ejercicio laboral y recreacional (variable 1, dimensión 2) en trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023	19
Tabla 11	Nivel de uso de internet para el cumplimiento de las tareas laborales (variable 1, dimensión 3) en trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023	20
Tabla 12	Nivel de salud laboral (variable 2) en trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023	21
Tabla 13	Nivel de síntomas psicosociales (variable 2, dimensión 1) en trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023	22
Tabla 14	Nivel de síntomas psicósomáticos (variable 2, dimensión 2) en trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023	23
Tabla 16	Correlación entre la variable uso de internet y salud laboral en trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023	25
Tabla 17	Correlación entre la variable uso de internet y la dimensión síntomas psicosociales de la variable salud laboral en trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023	26
Tabla 18	Correlación entre la variable uso de internet y la dimensión síntomas psicósomáticos de la variable salud laboral en trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023	27

Índice de figuras

Figura 3	Nivel de uso de internet (variable 1) en trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023	17
Figura 4	Porcentaje de dispositivos electrónicos conectados a internet como principal equipo (variable 1, dimensión 1) en trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023	18
Figura 5	Nivel de conexión a internet para el ejercicio laboral y recreacional (variable 1, dimensión 2) en trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023	19
Figura 6	Nivel de uso de internet para el cumplimiento de las tareas laborales (variable 1, dimensión 3) en trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023	20
Figura 7	Nivel de salud laboral (variable 2) en trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023	21
Figura 8	Nivel de síntomas psicosociales (variable 2, dimensión 1) en trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023	22
Figura 9	Nivel de síntomas psicossomáticos (variable 2, dimensión 2) en trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023	23

RESUMEN

El objetivo fue determinar la relación entre el uso de internet y la salud laboral entre trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023. La investigación fue básica, método hipotético y deductivo, nivel descriptivo correlacional, enfoque cuantitativo, enfoque epistemológico complejo. La muestra fue calculada para una población mayor que 10 mil personas, entonces 390 encuestas fueron procesadas. Los resultados mostraron que existe correlación positiva muy fuerte entre el uso de internet y la salud laboral entre trabajadores de universidades privadas, Rho de Spearman igual a 0.903 ($p < 0,05$). El uso de internet y los síntomas psicosociales tuvo un Rho de Spearman de 0.948 ($p < 0,05$). El uso de internet y los síntomas psicossomáticos entre trabajadores de universidades privadas tuvo un Rho de Spearman de 0.514 ($p < 0,05$). La conclusión fue que existe una correlación positiva muy fuerte en el uso de internet y la salud laboral entre trabajadores de universidades privadas, Lima Norte.

Palabras clave: Uso de internet, salud laboral, síntomas psicosociales, síntomas psicossomáticos

ABSTRACT

The objective was to determine the relationship between the use of the Internet and occupational health among workers from private universities, Lima Norte, 2023. The research was basic, hypothetical, and deductive method, correlational descriptive level, quantitative approach, complex epistemological approach. The sample was calculated for a population greater than 10 thousand people, so 390 surveys were processed. The results showed that there is a very strong positive correlation between the use of the Internet and occupational health among workers from private universities, Spearman's Rho equal to 0.903 ($p < 0.05$). Internet use and psychosocial symptoms had a Spearman's Rho of 0.948 ($p < 0.05$). Internet use and psychosomatic symptoms among private university workers had a Spearman's Rho of 0.514 ($p < 0.05$). The conclusion was that there is a very strong positive correlation in the use of the Internet and occupational health among workers of private universities, Lima Norte.

Keywords: Internet use, occupational health, psychosocial symptoms, psychosomatic symptoms

I. INTRODUCCIÓN

Con la evolución de la tecnología y el uso de la internet en ella, las empresas generan la necesidad de incluirlas en sus operaciones comerciales habituales mediante redes entre personas y organizaciones; sin embargo, la salud laboral debe mantenerse cuidada, en concordancia con las jornadas, tareas y estabilidad emocional y física de los colaboradores. En consecuencia, las empresas utilizan mayormente la Internet en sus procesos de comunicación e información en general, pero la condición física laboral de sus colaboradores mantiene estrecha relación con los síntomas psicosociales y psicosomáticos respecto del uso de este recurso informático.

La implementación y uso de la internet en las jornadas de trabajo hacen que el recurso o talento humano permanezca conectado por largas horas frente a un dispositivo. De otro lado, los trabajadores se encuentran propensos a presentar cuadro de síntomas psicosociales (como tristeza, depresión, desmotivación, ansiedad) y psicosomáticos (dolor de cabeza, dolor abdominal, insomnio).

Con referencia a la problemática expuesta, existe la necesidad de regular el tiempo de uso de internet en las labores institucionales porque los trabajadores o colaboradores de las organizaciones está siendo deteriorado el bienestar psicosocial y psicosomático en y entre los empleados. Como consecuencia, la salud mental de los empleados está en riesgo; el comportamiento organizacional puede verse afectado incrementando la deserción laboral o estrés (tecnoestrés) debido a que la tecnología necesita ser adecuadamente administrada para generar bienestar en el ser humano; por ejemplo, la internet.

En consecuencia, la investigación abordó la problemática antes mencionada y busca orientarla hacia establecer: ¿Cuál es la relación entre el uso de internet y salud laboral entre trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023? Asimismo, se busca respuestas específicas a: (a) ¿Cuál es la relación entre el uso de internet y los síntomas psicosociales entre los mencionados trabajadores?, y; (b) ¿Cuál es la relación entre el uso de internet y los síntomas psicosomáticos entre trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023?

La justificación teórica en este trabajo de investigación ha comprendido el estudio del principio de diseño de Dix (2003) y el Modelo de Demandas / Control de

Karasek (1979). La justificación metodológica ha consistido en desarrollar diversas hipótesis y pruebas estadísticas sobre las relaciones entre el uso de la internet y la salud laboral. Por último, la aplicación de las recomendaciones prácticas consistió en sugerir la prevención y sincronización de las tareas laborales basadas en la internet.

Además, el objetivo general estuvo orientado a: Determinar la relación entre el uso de internet y la salud laboral entre trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023. Asimismo, específicamente se buscó: (a) Establecer la relación entre el uso de internet y los síntomas psicosociales de los mencionados trabajadores; así como, (b) Establecer la relación entre el uso de internet y los síntomas psicossomáticos entre ellos.

La investigación desarrolló como hipótesis general: Existe una relación significativa entre el uso de internet y la salud laboral entre trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023. Así mismo, se desarrollaron en las hipótesis específicas los siguientes enunciados: (a) Existe relación significativa entre el uso de internet y los síntomas psicosociales entre trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023; y, (b) Existe relación significativa entre el uso de internet y los síntomas psicossomáticos entre trabajadores antes mencionados.

II. MARCO TEÓRICO

El trabajo de investigación sigue el paradigma del pensamiento complejo. Este enfoque epistemológico considera al objeto de estudio o proceso de manera integrada y vinculada en un sistema complejo donde desarrolla relaciones diversas con otros elementos del entorno o contexto sistémico (Morin, 2004).

En el ámbito nacional, diversos investigadores han concluido que la internet es una herramienta clave para el desarrollo académico y profesional; sin embargo, existe poca atención a este recurso y el rol a cumplir en el comportamiento ofensivo entre niños y adolescentes (Marquina, 2020), asociando la adicción a este medio con bajas habilidades sociales (Cuba y Zegarra, 2017), y conductas adictivas con el juego patológico.

De acuerdo con Vargas (2020), el uso no controlado y frecuente de la internet altera la conducta, pero la asociación es nula entre el uso de la internet y las habilidades sociales. Sin embargo, para Valvas (2021), la impulsividad y la depresión mantienen una asociación baja con uso de internet. Además, la capacidad de resiliencia también está asociada con esta práctica (Sánchez, 2020) según el estudio realizado en Lima con estudiantes de universidades privadas.

Internacionalmente, diversos autores como Anrijs et al. (2023); Babari et al. (2023); Byaro et al. (2023), además de Cai et al. (2021) investigaron referente al uso de internet y síntomas depresivos que presentan los empleados informales en China. Se aplicó un cuestionario para determinar el trabajo realizado por empleados de empresas formales usando internet y empleados de empresas informales sin interacción con la internet, también se tomó en cuenta la salud percibida, síntomas depresivos, índice de relaciones interpersonales, el género, edad, nivel de instrucción educativa, complementado con el estado civil, la renta anual, ingreso anual del hogar y el índice de clase social. El cuestionario fue aplicado a 8893 trabajadores (60,5% fueron varones y 39,5% fueron de sexo femenino); el estudio fue comparativo entre empleados informales y formales para determinar si existe influencia asociada entre la era digital y síntomas depresivos; se concluyó que los trabajadores informales tienen más probabilidad de padecer síntomas depresivos y en consecuencia requerirán con mucha necesidad la atención médica pública y también atención psicológica.

Tanabe et al. (2021); Girouard-Hallam et al. (2023); Liu et al. (2023); Ma y Sheng (2023); Reed et al. (2023); Wu et al., (2023); Zhang y Liu (2023); Zhou et al. (2023) investigaron la asociación entre el uso de la internet y padecimiento de dolores en los músculos del cuello (músculos superficiales, músculos supra hioideos y músculos infrahioideos) en los profesores de las escuelas japonesas. El problema responde a la observación realizada por síntomas generados por el uso o tiempo prolongado de uso de la internet y con dolores de cuello. Los autores aplicaron un cuestionario para medir el uso compulsivo de la Internet (CIUS) a 2582 docentes mayores de 20 años y el tiempo de uso de la Internet entre y fines de semana en cinco grupos horarios: 0, 1–29, 30–59, 60–119 y ≥ 120 min/día. El procedimiento de los datos ha sido por regresión logística para identificar la asociación de la puntuación CIUS y el tiempo de uso de Internet; el resultado fue que 31% de docentes padecía de cervicalgia (880 participantes). En conclusión, los puntajes de mayores picos fueron dolor de cuello, bajo el riesgo de padecer trastornos físicos.

Ryani et al. (2023) plantearon conocer la asociación entre el uso del WhatsApp en el trabajo con la ansiedad, depresión, y estrés en trabajadores del sector salud de Arabia Saudita. Se aplicó un cuestionario semiestructurado de tres componentes a 294 trabajadores para medir depresión, ansiedad y estrés; asociados al uso de WhatsApp como medio de comunicación rápida (conocer las relaciones interpersonales y sociales) en el personal de salud de diferentes hospitales de Jazan (Arabia Saudita) y la recogida de los datos fue de corte transversal. La condición etárea de los participantes tuvo un promedio aproximado a 32 y el género fue equitativo (mitad por mitad en porcentaje). Los resultados determinaron que pertenecían a grupos de WhatsApp (90%), se presentó estrés en un 70% a los participantes que pertenecían a WhatsApp laboral; se detectó que el 48,6% mostraba niveles anormales de depresión, el 55,8% exterioriza niveles anormales de ansiedad y el 63% presentaba niveles anormales de estrés. Los datos fueron analizados aplicando regresión lineal.

Castro y Suárez (2022) han referido que diversos perfiles de empleos exigen a los trabajadores mucho más compromiso e involucramiento porque son complejos e incluso demandan riesgo; en tal sentido, las condiciones laborales escasamente se ajustan a las exigencias laborales poniendo en riesgo la salud laboral denotando

riesgo psicosocial. El estudio estuvo enfocado en el sector salud buscando la relación directa de la enfermedad laboral y los riesgos psicosociales; asimismo, se propuso encontrar posibles soluciones o atenuantes y las variables intervinientes que demanden bienestar para los trabajadores. Se aplicó un cuestionario Suseso/Istas21 (Macarena y Pérez, 2020) a 480 funcionarios de un hospital, se siguió el diseño no experimental y la toma de los datos fue transversal. El nivel de estudio fue explicativo causal (regresión lineal). Se evidenció que la recarga laboral en la unidad de cirugía incrementa el riesgo de la salud y estuvo asociada a la salud mental debido a las exigencias emocionales. En conclusión, el riesgo psicosocial está asociado al padecimiento de alguna enfermedad.

Martínez (2020) ha referido que el ser humano está permanentemente en peligro de muerte debido a accidentes o enfermedades causadas por el trabajo causando enfermedades ocupacionales (Hoppe, 2022). Durante el proceso de pandemia por causa del COVID—19, las organizaciones cambiaron y se adaptaron a una nueva forma de trabajo con restricciones donde prevalece el aislamiento social que afectó las labores de todos los trabajadores dependientes porque trasladaron el trabajo a casa perturbando la salud emocional, física, mental y social que se identificó el estrés del trabajo y factores psicosociales de alto riesgo. El reporte de la investigación estuvo basado en la revisión de literatura científica para acopiar múltiples herramientas que sirvan de soporte para medir factores psicosociales de diferentes contextos.

Estrada et al. (2022) infieren que el proceso de la pandemia del COVID-19 hubo drásticamente cambios en la educación básica regular (EBR) porque fue implementada la educación virtual y el personal docente carecía de habilidades computacionales y digitales. El propósito de la investigación fue conocer la estimación de los síntomas psicosomáticos en relación con el estrés en los profesores peruanos de EBR durante la pandemia COVID-19. El uso de un cuestionario midió problemas psicosomáticos asociados con 292 profesores. Los resultados demostraron la presencia moderada de síntomas psicosomáticos referidos a (1) agotamiento extremo, (2) tics nerviosos o parpadeos repentinos y, (3) dolores de cabeza; asimismo, la valoración orientada al estrés fue significativa por (a) sexo, (b) edad y, (c) condición laboral del profesor. A lo anterior, se

complementan los estudios de Chang et al. (2019); Kim et al. (2019); Ji et al. (2022); Lei et al. (2023); Özer et al. (2023) y Shao et al. (2023).

Díaz-Patiño y Anaya-Velasco (2023) propusieron relacionar el riesgo con algunos factores psicosociales y la salud laboral (Zhou et al., 2023) en trabajadores universitarios. La investigación fue mediante la revisión de literatura científica en el periodo 2015 - 2021. Los hallazgos reportados estuvieron determinados por el estrés en relación negativa con las exigencias psicológicas, compensaciones y el abuso en el lugar de trabajo. En cuanto a las demandas psicológicas hubo una relación positiva con la fatiga emocional, los esfuerzos y la inseguridad con síntomas psicosomáticos. También, se reportaron hallazgos divergentes, por lo que se concluyó que para el contexto mexicano se debe hacer estudios asociados a la presencia del COVID-19 para conocer el proceso que tuvieron las comunidades durante el proceso de cambio y adaptación frente a las restricciones y aislamiento social.

Por otro lado, el soporte teórico del estudio se justifica para conocer el uso de internet con el Principio de Diseño de Alan Dix (2003) que refiere la interacción del usuario con el equipo tecnológico para (1) facilitar el aprendizaje a todo tipo de usuario y de diferente nivel del conocimiento; (2) flexibilidad en la articulación de la información con la finalidad de optar diferentes formas de realizar las tareas sean educativas o laborales, y; (3) robustez de los sistemas informáticos y sobre todo la posibilidad de recuperarse de los errores por actividades laborales o educativas.

En relación al estudio de a la variable salud laboral se argumenta con el modelo de demandas/control propuesta por Robert Karasek en 1979, citado por Gonzales (2006), donde expresa que en el trabajo fluyen las demandas psicosociales en combinación de las tareas propias del puesto laboral poniendo énfasis en las capacidades del colaborador frente a toda la carga laboral y emocional se produce estrés que posteriormente se traduce comportamientos activos o comportamientos pasivos en el desarrollo de las actividades del trabajo. Dentro del planteamiento del modelo se distinguen (1) características de la distribución del trabajo y riesgos físicos conducentes a enfermedades y lesiones; (2) estrés laboral como consecuencia de la distribución y actividad del trabajo con participación de las exigencias que requiere; (3) relaciones interpersonales y; (4) posible estrés positivo contraponiéndose con el estrés negativo debido a las

demandas y control del trabajo. En relación con las demandas psicológicas se orienta a cuánto aporta el empleado en el trabajo y el control también denominado “latitud de toma de decisiones” orientado a quienes organizan, adoptan y realizan las tareas propias del trabajo (Gonzales, 2006).

El uso de la Internet es parte de los inventos realizados para el bienestar de la humanidad pero que está ocasionando efectos no previstos en el desempeño académico, laboral y social en niños, jóvenes, adultos y ancianos. El uso de la internet tiene como dimensiones (1) dispositivos que buscará conocer si tienen conexión a internet y si es el principal equipo de uso de internet; (2) internet para determinar qué se utiliza como parte del entretenimiento en línea por día entre semana y como entretenimiento en línea los fines de semana y; (3) tareas laborales para establecer si se encuentra en línea por día entre la semana o en línea los fines de semana. La condición bienestar de salud laboral propone como dimensiones (1) síntomas psicosociales para determinar el nivel de la depresión, la desmotivación y la ansiedad presentada en el área de trabajo y; (2) síntomas psicosomáticos para determinar el grado de síntomas persistentes orientados a dolores de cabeza, dolor abdominal y problemas para dormir.

Para Hylkilä et al., (2023), Finlandia, las redes sociales han constituido un problema asociado al tipo de actividad en Internet, factores psicosociales como estado de ánimo, miedo a perderse, necesidad de pertenecer, relaciones sociales. Esta situación constituye un indicador importante para buscar el uso saludable de Internet y redes. Lakhdar et al., (2022) han precisado que la adicción a Internet se correlacionó significativamente con estado civil, depresión, estrés, ansiedad, situación laboral y cambios de humor durante la pandemia. Por ello, medidas preventivas contra el uso adictivo son necesarias a fin de evitar o mitigar desórdenes en la salud mental.

Gran parte de investigaciones sobre esta materia están focalizados en precisar síntomas de ansiedad o depresión (Dworschak et al., 2022); sin embargo, los investigadores encontraron un gran efecto significativo del uso de la Internet y su incidencia en la gravedad de los síntomas como depresión, ansiedad, estrés en los adultos mayores. Algunos hallazgos brindan un respaldo preliminar sobre cómo las intervenciones basadas en Internet podrían ser un método de intervención factible para la prevención de síntomas comunes de los trastornos mentales y el

estrés en adultos mayores. Sin embargo, la investigación en esta área aún se encuentra en una etapa temprana. Se necesitan más estudios para arrojar luz sobre el papel de varios tratamientos y características de los pacientes en la eficacia de los tratamientos administrados por Internet. Li et al., (2019) han explorado la asociación entre los síntomas psicósomáticos y el bullying. Los investigadores encontraron que las víctimas cibernéticas presentaban dolores de cabeza e insomnio, así como dolor abdominal.

Ostovar et al., (2016) han afirmado que la adicción electrónica resulta ser una de las áreas bastante investigadas sobre todo en occidente para asuntos como la relación entre adicción a Internet con estrés, soledad, depresión, y ansiedad, siendo la internet un predictor de estos síntomas. Los resultados mostraron que los hombres son significativamente más adictos a Internet que las mujeres en los cuatro factores antes mencionados. Pero, Cerniglia et al. (2017) han demostrado que la adicción conductual no química y electrónica constituye un problema mundial, e implica alta interacción hombre computador. Entonces, el uso adictivo ocurre cuando se produce la socialización humana actual. El proceso anteriormente mencionado es conocido como fenómeno hikikomori (es decir, el retiro extremo a la propia habitación). Además, la plasticidad de la inteligencia humana hacia el neurodesarrollo constituye un alto riesgo mental para los niños y jóvenes. La salud mental se traduce en el desarrollo frustrado de la identidad, la autoimagen y las relaciones sociales adaptativas de los adolescentes, como autocontrol, ira, angustia, soledad y conflictos. Asimismo, se presentan trastornos clínicos más graves, distímicos, bipolares, afectivos, de ansiedad social, así depresión mayor.

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de investigación

El tipo de la investigación fue básico y relacionó el uso de internet y la salud laboral. Este tipo de investigación permitió completar el conocimiento como resultado de relacionar los entes en estudio (CONCYTEC, 2020). Baena (2014) refiere que toda investigación básica tiene el propósito de contribuir y fomentar la implementación de nuevos conceptos, definiciones e incluso teorías. También analiza problemas presentes o necesidades emergentes que afecta a la sociedad con la finalidad de buscar y proponer soluciones para fortalecer a las organizaciones y a la misma sociedad. El enfoque de modo cuantitativo del trabajo llevó al acopio de datos numéricos en rangos que permitieron hacer uso de la estadística descriptiva e inferencial.

Hernández y Mendoza (2018) han señalado que todo enfoque cuantitativo se realiza siguiendo el método científico porque sigue el proceso ordenado donde se comprueban las hipótesis.

El método utilizado en el trabajo fue hipotético y deductivo debido a que la hipótesis es asumida como una respuesta que abre camino a la solución del problema, el cual es comprobado mediante las pruebas pertinentes. Cegarra (2012) define en relación con el método hipotético – deductivo que está orientado a proponer hipótesis mediante el planteamiento de un supuesto y que se orienta a dar una solución frente a la realidad observada deficiente o carente; donde se buscó dar respuesta al problema mediante la comprobación de la hipótesis al ser los datos procesados y analizados.

El nivel desarrollado en la presente investigación fue descriptivo correlacional porque relacionó las variables como el uso de internet y salud laboral. Hernández y Mendoza (2018) expresan que la aplicación del nivel correlacional es únicamente para hallar la relación o asociación que existe entre dos o más variables dentro de un contexto delimitado. Asimismo, al realizar el análisis de correlación los datos pueden expresar información positiva (+) o negativa (-); cuando los resultados son positivos se infiere que son variables que tienen comportamiento proporcional

directo y; cuando el resultado de la correlación es negativo es debido a que tienen o poseen comportamiento proporcional indirecto.

El diseño no experimental utilizado en este trabajo consistió en no alterar las variables cuyas mediciones fueron captadas en su estado natural. Los datos fueron tomados en un sólo momento dado o también se denomina corte transversal. Díaz (2009) señala que el diseño no experimental no sufre alteración ni manipulación de las variables que serán estudiadas porque únicamente serán observadas.

3.2. Variables y operacionalización

Tabla 1
Operacionalización de las variables de investigación

Variable 1: USO DE INTERNET		
DIMENSIÓN	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
DISPOSITIVOS ELECTRÓNICOS	Conectados a internet Principal equipo de uso de internet	
INTERNET	Entretenimiento en línea por día entre semana Entretenimiento en línea los fines de semana	Ordinal
TAREAS LABORALES	En línea por día entre la semana En línea los fines de semana	
Variable 2: SALUD LABORAL		
DIMENSIÓN	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
SÍNTOMAS PSICOSOCIALES	Depresión Desmotivación Ansiedad	Ordinal
SÍNTOMAS PSICOSOMÁTICOS	Dolores de cabeza Dolor abdominal Insomnio (Problemas para dormir)	

VARIABLE 1: USO DE INTERNET

La internet es una herramienta cuyo uso ha producido impacto social permanente. Esta herramienta ha permitido el desarrollo de la capacidad y habilidad digital e informática para insertarse en el mundo de la información e hipertextualidad (Giraldo, 2012).

D1: DISPOSITIVOS ELECTRÓNICOS

González (2022) ha sostenido que todo dispositivo como equipo electrónico tiene la capacidad de procesar los datos que se almacenen como información necesaria para algún fin teniendo como resultado el escrito que es visible mediante un lenguaje de programación adecuado.

D2: INTERNET

Fernández-Coca (1998) refiere que internet es su nombre genérico porque es la unión de múltiples redes de comunicación a nivel global (mundo); donde se encuentran interconectados una infinidad de ordenadores independientemente donde se encuentre el usuario final.

D3: TAREAS LABORALES

Ibáñez (2007) ha referido que las tareas laborales comprenden la sumatoria de acciones reguladas disciplinariamente que se ejecutan y que forma parte de una estrategia o como parte de una competencia general.

VARIABLE 2: SALUD LABORAL

El uso responsable de la internet para el trabajo, estudio, o entretenimiento no es perjudicial para la salud mental, pero si éste es excesivo, sí afecta (Hylkilä et al., 2023).

D1: SÍNTOMAS PSICOSOCIALES

Kalimo et al. (1988) definen que los síntomas psicosociales son decisivos en la salud del trabajador por lo que son factores de riesgo de un lado *psico* (afecta a la psique en relación con los actos y funciones de la mente) y del lado *social* (relacionados con la organización de las actividades laborales).

ID: Depresión

San Molina (2011) define a la depresión como la perseverante exageración del sentimiento de tristeza. Por lo que la depresión es considerada como una enfermedad y de gravedad que altera al cuerpo y a la mente que puede presentarse con duración prolongada de semanas e incluso de meses; la persona que padece la enfermedad no puede librarse por propia voluntad y altera el sueño, la ingesta de alimentos, la autoestima y la valoración como individuo.

ID: Desmotivación

Gadow (2010) conceptúa a la desmotivación como el sentimiento conducente al desaliento frente a uno o varios obstáculos que afecta a la persona generando inquietud y desgano, apatía o restando energía. La desmotivación si se vuelve un estado natural en el ser humano entonces se vuelve perjudicial para las personas que lo rodean o si forman parte de una organización.

ID: Ansiedad

Para Rota y Rota (2012), la ansiedad es una reacción emocional que expresa el individuo ante la presencia de un peligro o una amenaza. De otro lado, la ansiedad presenta una serie de estados y que inciden en el malestar psicofísico y se presentan mediante la inquietud, inseguridad o preocupación. Finalmente, el pensamiento se torna poco objetivo, pesimista y trágico y como consecuencia evita la concentración y atención por está el pensamiento se ocupa de ideas de desconsuelo.

D2: SÍNTOMAS PSICOSOMÁTICOS

Los síntomas psicósomáticos están expresados en los síntomas físicos (somáticos) donde prevalece como dominante la base psicológica (Juul, 2012).

ID: Dolor de cabeza

Kent (2003) denomina al dolor de cabeza como cefalea, se produce y se siente Enel interior del cráneo. El malestar que conlleva al dolor de cabeza se le atribuye a la sobrecarga laboral (fatiga), malas posturas del cuerpo e incluso a las tensiones emocionales (positivas o negativas).

ID: Dolor abdominal

Kelley (1993) expresa que el dolor abdominal puede ser causado por diversas afecciones por trastornos habituales o trastornos orgánico específico.

ID: Problemas para dormir

Tensoni (2002) refiere que los problemas que se presentan para dormir es a consecuencia del denominado insomnio del adormecimiento producido por causa de hábitos laborales.

3.3. Población, muestra y muestreo

Población

Naghi (2000) define a la población como el conjunto de todos los elementos que comparten características comunes y puede ser finita o infinita (desconocida). Las características o atributos de la población determinada para el estudio se realizaron como una población infinita. La fórmula para calcular el tamaño de la muestra está en Anexo.

La muestra que se utilizó para la realización de las encuestas fue de 370 personas con vínculo laboral con una universidad privada. Sin embargo, se pudo conseguir hasta 390 encuestados con vínculo laboral a una universidad privada en Lima Norte.

Para el análisis de los datos recolectados en la presente investigación se tuvo en cuenta el criterio de inclusión donde se seleccionó a personas que tienen vínculo laboral con una universidad privada. Castiglia (2000) ha afirmado que los

criterios de inclusión deben estar relacionados directamente con el objeto de estudio que es la razón de ser de la investigación. De otro lado, el criterio de exclusión estuvo determinado en descartar en el estudio a trabajadores de instituciones universitarias públicas. Castiglia (2000) ha aclarado que todo criterio de exclusión está orientado a apartar los elementos, componentes o variables que en definitiva no pertenecen o no se relacionan en el estudio y mucho menos con el problema que se pretende caracterizar.

Cabe precisar que la unidad de análisis son todos los participantes o individuos que tengan vínculo laboral en una universidad privada, en el marco del presente estudio.

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

La encuesta ha sido la técnica utilizada en el trabajo porque comprende a las variables de naturaleza cualitativa y las cuantifica mediante rangos en una Escala de tipo Likert teniendo en consideración que el diseño implementado tiene carácter no experimental y la recogida de los datos fueron en un sólo momento dado (corte transversal) sin manipular ni alterar las variables y en su estado natural. Hernández et al. (2016) han sostenido que la encuesta es muy utilizada para coleccionar datos tangibles provenientes de variables de naturaleza cualitativa desarrollado con el enfoque cuantitativo.

El cuestionario ha sido el instrumento de investigación utilizado y comprendió 29 ítems vinculados a sus correspondientes indicadores y dimensiones por cada variable. El cuestionario fue con escala de tipo Likert, compuesto por ítems que medirán las variables uso de internet y salud laboral. Los ítems tienen cinco respuestas como alternativas: (1) Nunca; (2) Casi Nunca; (3) A veces; (4) Casi Siempre y; (5) Siempre que determinaron la cobertura de los objetivos planteados en la investigación.

La evidencia de validez se realizó a partir de la evaluación del instrumento por parte de tres profesionales de las ciencias de la administración, en términos de relevancia, coherencia y pertinencia (Anexo).

Con referencia a la confiabilidad del cuestionario (ver anexo, Tabla 3) de recolección de datos, se determinó mediante la implementación de la prueba piloto

dónde se realizó un sondeo con 25 trabajadores que tienen vínculo laboral en una universidad privada diferente de Lima Norte, los datos recogidos fueron procesados por medio del software *SPSS*. Por último, los datos procesados se sometieron para su validación con el estadístico del coeficiente Alfa, cuyo parámetro de valoración se encuentra entre el 0 al 1 con el propósito de valorar cada uno de los ítems del cuestionario y que mida lo que se pretende medir relacionado a la variable uso de internet y salud laboral (ver anexos, Tablas 4, 5, 6 y 7).

3.5. Procedimiento

El consentimiento informado de los encuestados fue comunicado previamente. Luego, se aplicó el cuestionario para evaluar las variables (1) uso de internet y (2) salud laboral. A continuación, las respuestas fueron tabuladas como datos en formato *Excel* teniendo mucho cuidado en el registro de éstos y evitar valores perdidos. El siguiente paso consistió en aplicar el software estadístico para elaborar tables de distribución de frecuencias. Subsecuentemente, las pruebas estadísticas de correlación fueron desarrolladas hasta lograr las correspondientes tablas de interpretación del comportamiento de los datos.

3.6. Método de análisis de datos

El análisis de los datos se desarrolló haciendo uso del método estadístico con las variantes de estadística descriptiva y la estadística inferencial. Ruiz (2004) afirma que en la estadística descriptiva básicamente se utiliza para presentar los datos recolectados para ser presentados en tablas y figuras donde se describirán tal como se presentan los datos sin alterarlos ni manipularlos. Igualmente, la estadística inferencial evaluó el comportamiento de los datos recolectados en la que se arribaron a la generalización de la población, pero partiendo desde los datos tomados desde una muestra.

Los datos fueron procesados en el software Microsoft *Excel* para ver el comportamiento de las variables y dimensiones mediante el análisis de la estadística descriptiva y para el análisis inferencial se utilizó el Software *Jamovi*

para determinar la correlación de variables de pruebas no paramétricas con el Coeficiente de correlación del Rho de Spearman y en tal sentido se aceptaron o rechazaron las hipótesis de trabajo.

3.7. Aspectos éticos

El informe de investigación se desarrolló haciendo uso del Código de Ética RCU N° 0262- 2020 de la Universidad César Vallejo. De otro lado, las encuestas fueron recopiladas y no se pidió datos personales de los informantes porque es un cuestionario administrado, pero de condición anónima. Además, el investigador asumió toda la responsabilidad desde la concepción hasta la culminación del trabajo de investigación que se materializó en un producto final (Tesis) para ser divulgado en el Repositorio Institucional.

IV. RESULTADOS

Después de acopiar los datos de las encuestas, los resultados fueron procesados aplicando la estadística descriptiva y la inferencial (Hernández-Sampieri y Fernández, 2018). A continuación:

Estadística descriptiva:

Variable 1: USO DE INTERNET

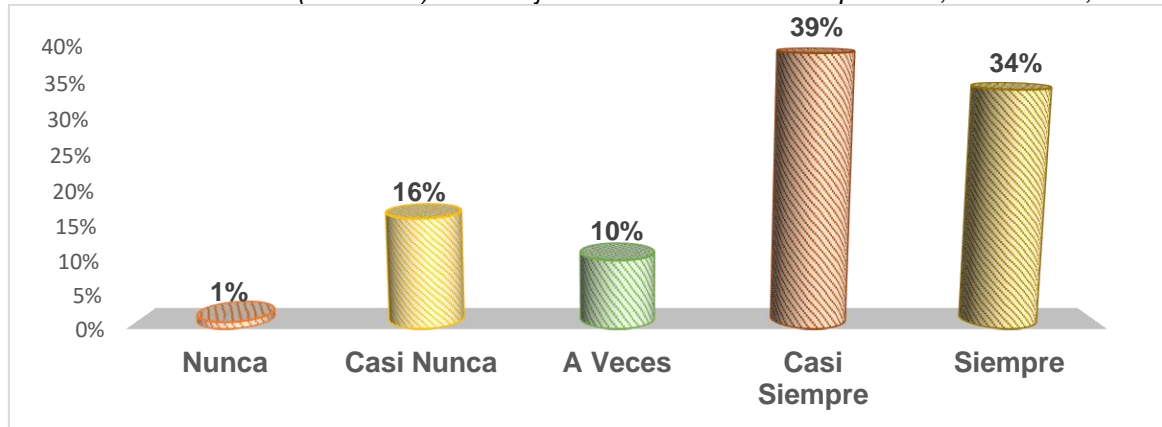
Tabla 8

Nivel de uso de internet (variable 1) en trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023

	Frecuencia (Fr.)	Porcentaje (%)	Porcentaje valido (% val.)	Porcentaje acumulado (% ac.)
Nunca	24	1%	1%	1%
Casi Nunca	436	16%	16%	17%
A Veces	267	10%	10%	27%
Casi Siempre	1069	39%	39%	66%
Siempre	934	34%	34%	100%
TOTAL	2730	100%	100%	

Figura 3

Nivel de uso de internet (variable 1) en trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023



En relación con el uso de internet, se observa en la Tabla 8 y Figura 3 que el 73% de los encuestados manifestaron que siempre (S) y casi siempre (CS) cuentan con dispositivos conectados a la internet; mientras que un 17% refieren que nunca (N) y casi nunca (CN) tienen vinculados sus dispositivos a la internet para evitar la saturación de información que se comparte en las redes y; un 10% expresaron que a veces (AV) sus dispositivos se encuentran conectados a la internet porque consideran que ejerce dependencia.

DIMENSIÓN 1: Dispositivo electrónico

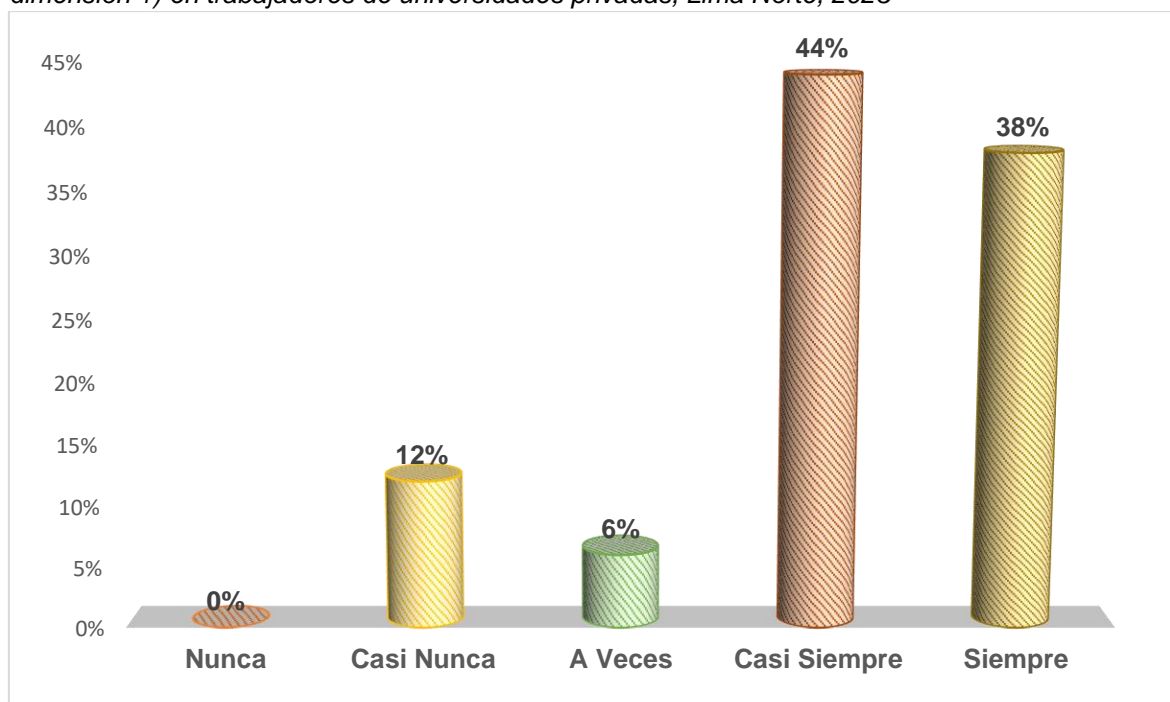
Tabla 9

Porcentaje de dispositivos electrónicos conectados a internet como principal equipo (variable 1, dimensión 1) en trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023

	Fr.	%	% val.	% ac.
Nunca	0	0%	0%	0%
Casi Nunca	97	12%	12%	12%
A Veces	48	6%	6%	18%
Casi Siempre	340	44%	44%	66%
Siempre	295	38%	38%	100%
TOTAL	780	100%	100%	

Figura 4

Porcentaje de dispositivos electrónicos conectados a internet como principal equipo (variable 1, dimensión 1) en trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023



En relación con los dispositivos electrónicos, se observa en la Tabla 9 y Figura 4 que el 82% de los encuestados manifestaron que siempre (S) y casi siempre (CS) hacen uso de equipos con conexión a internet; mientras que un 12% refieren que casi nunca (CN) su equipo propio se encuentra conectado a internet y; un 6% expresaron que a veces (AV) hacen uso de un equipo de su propiedad conectado a la internet la internet.

DIMENSIÓN 2: Internet

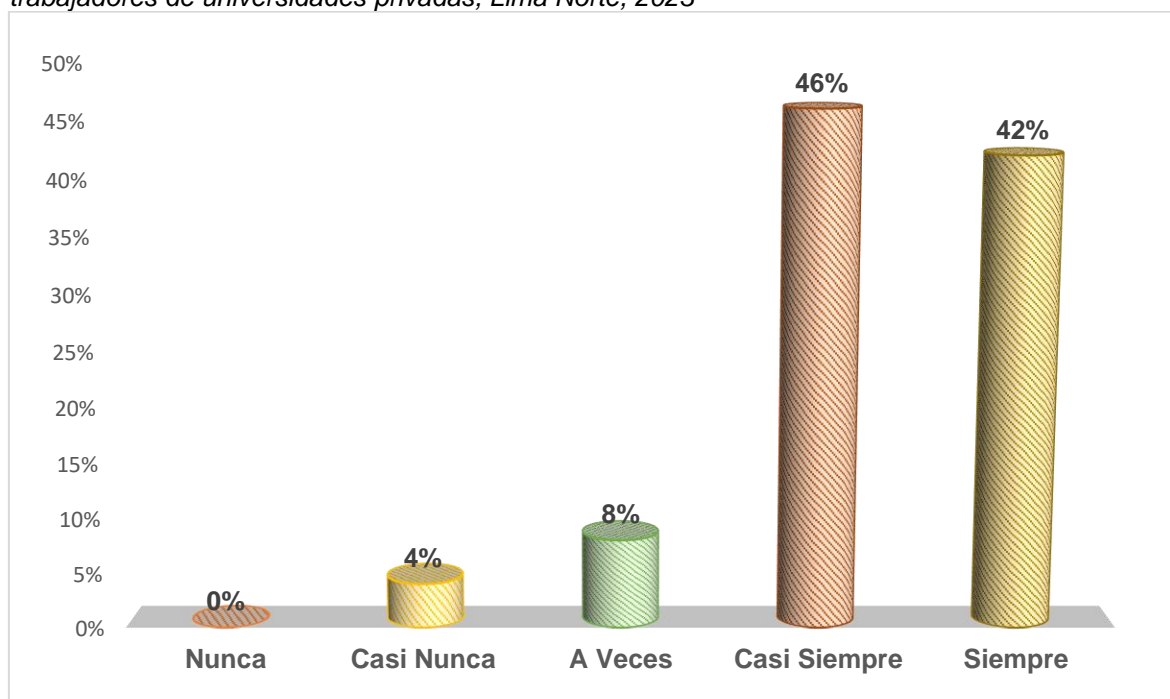
Tabla 10

Nivel de conexión a internet para el ejercicio laboral y recreacional (variable 1, dimensión 2) en trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023

	Fr.	%	% val.	% ac.
Nunca	0	0%	0%	0%
Casi Nunca	49	4%	4%	4%
A Veces	97	8%	8%	12%
Casi Siempre	533	46%	46%	58%
Siempre	491	42%	42%	100%
TOTAL	1170	100%	100%	

Figura 5

Nivel de conexión a internet para el ejercicio laboral y recreacional (variable 1, dimensión 2) en trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023



En relación con la internet, se observa en la Tabla 10 y Figura 5 que el 82% de los encuestados manifestaron que siempre (S) y casi siempre (CS) cuentan con una computadora como equipo propio para usar la internet durante la semana laboral; mientras que un 8% refieren que a veces (AV) usan la internet los fines de semana para visualizar videos como entretenimiento personal y; un 4% expresaron que casi nunca (CN) usan la internet los fines de semana para comunicación propia del trabajo.

DIMENSIÓN 3: Tareas laborales

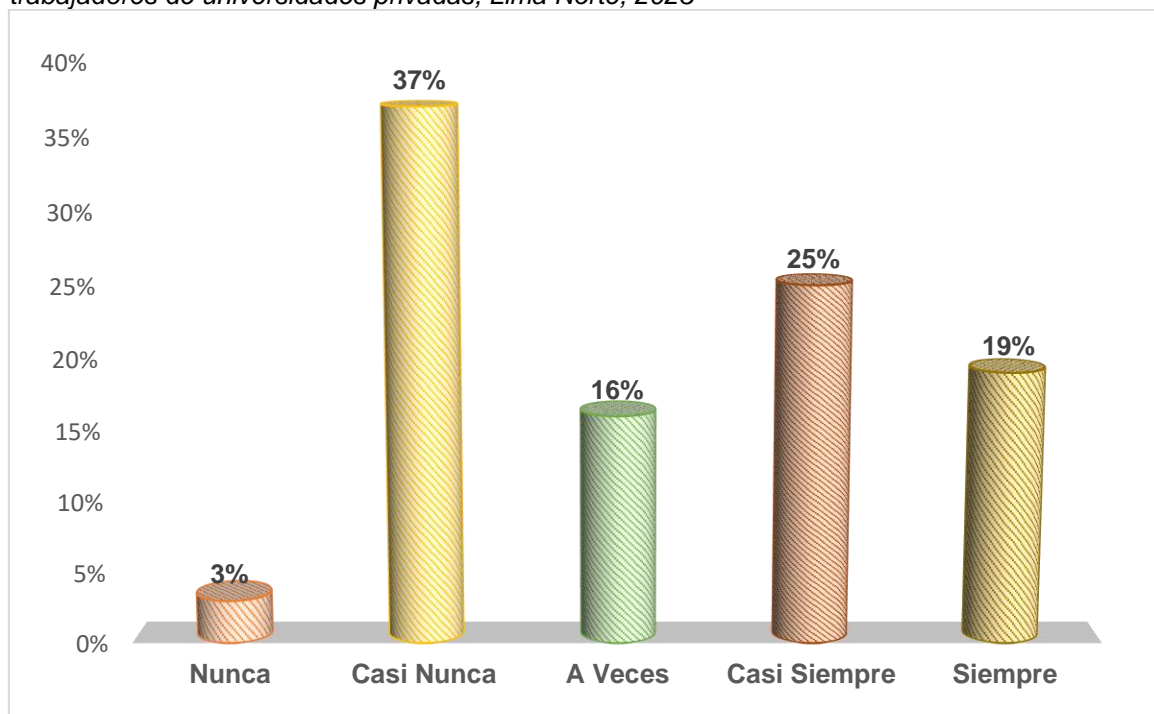
Tabla 11

Nivel de uso de internet para el cumplimiento de las tareas laborales (variable 1, dimensión 3) en trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023

	Fr.	%	% val.	% ac.
Nunca	24	3%	3%	3%
Casi Nunca	290	37%	37%	40%
A Veces	122	16%	16%	56%
Casi Siempre	196	25%	25%	81%
Siempre	148	19%	19%	100%
TOTAL	780	100%	100%	

Figura 6

Nivel de uso de internet para el cumplimiento de las tareas laborales (variable 1, dimensión 3) en trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023



En relación a las tareas laborales, se observa en la Tabla 11 y Figura 6 que el 44% de los encuestados manifestaron que siempre (S) y casi siempre (CS) usan la computadora más de 3 horas por día durante la semana haciendo tareas propias del trabajo; mientras que un 40% refieren que nunca (N) y casi nunca (CN) usan la computadora más de 3 horas durante los fines de semana para dedicarlos a las labores de oficina y; un 16% expresaron que a veces (AV) se conectan a la computadora más de 3 horas los fines de semana para realizar labores de oficina.

Variable 2: SALUD LABORAL

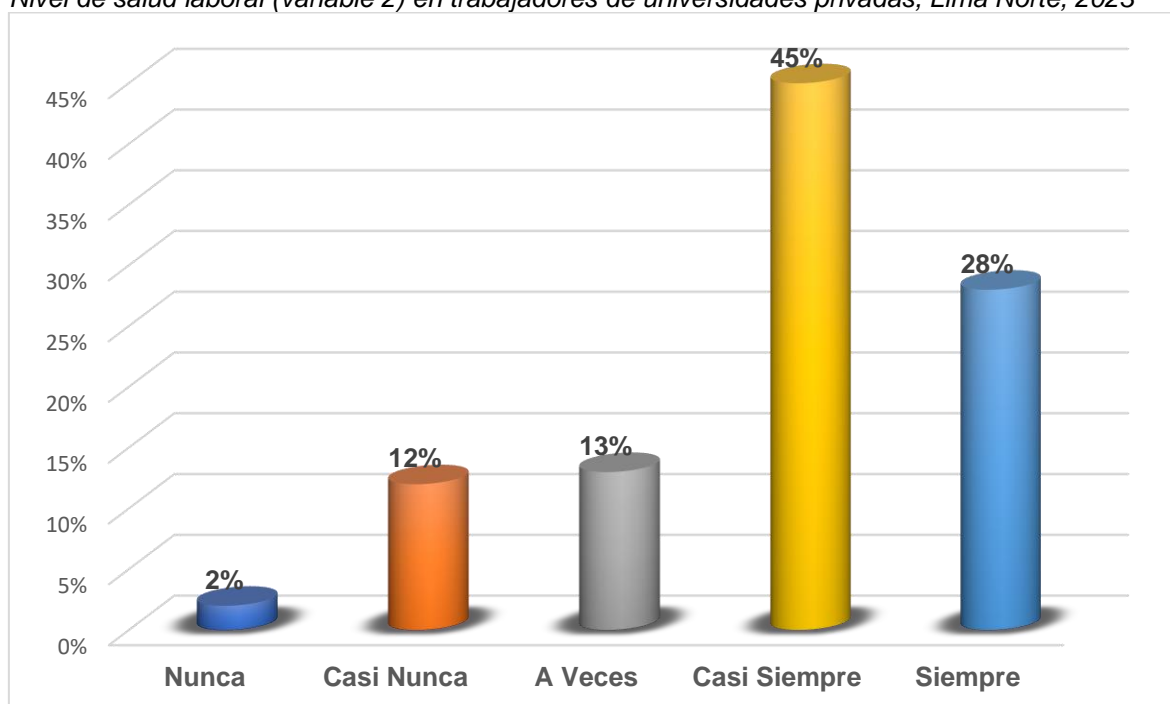
Tabla 12

Nivel de salud laboral (variable 2) en trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023

	Fr.	%	% val.	% ac.
Nunca	168	2%	2%	2%
Casi Nunca	974	12%	12%	14%
A Veces	1119	13%	13%	27%
Casi Siempre	3890	45%	45%	72%
Siempre	2429	28%	28%	100%
TOTAL	8580	100%	100%	

Figura 7

Nivel de salud laboral (variable 2) en trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023



En relación a la salud laboral, se observa en la Tabla 12 y Figura 7 que el 73% de los encuestados manifestaron que siempre (S) y casi siempre (CS) se encuentran deprimidos porque tienen menos energía para cumplir con las labores propias del trabajo y asimismo no pueden concentrarse en el trabajo; mientras que un 14% refieren que nunca (N) y casi nunca (CN) han presentado síntomas psicósomáticos cuando han realizado jornadas de trabajo prolongadas conectados a la internet y; un 13% expresaron que a veces (AV) han presentado cuadros de dolor abdominal, dolor de cabeza y problemas para conciliar el sueño.

DIMENSIÓN 1: Síntomas psicosociales

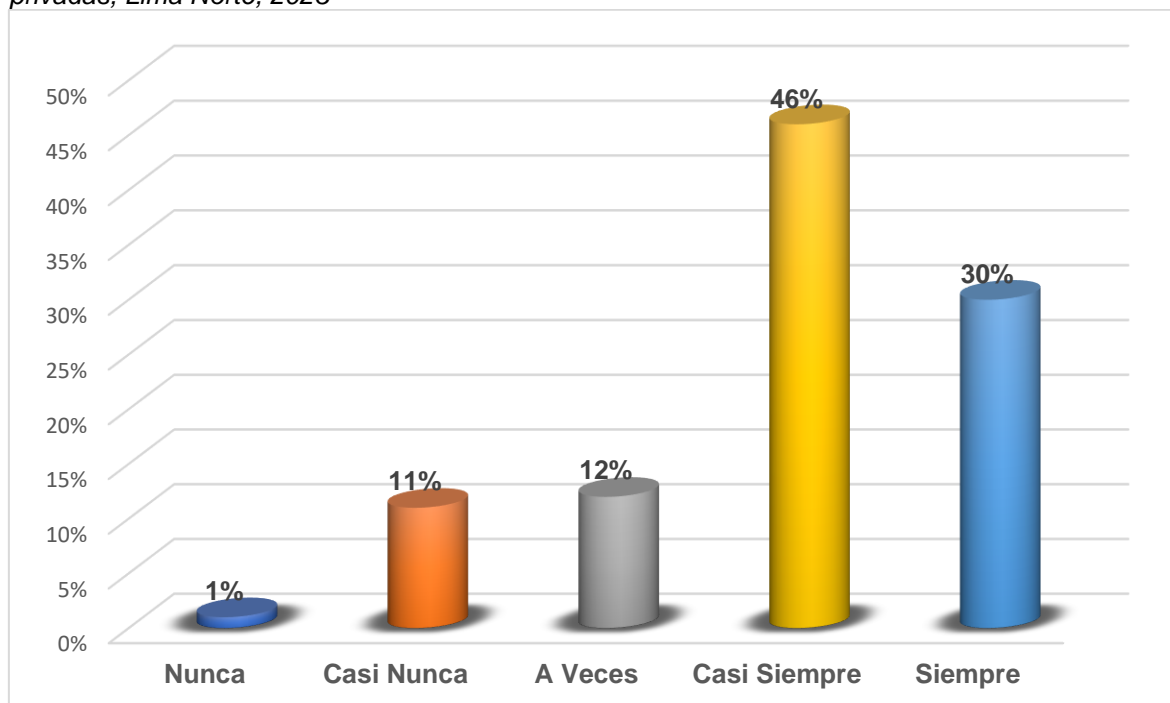
Tabla 13

Nivel de síntomas psicosociales (variable 2, dimensión 1) en trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023

	Fr.	%	% val.	% ac.
Nunca	96	1%	1%	1%
Casi Nunca	802	11%	11%	12%
A Veces	851	12%	12%	24%
Casi Siempre	3428	46%	46%	70%
Siempre	2233	30%	30%	100%
TOTAL	7410	100%	100%	

Figura 8

Nivel de síntomas psicosociales (variable 2, dimensión 1) en trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023



En relación a los síntomas psicosociales, se observa en la Tabla 13 y Figura 8 que el 76% de los encuestados manifestaron que siempre (S) y casi siempre (CS) han presentado depresión debido a que se encuentran más irritables que lo habitual en su centro laboral; mientras que un 12% refieren que a veces (AV) presentan apatía porque se abstienen de ofrecerse como voluntarios para asumir tareas; un 11% refirieron que casi nunca (CN) presentan preocupación por otros asuntos que no están vinculadas a sus tareas laborales y; el 1% aseveró que nunca (N) ha presentado pensamiento apático y mentalmente se desconecta del trabajo.

DIMENSIÓN 2: Síntomas psicosomáticos

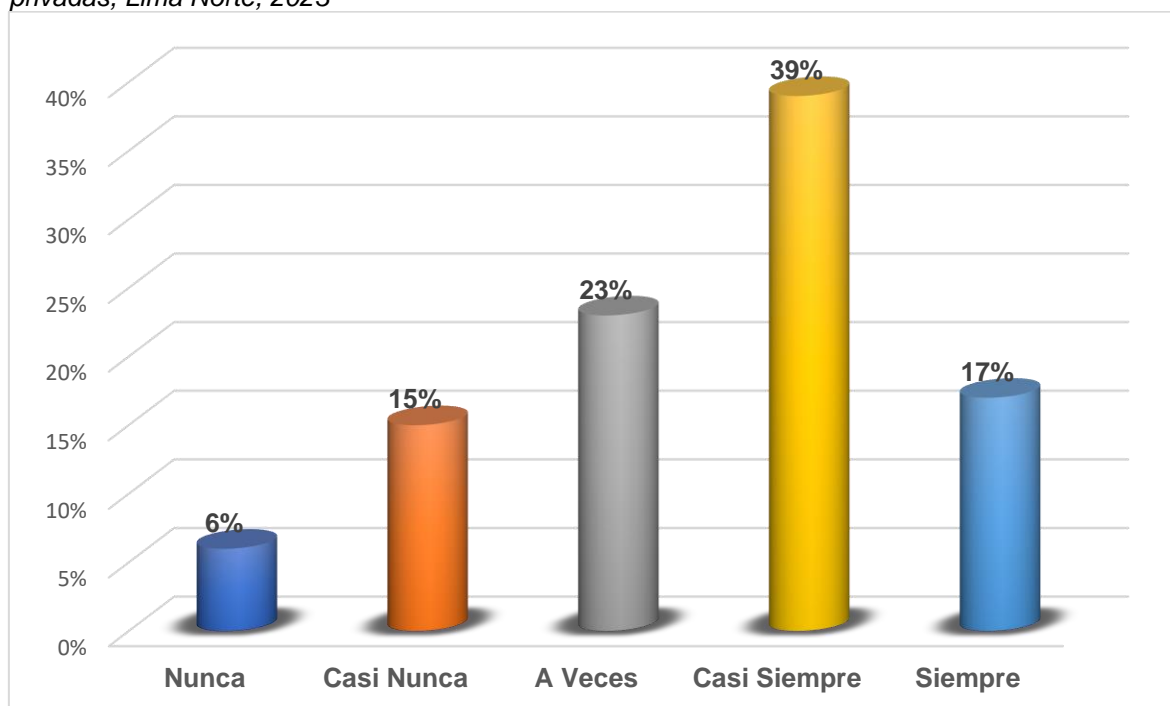
Tabla 14

Nivel de síntomas psicosomáticos (variable 2, dimensión 2) en trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023

	Fr.	%	% val.	% ac.
Nunca	72	6%	6%	6%
Casi Nunca	172	15%	15%	21%
A Veces	268	23%	23%	44%
Casi Siempre	462	39%	39%	83%
Siempre	196	17%	17%	100%
TOTAL	1170	100%	100%	

Figura 9

Nivel de síntomas psicosomáticos (variable 2, dimensión 2) en trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023



En relación a los síntomas psicosomáticos, se observa en la Tabla 14 y Figura 9 que el 56% de los encuestados manifestaron que siempre (S) y casi siempre (CS) han presentado problemas para dormir cuando han realizado jornadas de trabajo prolongadas mediante la conexión a la internet; mientras que un 23% refieren que a veces (AV) han presentado síntomas de dolor de cabeza cuando ha realizado jornadas de trabajo prolongadas conectados a la internet y; un 21% expresaron que nunca (N) y casi nunca (CN) presentado síntomas de dolor abdominal cuando ha realizado jornadas de trabajo prolongadas mediante la conexión a la internet.

Estadística inferencial:

Con respecto al objetivo general, referido al uso del internet, se tiene como prueba de hipótesis general:

H_G: Existe relación entre el uso de internet y la salud laboral entre trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023

H₀: No existe relación entre el uso de internet y la salud laboral entre trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023

H_a: Si existe relación entre el uso de internet y la salud laboral entre trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023

La correlación entre las variables de estudio fue procesada mediante el baremo del coeficiente de correlación del Rho de Spearman desarrollada por Hernández et al. (2014), ver anexo en Tabla 15.

Limitaciones

Significancia de tabla = 0.05

Nivel de aceptación = 95%

Significancia y decisión

Si sig. Encontrada < 0.05; entonces se rechaza H₀ y se acepta H_a

Si sig. Encontrada > 0.05; entonces se acepta H₀

Estadística de contraste de hipótesis

Tabla 16

Correlación entre la variable uso de internet y salud laboral en trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023

			USO DE INTERNET	SALUD LABORAL
Rho de Spearman	USO DE INTERNET	Coefficiente de correlación	1,000	,903**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	390	390
	SALUD LABORAL	Coefficiente de correlación	,903**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	390	390

Nota. **. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

De acuerdo con la Tabla 16, se observa un valor de significancia estadística bilateral de 0.000 indicando que el valor calculado es menor al grado de significancia teórica de 0.05 ($0.000 < 0.05$); en consecuencia, se rechaza la Hipótesis nula (H_0) y se acepta la Hipótesis alterna (H_a) como verdadera. Por lo tanto, estadísticamente queda demostrado que existe relación entre el uso de internet y la salud laboral entre trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023, determinado con un coeficiente de correlación Rho de Spearman de 0.903 y; de acuerdo con la Tabla 15 (ver anexos) de la escala de baremos de correlación de Spearman es una *correlación positiva muy fuerte*.

Prueba de hipótesis específicas

En alusión al primer objetivo específico, referido a la relación internet y síntomas psicosociales:

H_{E1}: Existe relación entre el uso de internet y los síntomas psicosociales entre trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023.

H₀: No existe relación entre el uso de internet y los síntomas psicosociales entre trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023.

H_a: Si existe relación entre el uso de internet y los síntomas psicosociales entre trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023.

Tabla 17

Correlación entre la variable uso de internet y la dimensión síntomas psicosociales de la variable salud laboral en trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023

			USO DE INTERNET	Síntomas psicosociales
Rho de Spearman	USO DE INTERNET	Coeficiente de correlación	1,000	,948**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	390	390
	Síntomas psicosociales	Coeficiente de correlación	,948**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	390	390

Nota. **. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

De acuerdo con la Tabla 17, se observa un valor de significancia bilateral de 0.000 indicando que el valor calculado es menor al grado de significancia teórica de 0.005 ($0.000 < 0.05$); en consecuencia, se rechaza la Hipótesis nula (H_0) y se acepta la Hipótesis alterna (H_a) como verdadera. Por lo tanto, estadísticamente queda demostrado que existe relación entre el uso de internet y los síntomas psicosociales entre trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023 determinado con un coeficiente de correlación Rho de Spearman de 0.948 y; de acuerdo con la Tabla 15 (ver anexos) de la escala de baremos de correlación de Spearman es una *correlación positiva muy fuerte*.

En alusión al segundo objetivo específico, referido a la relación internet y síntomas psicosomáticos:

H_{E2}: Existe relación entre el uso de internet y los síntomas psicosomáticos entre trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023.

H₀: No existe relación entre el uso de internet y los síntomas psicosomáticos entre trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023.

H_a: Si existe relación entre el uso de internet y los síntomas psicosomáticos entre trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023.

Tabla 18

Correlación entre la variable uso de internet y la dimensión síntomas psicossomáticos de la variable salud laboral en trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023

			USO DE INTERNET	Síntomas psicossomáticos
Rho de Spearman	USO DE INTERNET	Coeficiente de correlación	1,000	,514**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	390	390
	Síntomas psicossomáticos	Coeficiente de correlación	,514**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	390	390

Nota. **. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

De acuerdo con la Tabla 18, se observa un valor de significancia bilateral de 0.000 indicando que el valor calculado es menor al grado de significancia teórica de 0.005 ($0.000 < 0.05$); en consecuencia, se rechaza la Hipótesis nula (H_0) y se acepta la Hipótesis alterna (H_a) como verdadera. Por lo tanto, estadísticamente queda demostrado que existe relación entre el uso de internet y los síntomas psicossomáticos entre trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023 determinado con un coeficiente de correlación Rho de Spearman de 0.514 y; de acuerdo con la Tabla 15 (ver anexos) de la escala de baremos de correlación de Spearman es una *correlación positiva media*.

V. DISCUSIÓN

La hipótesis principal del trabajo de investigación estuvo orientada a demostrar que existe una relación significativa entre el uso de internet y la salud laboral entre trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023. En este sentido, la correlación entre las variables fue estadísticamente positiva muy fuerte ($p < 0,05$) e igual a 0.903 Coeficiente Rho de Spearman (Tabla 15) entre el 99 por ciento de los encuestados que frecuentan el uso de la Internet (Tabla 8).

Los resultados de la investigación han coincidido con el Principio de Diseño de Alan Dix (2003) debido a que el uso de la Internet ha servido no sólo para facilitar el aprendizaje o procesar información laboral, sino también considerar la frecuencia de las actividades que están asociadas con la salud mental de los usuarios. En este sentido, existe coincidencias con los resultados del estudio de Ryani et al., (2023) quienes sostuvieron que el uso de WhatsApp por el 90% de usuarios significó estrés (63%), ansiedad (55.8%) y depresión (48.6%) en los encuestados.

Otros resultados vinculados al uso de la internet laboral fueron reportados por Martínez (2020) quién estudió los cambios de las organizaciones hacia nuevas formas de trabajo, restrictivo, aislado socialmente, cuando trasladaron el trabajo a casa generando perturbaciones en la salud mental y física-emocional. La utilización de las computadoras para Estrada et al., (2022) y Díaz-Patiño y Anaya-Velasco (2023) significó agotamiento extremo, tics nerviosos o parpadeos repentinos y, dolores de cabeza.

Asimismo, para Cai (2021) y Castro y Suárez (2022), los empleados informales generan mayores síntomas depresivos, atención médica y psicológica. Es decir, el riesgo psicosocial está asociado al padecimiento de alguna enfermedad psicosomática. En suma, la frecuencia de utilización de medios como la internet producen dolor de cuello, y otros trastornos psicológicos y físicos.

La primera hipótesis específica que existe relación significativa entre el uso de internet y los síntomas psicosociales entre trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023 quedó demostrada estadísticamente ($p < 0,05$) con una correlación positiva muy fuerte, Rho de Spearman igual a 0.948, (Tabla 15). Estos resultados coinciden con modelo de demandas y control psicosociales propuesta por Robert Karasek (1979); esto es, las capacidades del colaborador están frente a

toda la carga laboral y emocional que se traduce en comportamiento propio de las actividades de trabajo. En otras palabras, el uso de internet produce comportamientos psicosociales en el lugar de trabajo.

Otro de los autores con el cual hay mayor coincidencia es Hylkilä et al., (2023), quienes han sostenido que las redes sociales están altamente asociadas con el tipo de actividad en Internet, factores psicosociales como estado de ánimo, miedo a perderse, necesidad de pertenecer, relaciones sociales. Este invento favorable al desarrollo de la humanidad genera también efectos adversos en el campo académico, laboral y social en la población.

La segunda hipótesis específica es que sí existe relación significativa ($p < 0,05$) entre el uso de internet y los síntomas psicosomáticos entre trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023. Estadísticamente queda demostrada esta relación correlación positiva media mediante el coeficiente Rho de Spearman de 0.514 (Tabla 15). Esta afirmación ha coincidido con los autores Ostovar et al., (2016) quienes han afirmado que existe relación entre adicción a Internet con estrés, soledad, depresión, y ansiedad, es alta; y la internet constituye un predictor por excelencia de estos síntomas y que los hombres son más adictivos que las mujeres. También, Cerniglia et al., (2017) han sostenido que esta adicción conductual no química al internet constituye un problema global por la alta interacción hombre computador en el proceso de socialización humana.

VI. CONCLUSIONES

Primera

En concordancia con el objetivo general, se determinó que existe una relación Rho de Spearman igual a 0.903 (CD 81.54% grado de asociación) en el uso de internet y la salud laboral (correlación positiva muy fuerte) entre trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023. Al respecto, cabe acotar que la salud laboral mantiene una asociación de aproximada al 81.54% con el uso de la internet por los encuestados.

Segunda

En concordancia con el objetivo específico 1, se estableció que existe una relación Rho Spearman igual a 0.948 (CD 89.87% grado de asociación) entre el uso de internet y los síntomas psicosociales (correlación positiva muy fuerte) entre trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023. Al respecto, cabe acotar que los síntomas psicosociales están asociados con el uso de internet en un 89.87%.

Tercera

En concordancia con el objetivo específico 2, se estableció que existe una relación Rho de Spearman igual a 0.514 (CD 26.42% grado de asociación) entre el uso de internet y los síntomas psicosociales (correlación positiva media) entre trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023. Al respecto, cabe acotar que los síntomas psicosomáticos están asociados con el uso de internet en un 26.42%.

VII. RECOMENDACIONES

Primera

Conforme se dedujo en la presente investigación, uso de internet y salud laboral en universidades de Lima Norte, se recomienda a los administradores de recursos humanos de las instituciones universitarias privadas la importancia de advertir a los usuarios de la internet mediante etiquetas que el uso excesivo de este medio podría producir adicción. En ese entendido se recomienda, además, apelar a un uso moderado de este tipo de servicio, debido a que produce efectos directos en la salud mental psicosocial y psicosomático.

Segunda

Se recomienda a los docentes y funcionarios de las instituciones de enseñanza superior de universidades privadas que el trabajo realizado en contacto con la internet debe ser monitoreado por la coordinación de las áreas de GTH y SSOMA para el manejo de las emociones haciendo pausas activas.

Tercera

Los usuarios (docentes y administrativos) que hacen uso de los equipos de cómputo deben acatar las recomendaciones del área de SSOMA; de tal manera asegurarse en utilizar los muebles ergonómicos, realizar posturas del cuerpo humano adecuadas para el uso de los equipos. Además, los usuarios deben realizar descansos frecuentes mientras los equipos están en uso o alternar actividades entre físicas y computacionales.

REFERENCIAS

- Anrijs, S., Mariën, I., De Marez, L., & Ponnet, K. (2023). Excluded from essential internet services: Examining associations between digital exclusion, socio-economic resources and internet resources. *Technology in Society*, 73, 102211. <https://doi.org/10.1016/j.techsoc.2023.102211>
- Babari, P., Hielscher, M., Edelsbrunner, P. A., Conti, M., Honegger, B. D., & Marinus, E. (2023). A literature review of children's and youth's conceptions of the internet. *International Journal of Child-Computer Interaction*, 37, 100595. <https://doi.org/10.1016/j.ijcci.2023.100595>
- Baena, G. (2014) *Metodología de la investigación*. (1era ed.) Grupo editorial Patria. <https://bit.ly/3NOpT2t>
- Byaro, M., Rwezaula, A., & Ngowi, N. (2023). Does internet use and adoption matter for better health outcomes in sub-Saharan African countries? New evidence from panel quantile regression. *Technological Forecasting and Social Change*, 191, 122445. <https://doi.org/10.1016/j.techfore.2023.122445>
- Cai, Y., Kong, W., Lian, Y., & Jin, X. (2021). Depressive Symptoms among Chinese Informal Employees in the Digital Era. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(10), 5211. <https://doi.org/10.3390/ijerph18105211>
- Castiglia, V. (2000) *Requisitos metodológicos y estadísticos para publicaciones científicas Parte 1*. Revista Asc. Arg. Ortop. y Traumatol. 66 (1) 70-74. https://www.aaot.org.ar/revista/1993_2002/2001/2001_1/660111.pdf
- Castro, N. y Suárez, X. (2022). Riesgos psicosociales y su relación con la salud laboral en un hospital. *Ciencias Psicológicas*, 16(1), Artículo e2551. <https://doi.org/10.22235/cp.v16i1.2551>
- Cegarra, J. (2012) *Metodología de la investigación científica y tecnológica*. Editorial Díaz Santos. Universitat Politècnica de Catalunya. <https://bit.ly/3A0Dy2t>
- Cerniglia, L., Zoratto, F., Cimino, S., Laviola, G., Ammaniti, M., & Adriani, W. (2017). Internet Addiction in adolescence: Neurobiological, psychosocial and clinical issues. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 76, 174-184. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2016.12.024>

- CONCYTEC. Consejo Nacional de Ciencia, Tecnología e Innovación Tecnológica. (2020). *Reglamento de Calificación, Clasificación y Registro de los Investigadores del Sistema Nacional de Ciencia, Tecnología e Innovación Tecnológica* - Reglamento Renacyt. Lima. <http://portal.concytec.gob.pe/index.php/informacion-cti/reglamento-delinvestigador-renacyt>
- Cuba, M. S., & Zegarra Zamalloa, C. O. (2017). *Frecuencia de adicción a internet y desarrollo de habilidades sociales en adolescentes de una localidad urbana de Lima*. <https://doi.org/10.5867/medwave.2017.01.6857>
- Chang, C.-T., Tu, C.-S., & Hajiyev, J. (2019). Integrating academic type of social media activity with perceived academic performance: A role of task-related and non-task-related compulsive Internet use. *Computers & Education*, 139, 157-172. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2019.05.011>
- Díaz, V. P. (2009). Metodología de la investigación científica y bioestadística: para médicos, odontólogos y estudiantes de ciencias de la salud. Chile: RIL Editores.
- Díaz-Patiño, D.-G., & Anaya-Velasco, A. (2023). Relación de los factores de riesgo psicosocial y salud en trabajadores de universidades: revisión sistemática. *RIES Revista Iberoamericana de Educación Superior*, 13(38), 182-203. <https://doi.org/10.22201/iisue.20072872e.2022.38.1518>
- Dix, A. (2003). Human-computer Interaction. Alemania: Pearson/Prentice-Hall.
- Dworschak, C., Heim, E., & Maercker, A. (2022). Efficacy of internet-based interventions for common mental disorder symptoms and psychosocial problems in older adults: A systematic review and meta-analysis. *Internet Interventions*, 27, 100498. <https://doi.org/10.1016/j.invent.2022.100498>
- Estrada, E. G.; Paricahua, J. N., Gallegos, N. A., Paredes, Y. y Quispe, R. (2022). Valoración de los síntomas psicosomáticos relacionados al estrés en los docentes de educación básica regular durante la pandemia de COVID-19. *AVFT Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica.*, 41(5), 327-334. [Chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.revistaavft.com/images/revistas/2022/avft_5_2022/3_valoracion_sintomas.pdf](https://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.revistaavft.com/images/revistas/2022/avft_5_2022/3_valoracion_sintomas.pdf)

- Fernández-Coca, A. (1998). *Producción y diseño gráfico para la World Wide Web*. Argentina: Paidós.
- Gadow, F. (2010). *Dilemas: La gestión del talento en tiempos de cambio*. Argentina: Ediciones Granica, S.A.
- Giraldo Malca, C. X. (2012). *La influencia del consumo de Internet en la comunicación entre adolescentes y padres en zonas rurales*. <https://repositorio.pucp.edu.pe/index/handle/123456789/150787>
- Girouard-Hallam, L. N., Tong, Y., Wang, F., & Danovitch, J. H. (2023). What can the internet do?: Chinese and American children's attitudes and beliefs about the internet. *Cognitive Development*, 66, 101338. <https://doi.org/10.1016/j.cogdev.2023.101338>
- González, J. A. (2022). *Utilización de las bases de datos relacionales en el sistema de gestión y almacenamiento de datos*. España: Ediciones Paraninfo, S.A.
- Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, P. (2016) *Metodología de la investigación las rutas cuantitativas, cualitativas y mixtas*. Interamericana Editores 736. 320
- Hernández-Sampieri, R. & Mendoza, C (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*, Ciudad de México, México: Editorial Mc Graw Hill Education, Año de edición: 2018, ISBN: 978-1-4562-6096-5, 714 p.
- Hoppe, J. M., Vegelius, J., Gingnell, M., Björkstrand, J., & Frick, A. (2022). Internet-delivered approach-avoidance conflict task shows temporal stability and relation to trait anxiety. *Learning and Motivation*, 80, 101848. <https://doi.org/10.1016/j.lmot.2022.101848>
- Hylkilä, K., Männikkö, N., Castrén, S., Mustonen, T., Peltonen, A., Konttila, J., Männistö, M., & Kääriäinen, M. (2023). Association between psychosocial well-being and problematic social media use among Finnish young adults: A cross-sectional study. *Telematics and Informatics*, 81, 101996. <https://doi.org/10.1016/j.tele.2023.101996>
- Ibáñez, C. (2007). *Metodología para la Planeación de la Educación Superior Una aproximación desde la psicología interconductual*. México: Uson.

- Ji, Z., Wang, X., & Wu, D. (2022). Research on task scheduling and concurrent processing technology for energy internet operation platform. *Global Energy Interconnection*, 5(6), 579-589. <https://doi.org/10.1016/j.gloi.2022.12.001>
- Juul, J. (2012). *Su hijo, una persona competente: Hacia los nuevos valores básicos de la familia*. Alemania: Herder Editorial.
- Kalimo, R., El-Batawi, M. A. & Cooper, C. L. (1988). *Los factores en el trabajo y su relación con la salud*. Organización Mundial de la Salud.
- Keller, F. M., Dahmen, A., Derksen, C., Kötting, L., & Lippke, S. (2021). Psychosomatic Rehabilitation Patients and the General Population During COVID-19: Online Cross-sectional and Longitudinal Study of Digital Trainings and Rehabilitation Effects. *JMIR Mental Health*, 8(8), e30610. <https://doi.org/10.2196/30610>
- Kelley, W. N. (1993). *Medicina interna*. Médica Panamericana.
- Kent, M. (2003). *Diccionario Oxford de medicina y ciencias del deporte*. España: Paidotribo
- Kim, M., Lee, T. H., Choi, J.-S., Kwak, Y. B., Hwang, W. J., Kim, T., Lee, J. Y., Kim, B. M., & Kwon, J. S. (2019). Dysfunctional attentional bias and inhibitory control during anti-saccade task in patients with internet gaming disorder: An eye tracking study. *Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry*, 95, 109717. <https://doi.org/10.1016/j.pnpbp.2019.109717>
- Lakhdar, M. P. A., Hameed, A. N., Hasnani, F. B., Angez, M., Nawaz, M. T., Khan, M. M. H., Peerwani, G., Nathwani, A. A., & Azam, S. I. (2022). Demographic and Psychosocial Factors associated with Internet Addiction among the Pakistani Population during COVID-19: A Web-Based Survey. *INQUIRY: The Journal of Health Care Organization, Provision, and Financing*, 59, 00469580221138671. <https://doi.org/10.1177/00469580221138671>
- Lei, L., Yu, D., & Zhou, Y. (2023). Better educated children, better Internet-connected elderly parents. *Research Policy*, 52(4), 104743. <https://doi.org/10.1016/j.respol.2023.104743>
- Li, J., Sidibe, A. M., Shen, X., & Hesketh, T. (2019). Incidence, risk factors and psychosomatic symptoms for traditional bullying and cyberbullying in Chinese adolescents. *Children and Youth Services Review*, 107, 104511. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2019.104511>

- Liu, Y., Cui, L., Xiong, Y., & Yao, X. (2023). Does the development of the Internet improve the allocative efficiency of production factors? Evidence from surveys of Chinese manufacturing firms. *Structural Change and Economic Dynamics*, 66, 161-174. <https://doi.org/10.1016/j.strueco.2023.04.017>
- Ma, J., & Sheng, L. (2023). Internet use time and mental health among rural adolescents in China: A longitudinal study. *Journal of Affective Disorders*, 337, 18-26. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.05.054>
- Macarena, C. T. y Pérez, J. M. (2020). *Manual Del Método Del Cuestionario. SUSES0/ISTAS21-Versiones completa y breve (3a ed.)*. https://www.suseso.cl/606/articles-19640_archivo_01.pdf
- Marquina, V. (2020). *Ciberacoso a niños y adolescentes (grooming)*. <https://repositorio.upch.edu.pe/handle/20.500.12866/8425>
- Martínez, L. (2020). Riesgos psicosociales y estrés laboral en tiempos de covid-19: instrumentos para su evaluación. *Revista de Comunicación y Salud*, 10(2), 301-321. doi: [https://doi.org/10.35669/rcys.2020.10\(2\).301-321](https://doi.org/10.35669/rcys.2020.10(2).301-321)
- Morín, E. (2004). *Introducción al pensamiento complejo*. México, D. F.: Editorial Gedisa.
- Naghi, M. (2000) *Metodología de la investigación* (2da ed.) Editorial Limusa Noriega Editores. <https://bit.ly/3QsUqVo>
- Özer, D., Şahin Altun, Ö., & Avşar, G. (2023). Investigation of the relationship between internet addiction, communication skills and difficulties in emotion regulation in nursing students. *Archives of Psychiatric Nursing*, 42, 18-24. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2022.12.004>
- Ostovar, S., Allahyar, N., Aminpoor, H., Moafian, F., Nor, M. B. M., & Griffiths, M. D. (2016). Internet addiction and its psychosocial risks (depression, anxiety, stress and loneliness) among Iranian adolescents and young adults: A structural equation model in a cross-sectional study. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 14(3), 257-267. <https://doi.org/10.1007/s11469-015-9628-0>
- Reed, P., Davies, A., Evans, K., & Osborne, L. A. (2023). Longitudinal relationship between problematic internet use with loneliness during and after COVID-19 social restrictions: Short title: Internet use and loneliness. *Psychiatry Research*, 323, 115148. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2023.115148>

- Rota, D y Rota, E. (2012). *Ansiedad: Cómo gestionar el mal de la época*. España: e625.
- Ryani, M. A., Alshahrani, A., Khmees, R. A., & Gosadi, I. M. (2023). Assessment of the Association Between Use of WhatsApp for Work-Related Purposes and Levels of Depression, Anxiety, and Stress Among Healthcare Workers from Jazan, Saudi Arabia. *Psychology Research and Behavior Management*, 16, 713-725. doi: <https://doi.org/10.2147/PRBM.S402720>
- Sánchez, E. M. (2020). Resiliencia, adicción al internet y rendimiento escolar en adolescentes de Pucallpa. *Universidad Nacional Mayor de San Marcos*. <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/17655>
- San Molina, L. (2011). *Comprender la depresión*. España: Amat Editorial.
- Shao, S., Su, L., Zhang, Q., Wu, S., Guo, S., & Qi, F. (2023). Multi task dynamic edge–end computing collaboration for urban Internet of Vehicles. *Computer Networks*, 227, 109690. <https://doi.org/10.1016/j.comnet.2023.109690>
- Tanabe, R., Hisamatsu, T., Fukuda, M., Tsumura, H., Tsuchie, R., Suzuki, M., . . . Kanda, H. (2021). The association between problematic internet use and neck pain among japanese schoolteachers. *Journal of Occupational Health*, 63(1). <https://doi.org/10.1002/1348-9585.12298>
- Tensoni, A. M. (2002). *Como vencer el Insomnio*. Argentina: Imaginador.
- The jamovi project (2022). *Jamovi*. (Version 2.3) [Computer Software]. Retrieved from <https://www.jamovi.org>.
- Valvas, G. L. (2021). *Relación entre la depresión, impulsividad y uso de internet en alumnos de una universidad privada de Lima-Metropolitana en el año 2018*. <https://repositorio.upch.edu.pe/handle/20.500.12866/10181>
- Vargas, S. G. (2020). *Las habilidades sociales y la adicción al internet en adolescentes de un colegio parroquial*. <https://repositorio.upch.edu.pe/handle/20.500.12866/8365>
- Zhou, J., Gao, L., Lu, C., & Yao, X. (2023). Towards multi-task transfer optimization of cloud service collaboration in industrial internet platform. *Robotics and Computer-Integrated Manufacturing*, 80, 102472. <https://doi.org/10.1016/j.rcim.2022.102472>

ANEXOS

MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Título: Uso de internet y salud laboral entre trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023

Autor: Mauricio Eduardo Jiménez Mairena

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
V1: USO DE INTERNET	El uso de la Internet es parte de los inventos realizados para el bienestar de la humanidad pero que está ocasionando efectos no previstos en el desempeño académico, laboral y social en niños, jóvenes, adultos y ancianos. El uso de la internet tiene como dimensiones (1) dispositivos que buscará conocer si tienen conexión a internet y si es el principal equipo de uso de internet; (2) internet para determinar qué se utiliza como parte del entretenimiento en línea por día entre semana y como entretenimiento en línea los fines de semana y; (3) tareas laborales para establecer si se encuentra en línea por día entre la semana o en línea los fines de semana.	La variable fue medida aplicando la técnica de la encuesta, se construyó y aplicó un cuestionario estructurado de 7 ítems, que permitió analizar e interpretar la opinión del encuestado a fin de obtener una apreciación crítica de los resultados de la variable en estudio. El cuestionario fue validado mediante Juicio de expertos y luego se aplicó una prueba piloto para determinar el nivel de confiabilidad (Alfa de Cronbach > 0.778). Los resultados generaron una base de datos mediante el SPSS-V23, los mismos que fueron presentados en categorías: 1= Nunca 2= Casi Nunca 3= A Veces 4= Casi Siempre 5 = Siempre	DISPOSITIVOS	Conectados a internet	Escala ordinal
				Principal equipo de uso de internet	
			INTERNET	En línea por día entre semana	
				En línea los fines de semana	
			TAREAS LABORALES	En línea por día entre la semana	
				En línea los fines de semana	
V2: SALUD LABORAL	La condición bienestar de salud laboral propone como dimensiones (1) síntomas psicosociales para determinar el nivel de la depresión, la desmotivación y la ansiedad presentada en el área de trabajo y; (2) síntomas psicósomáticos para determinar el grado de síntomas persistentes orientados a dolores de cabeza, dolor abdominal y problemas para dormir.	La variable fue medida aplicando la técnica de la encuesta, se construyó y aplicó un cuestionario estructurado de 22 ítems, que permitió analizar e interpretar la opinión del encuestado a fin de obtener una apreciación crítica de los resultados de la variable en estudio. El cuestionario fue validado mediante Juicio de expertos y luego se aplicó una prueba piloto para determinar el nivel de confiabilidad (Alfa de Cronbach > 0.873). Los resultados generaron una base de datos mediante el SPSS-V23, los mismos que fueron presentados en categorías: 1= Nunca 2= Casi Nunca 3= A Veces 4= Casi Siempre 5 = Siempre	SÍNTOMAS PSICOSOCIALES	Ansiedad	Escala ordinal
				Depresión	
				Desmotivación	
			SÍNTOMAS PSICOSOMÁTICOS	Dolores de cabeza	
				Dolor abdominal	
				Problemas para dormir	

CUESTIONARIO USO DE INTERNET

Estimado participante, el objetivo del presente estudio es determinar la relación entre el uso de internet y la salud laboral entre trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023.

Agradezco las respuestas al siguiente cuestionario. La información que nos proporcione será tratada de forma confidencial y anónima.

TABLA DE VALORACIÓN	
Respuestas:	
1	= Nunca
2	= Casi Nunca
3	= A Veces
4	= Casi Siempre
5	= Siempre

VARIABLE USO DE INTERNET		RESPUESTAS				
N°	DIMENSIÓN 1: DISPOSITIVOS					
	ÍTEMS	1	2	3	4	5
1	Hace uso de equipos con conexión a internet.					
2	Hace uso de equipo propio conectado a internet.					
N°	DIMENSIÓN 2: INTERNET	1	2	3	4	5
3	Cuenta con una computadora como equipo propio para usar la internet durante la semana laboral.					
4	Usa la internet los fines de semana para comunicación propia del trabajo.					
5	Usa la internet los fines de semana para visualizar videos como entretenimiento personal.					
N°	DIMENSIÓN 3: RELACIONES LABORALES	1	2	3	4	5
6	Usa la computadora más de 3 horas por día durante la semana laboral.					
7	Usa la computadora más de 3 horas durante los fines de semana para dedicarlos en las labores de oficina.					

Gracias por gentil atención.

CUESTIONARIO SALUD LABORAL

Estimado participante, el objetivo del presente estudio es determinar la relación entre el uso de internet y la salud laboral entre trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023.

Agradezco las respuestas al siguiente cuestionario. La información que nos proporcione será tratada de forma confidencial y anónima.

TABLA DE VALORACIÓN	
	Respuestas:
	1 = Nunca
	2 = Casi Nunca
	3 = A Veces
	4 = Casi Siempre
	5 = Siempre

N°	VARIABLE SALUD LABORAL	RESPUESTAS				
	DIMENSIÓN 1: SÍNTOMAS PSICOSOCIALES					
	ÍTEMS	1	2	3	4	5
1	Este último mes, me he sentido más desalentado sobre mi futuro laboral de lo que solía estarlo.					
2	Siento que no disfruto tanto de las tareas en la oficina como solía hacerlo hace un mes.					
3	Este último mes, me he sentido culpable respecto de varias cosas que debí haber hecho en mi centro laboral.					
4	Siento que no puedo cumplir con mis tareas laborales y se me amontonan.					
5	Me preocupo demasiado por otros asuntos que no están vinculadas a mis tareas laborales.					
6	Este último mes, me he sentido más inquieto o tenso que lo habitual.					
7	Este último mes, me ha resultado más difícil que de costumbre tomar decisiones en mis tareas laborales.					
8	Este último mes, no me he considerado a mí mismo tan valioso y útil en mi centro laboral.					
9	Tengo menos energía que la que solía tener en mis labores.					
10	Estoy más irritable que lo habitual en mi centro laboral.					
11	Mi apetito es un poco menor que lo habitual.					
12	Este último mes, no he podido concentrarme en mis labores.					
13	Me fatigo o me canso más fácilmente cuando realizo mis labores habituales.					
14	Me resulta difícil automotivarme en mi trabajo.					
15	Soy indiferente hacia mi trabajo.					
16	Me siento mentalmente desconectado del trabajo.					
17	Si no encuentro las respuestas que busco para una tarea de trabajo, abandono.					

18	Normalmente no trabajo más de lo necesario en la tarea asignada.					
19	Me abstengo de ofrecerme como voluntario para asumir tareas.					
N°	DIMENSIÓN 2: SÍNTOMAS PSICOSOMÁTICOS	1	2	3	4	5
20	Me resulta difícil automotivarme en mi trabajo.					
21	Soy indiferente hacia mi trabajo.					
22	Me siento mentalmente desconectado del trabajo.					

Gracias por gentil atención.

FORMATOS DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

MATRIZ OPERACIONAL DE USO DE INTERNET

Título: Uso de internet y salud laboral entre trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023

Autor: Mauricio Eduardo Jiménez Mairena

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
V1: USO DE INTERNET	El uso de la Internet es parte de los inventos realizados para el bienestar de la humanidad pero que está ocasionando efectos no previstos en el desempeño académico, laboral y social en niños, jóvenes, adultos y ancianos. El uso de la internet tiene como dimensiones (1) dispositivos que buscará conocer si tienen conexión a internet y si es el principal equipo de uso de internet; (2) internet para determinar qué se utiliza como parte del entretenimiento en línea por día entre semana y como entretenimiento en línea los fines de semana y; (3) tareas laborales para establecer si se encuentra en línea por día entre la semana o en línea los fines de semana.	La variable fue medida aplicando la técnica de la encuesta, se construyó y aplicó un cuestionario estructurado de 7 ítems, que permitió analizar e interpretar la opinión del encuestado a fin de obtener una apreciación crítica de los resultados de la variable en estudio. El cuestionario fue validado mediante Juicio de expertos y luego se aplicó una prueba piloto para determinar el nivel de confiabilidad (Alfa de Cronbach > 0.778). Los resultados generaron una base de datos mediante el SPSS-V23, los mismos que fueron presentados en categorías: 1= Nunca 2= Casi Nunca 3= A Veces 4= Casi Siempre 5 = Siempre	DISPOSITIVOS	Conectados a internet	Escala ordinal
				Principal equipo de uso de internet	
			INTERNET	En línea por día entre semana	
				En línea los fines de semana	
			TAREAS LABORALES	En línea por día entre la semana	
				En línea los fines de semana	

MATRIZ OPERACIONAL DE SALUD LABORAL

Título: Uso de internet y salud laboral entre trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023

Autor: Mauricio Eduardo Jiménez Mairena

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
V2: SALUD LABORAL	La condición bienestar de salud laboral propone como dimensiones (1) síntomas psicosociales para determinar el nivel de la depresión, la desmotivación y la ansiedad presentada en el área de trabajo y; (2) síntomas psicósomáticos para determinar el grado de síntomas persistentes orientados a dolores de cabeza, dolor abdominal y problemas para dormir.	La variable fue medida aplicando la técnica de la encuesta, se construyó y aplicó un cuestionario estructurado de 22 ítems, que permitió analizar e interpretar la opinión del encuestado a fin de obtener una apreciación crítica de los resultados de la variable en estudio. El cuestionario fue validado mediante Juicio de expertos y luego se aplicó una prueba piloto para determinar el nivel de confiabilidad (Alfa de Cronbach > 0.873). Los resultados generaron una base de datos mediante el SPSS-V23, los mismos que fueron presentados en categorías: 1= Nunca 2= Casi Nunca 3= A Veces 4= Casi Siempre 5 = Siempre	SÍNTOMAS PSICOSOCIALES	Ansiedad	Escala ordinal
				Depresión	
				Desmotivación	
			SÍNTOMAS PSICOSOMÁTICOS	Dolores de cabeza	
				Dolor abdominal	
				Problemas para dormir	

CUESTIONARIO USO DE INTERNET

Estimado participante, el objetivo del presente estudio es determinar la relación entre el uso de internet y la salud laboral entre trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023.

Agradezco las respuestas al siguiente cuestionario. La información que nos proporcione será tratada de forma confidencial y anónima.

TABLA DE VALORACIÓN	
Respuestas:	
1 = Nunca	
2 = Casi Nunca	
3 = A Veces	
4 = Casi Siempre	
5 = Siempre	

VARIABLE USO DE INTERNET		RESPUESTAS				
N°	DIMENSIÓN 1: DISPOSITIVOS					
	ÍTEM	1	2	3	4	5
1	Hace uso de equipos con conexión a internet.					
2	Hace uso de equipo propio conectado a internet.					
N°	DIMENSIÓN 2: INTERNET	1	2	3	4	5
3	Cuenta con una computadora como equipo propio para usar la internet durante la semana laboral.					
4	Usa la internet los fines de semana para comunicación propia del trabajo.					
5	Usa la internet los fines de semana para visualizar videos como entretenimiento personal.					
N°	DIMENSIÓN 3: RELACIONES LABORALES	1	2	3	4	5
6	Usa la computadora más de 3 horas por día durante la semana laboral.					
7	Usa la computadora más de 3 horas durante los fines de semana para dedicarlos en las labores de oficina.					

Gracias por gentil atención.

CUESTIONARIO SALUD LABORAL

Estimado participante, el objetivo del presente estudio es determinar la relación entre el uso de internet y la salud laboral entre trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023.

Agradezco las respuestas al siguiente cuestionario. La información que nos proporcione será tratada de forma confidencial y anónima.

TABLA DE VALORACIÓN	
Respuestas:	
1 = Nunca	
2 = Casi Nunca	
3 = A Veces	
4 = Casi Siempre	
5 = Siempre	

N°	VARIABLE SALUD LABORAL	RESPUESTAS				
	DIMENSIÓN 1: SÍNTOMAS PSICOSOCIALES					
	ÍTEM	1	2	3	4	5
1	Este último mes, me he sentido más desalentado sobre mi futuro laboral de lo que solía estarlo.					
2	Siento que no disfruto tanto de las tareas en la oficina como solía hacerlo hace un mes.					
3	Este último mes, me he sentido culpable respecto de varias cosas que debí haber hecho en mi centro laboral.					
4	Siento que no puedo cumplir con mis tareas laborales y se me amontonan.					
5	Me preocupo demasiado por otros asuntos que no están vinculadas a mis tareas laborales.					
6	Este último mes, me he sentido más inquieto o tenso que lo habitual.					
7	Este último mes, me ha resultado más difícil que de costumbre tomar decisiones en mis tareas laborales.					
8	Este último mes, no me he considerado a mí mismo tan valioso y útil en mi centro laboral.					
9	Tengo menos energía que la que solía tener en mis labores.					
10	Estoy más irritable que lo habitual en mi centro laboral.					
11	Mi apetito es un poco menor que lo habitual.					
12	Este último mes, no he podido concentrarme en mis labores.					
13	Me fatigo o me canso más fácilmente cuando realizo mis labores habituales.					
14	Me resulta difícil automotivarme en mi trabajo.					
15	Soy indiferente hacia mi trabajo.					
16	Me siento mentalmente desconectado del trabajo.					

17	Si no encuentro las respuestas que busco para una tarea de trabajo, abandono.					
18	Normalmente no trabajo más de lo necesario en la tarea asignada.					
19	Me abstengo de ofrecerme como voluntario para asumir tareas.					
N°	DIMENSIÓN 2: SÍNTOMAS PSICOSOMÁTICOS	1	2	3	4	5
20	Me resulta difícil automotivarme en mi trabajo.					
21	Soy indiferente hacia mi trabajo.					
22	Me siento mentalmente desconectado del trabajo.					

Gracias por gentil atención.

VALIDEZ DE CONTENIDO POR JUICIO DE EXPERTO USO DE INTERNET

Estimado experto, a continuación, para validar el cuestionario, debe tomar en cuenta:

- A. Los criterios de calidad: la representatividad, consistencia, pertinencia, coherencia, claridad en la redacción, de los indicadores y sus respectivos reactivos del cuestionario:


Representatividad	Consistencia	Pertinencia	Coherencia	Claridad
<i>Es lo más representativo.</i>	<i>Está fundamentado en bases teóricas consistentes.</i>	<i>Conveniente s por su importancia y viabilidad.</i>	<i>Los indicadores e ítems se encuentran relacionados hay correspondencia.</i>	<i>Redactado con lenguaje claro.</i>

- B. Para valorar a cada indicador con sus respectivos ítems puede usar la escala de Likert.

1	2	3	4	5
Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre

VALIDEZ DE CONTENIDO POR JUICIO DE EXPERTO USO DE INTERNET

DATOS DEL EXPERTO

Nombres y Apellidos	GARCÍA YOVERA ABRAHAM JOSÉ	DNI N°	80270538
Nombre de los Instrumentos	Uso de internet		
Título Profesional/Especialidad	Licenciado en Administración	Teléfono / Celular	979 405 778
Grado Académico	Doctor		
Mención	Doctor en Gestión Pública y Gobernabilidad		
Firma y sello		Lugar y fecha	Lima, 30 junio del 2023

VALIDEZ DE CONTENIDO POR JUICIO DE EXPERTO SALUD LABORAL

Estimado experto, a continuación, para validar el cuestionario, debe tomar en cuenta:

- A. Los criterios de calidad: la representatividad, consistencia, pertinencia, coherencia, claridad en la redacción, de los indicadores y sus respectivos reactivos del cuestionario:


Representatividad	Consistencia	Pertinencia	Coherencia	Claridad
<i>Es lo más representativo.</i>	<i>Está fundamentado en bases teóricas consistentes.</i>	<i>Conveniente s por su importancia y viabilidad.</i>	<i>Los indicadores e ítems se encuentran relacionados hay correspondencia.</i>	<i>Redactado con lenguaje claro.</i>

- B. Para valorar a cada indicador con sus respectivos ítems puede usar la escala de Likert.

1	2	3	4	5
Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre

VALIDEZ DE CONTENIDO POR JUICIO DE EXPERTO USO DE INTERNET

DATOS DEL EXPERTO

Nombres y Apellidos	GARCÍA YOVERA ABRAHAM JOSÉ	DNI N°	80270538
Nombre de los Instrumentos	Salud laboral		
Título Profesional/Especialidad	Licenciada en Administración	Teléfono / Celular	979 405 778
Grado Académico	Doctor		
Mención	Doctor en Gestión Pública y Gobernabilidad		
Firma y sello		Lugar y Fecha	Lima, 30 junio del 2023

FORMATOS DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

MATRIZ OPERACIONAL DE USO DE INTERNET

Título: Uso de internet y salud laboral entre trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023

Autor: Mauricio Eduardo Jiménez Mairena

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
V1: USO DE INTERNET	El uso de la Internet es parte de los inventos realizados para el bienestar de la humanidad pero que está ocasionando efectos no previstos en el desempeño académico, laboral y social en niños, jóvenes, adultos y ancianos. El uso de la internet tiene como dimensiones (1) dispositivos que buscará conocer si tienen conexión a internet y si es el principal equipo de uso de internet; (2) internet para determinar qué se utiliza como parte del entretenimiento en línea por día entre semana y como entretenimiento en línea los fines de semana y; (3) tareas laborales para establecer si se encuentra en línea por día entre la semana o en línea los fines de semana.	La variable fue medida aplicando la técnica de la encuesta, se construyó y aplicó un cuestionario estructurado de 7 ítems, que permitió analizar e interpretar la opinión del encuestado a fin de obtener una apreciación crítica de los resultados de la variable en estudio. El cuestionario fue validado mediante Juicio de expertos y luego se aplicó una prueba piloto para determinar el nivel de confiabilidad (Alfa de Cronbach > 0.778). Los resultados generaron una base de datos mediante el SPSS-V23, los mismos que fueron presentados en categorías: 1= Nunca 2= Casi Nunca 3= A Veces 4= Casi Siempre 5 = Siempre	DISPOSITIVOS	Conectados a internet	Escala ordinal
				Principal equipo de uso de internet	
			INTERNET	En línea por día entre semana	
				En línea los fines de semana	
			TAREAS LABORALES	En línea por día entre la semana	
				En línea los fines de semana	

MATRIZ OPERACIONAL DE SALUD LABORAL

Título: Uso de internet y salud laboral entre trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023

Autor: Mauricio Eduardo Jiménez Mairena

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
V2: SALUD LABORAL	La condición bienestar de salud laboral propone como dimensiones (1) síntomas psicosociales para determinar el nivel de la depresión, la desmotivación y la ansiedad presentada en el área de trabajo y; (2) síntomas psicósomáticos para determinar el grado de síntomas persistentes orientados a dolores de cabeza, dolor abdominal y problemas para dormir.	La variable fue medida aplicando la técnica de la encuesta, se construyó y aplicó un cuestionario estructurado de 22 ítems, que permitió analizar e interpretar la opinión del encuestado a fin de obtener una apreciación crítica de los resultados de la variable en estudio. El cuestionario fue validado mediante Juicio de expertos y luego se aplicó una prueba piloto para determinar el nivel de confiabilidad (Alfa de Cronbach > 0.873). Los resultados generaron una base de datos mediante el SPSS-V23, los mismos que fueron presentados en categorías: 1= Nunca 2= Casi Nunca 3= A Veces 4= Casi Siempre 5 = Siempre	SÍNTOMAS PSICOSOCIALES	Ansiedad	Escala ordinal
				Depresión	
				Desmotivación	
			SÍNTOMAS PSICOSOMÁTICOS	Dolores de cabeza	
				Dolor abdominal	
				Problemas para dormir	

SÍNTOMAS PSICOSOMÁTICOS	Desmotivación	Me resulta difícil automotivarme en mi trabajo.						X		X		X		X		X		
		Soy indiferente hacia mi trabajo.						X		X		X		X		X		
		Me siento mentalmente desconectado del trabajo.						X		X		X		X		X		
		Si no encuentro las respuestas que busco para una tarea de trabajo, abandono.						X		X		X		X		X		
		Normalmente no trabajo más de lo necesario en la tarea asignada.						X		X		X		X		X		
		Me abstengo de ofrecerme como voluntario para asumir tareas.						X		X		X		X		X		
	Dolor de cabeza	Ha presentado síntomas de dolor de cabeza cuando ha realizado jornadas de trabajo prolongadas mediante la conexión a la internet.							X		X		X		X			
	Dolor abdominal	Ha presentado síntomas de dolor abdominal cuando ha realizado jornadas de trabajo prolongadas mediante la conexión a la internet.							X		X		X		X			
	Problemas para dormir	Ha presentado problemas para dormir cuando ha realizado jornadas de trabajo prolongadas mediante la conexión a la internet.							X		X		X		X			

CUESTIONARIO USO DE INTERNET

Estimado participante, el objetivo del presente estudio es determinar la relación entre el uso de internet y la salud laboral entre trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023.

Agradezco las respuestas al siguiente cuestionario. La información que nos proporcione será tratada de forma confidencial y anónima.

TABLA DE VALORACIÓN	
Respuestas:	
1 = Nunca	
2 = Casi Nunca	
3 = A Veces	
4 = Casi Siempre	
5 = Siempre	

VARIABLE USO DE INTERNET		RESPUESTAS				
N°	DIMENSIÓN 1: DISPOSITIVOS					
	ÍTEMS	1	2	3	4	5
1	Hace uso de equipos con conexión a internet.					
2	Hace uso de equipo propio conectado a internet.					
N°	DIMENSIÓN 2: INTERNET	1	2	3	4	5
3	Cuenta con una computadora como equipo propio para usar la internet durante la semana laboral.					
4	Usa la internet los fines de semana para comunicación propia del trabajo.					
5	Usa la internet los fines de semana para visualizar videos como entretenimiento personal.					
N°	DIMENSIÓN 3: RELACIONES LABORALES	1	2	3	4	5
6	Usa la computadora más de 3 horas por día durante la semana laboral.					
7	Usa la computadora más de 3 horas durante los fines de semana para dedicarlos en las labores de oficina.					

Gracias por gentil atención.

CUESTIONARIO SALUD LABORAL

Estimado participante, el objetivo del presente estudio es determinar la relación entre el uso de internet y la salud laboral entre trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023.

Agradezco las respuestas al siguiente cuestionario. La información que nos proporcione será tratada de forma confidencial y anónima.

TABLA DE VALORACIÓN	
Respuestas:	
1 = Nunca	
2 = Casi Nunca	
3 = A Veces	
4 = Casi Siempre	
5 = Siempre	

N°	VARIABLE SALUD LABORAL	RESPUESTAS				
	DIMENSIÓN 1: SÍNTOMAS PSICOSOCIALES					
	ÍTEMS	1	2	3	4	5
1	Este último mes, me he sentido más desalentado sobre mi futuro laboral de lo que solía estarlo.					
2	Siento que no disfruto tanto de las tareas en la oficina como solía hacerlo hace un mes.					
3	Este último mes, me he sentido culpable respecto de varias cosas que debí haber hecho en mi centro laboral.					
4	Siento que no puedo cumplir con mis tareas laborales y se me amontonan.					
5	Me preocupo demasiado por otros asuntos que no están vinculadas a mis tareas laborales.					
6	Este último mes, me he sentido más inquieto o tenso que lo habitual.					
7	Este último mes, me ha resultado más difícil que de costumbre tomar decisiones en mis tareas laborales.					
8	Este último mes, no me he considerado a mí mismo tan valioso y útil en mi centro laboral.					
9	Tengo menos energía que la que solía tener en mis labores.					
10	Estoy más irritable que lo habitual en mi centro laboral.					
11	Mi apetito es un poco menor que lo habitual.					
12	Este último mes, no he podido concentrarme en mis labores.					
13	Me fatigo o me canso más fácilmente cuando realizo mis labores habituales.					
14	Me resulta difícil automotivarme en mi trabajo.					
15	Soy indiferente hacia mi trabajo.					
16	Me siento mentalmente desconectado del trabajo.					

17	Si no encuentro las respuestas que busco para una tarea de trabajo, abandono.					
18	Normalmente no trabajo más de lo necesario en la tarea asignada.					
19	Me abstengo de ofrecerme como voluntario para asumir tareas.					
N°	DIMENSIÓN 2: SÍNTOMAS PSICOSOMÁTICOS	1	2	3	4	5
20	Me resulta difícil automotivarme en mi trabajo.					
21	Soy indiferente hacia mi trabajo.					
22	Me siento mentalmente desconectado del trabajo.					

Gracias por gentil atención.

VALIDEZ DE CONTENIDO POR JUICIO DE EXPERTO USO DE INTERNET

Estimado experto, a continuación, para validar el cuestionario, debe tomar en cuenta:

- A. Los criterios de calidad: la representatividad, consistencia, pertinencia, coherencia, claridad en la redacción, de los indicadores y sus respectivos reactivos del cuestionario:


Representatividad	Consistencia	Pertinencia	Coherencia	Claridad
<i>Es lo más representativo.</i>	<i>Está fundamentado en bases teóricas consistentes.</i>	<i>Conveniente s por su importancia y viabilidad.</i>	<i>Los indicadores e ítems se encuentran relacionados hay correspondencia.</i>	<i>Redactado con lenguaje claro.</i>

- B. Para valorar a cada indicador con sus respectivos ítems puede usar la escala de Likert.

1	2	3	4	5
Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre

VALIDEZ DE CONTENIDO POR JUICIO DE EXPERTO USO DE INTERNET

DATOS DEL EXPERTO

Nombres y Apellidos	MARÍA DOLORES MARTÍNEZ ZAVALA	DNI N°	07613076
Nombre de los Instrumentos	Uso de internet		
Título Profesional/Especialidad	Licenciada en Educación/ Especialidad en Turismo	Teléfono / Celular	969 665 962
Grado Académico	Doctora		
Mención	Administración		
Firma y sello		Lugar y Fecha	Lima, 28 junio del 2023

VALIDEZ DE CONTENIDO POR JUICIO DE EXPERTO SALUD LABORAL

Estimado experto, a continuación, para validar el cuestionario, debe tomar en cuenta:

- A. Los criterios de calidad: la representatividad, consistencia, pertinencia, coherencia, claridad en la redacción, de los indicadores y sus respectivos reactivos del cuestionario:


Representatividad	Consistencia	Pertinencia	Coherencia	Claridad
<i>Es lo más representativo.</i>	<i>Está fundamentado en bases teóricas consistentes.</i>	<i>Conveniente por su importancia y viabilidad.</i>	<i>Los indicadores e ítems se encuentran relacionados hay correspondencia.</i>	<i>Redactado con lenguaje claro.</i>

- B. Para valorar a cada indicador con sus respectivos ítems puede usar la escala de Likert.

1	2	3	4	5
Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre

VALIDEZ DE CONTENIDO POR JUICIO DE EXPERTO USO DE INTERNET

DATOS DEL EXPERTO

Nombres y Apellidos	MARÍA DOLORES MARTÍNEZ ZAVALA	DNI N°	07613076
Nombre de los Instrumentos	Salud laboral		
Título Profesional/Especialidad	Licenciada en Educación/ Especialidad en Turismo	Teléfono / Celular	969 665 962
Grado Académico	Doctora		
Mención	Administración		
Firma y sello		Lugar y Fecha	Lima, 28 junio del 2023

FORMATOS DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

MATRIZ OPERACIONAL DE USO DE INTERNET

Título: Uso de internet y salud laboral entre trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023

Autor: Mauricio Eduardo Jiménez Mairena

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
V1: USO DE INTERNET	El uso de la Internet es parte de los inventos realizados para el bienestar de la humanidad pero que está ocasionando efectos no previstos en el desempeño académico, laboral y social en niños, jóvenes, adultos y ancianos. El uso de la internet tiene como dimensiones (1) dispositivos que buscará conocer si tienen conexión a internet y si es el principal equipo de uso de internet; (2) internet para determinar qué se utiliza como parte del entretenimiento en línea por día entre semana y como entretenimiento en línea los fines de semana y; (3) tareas laborales para establecer si se encuentra en línea por día entre la semana o en línea los fines de semana.	La variable fue medida aplicando la técnica de la encuesta, se construyó y aplicó un cuestionario estructurado de 7 ítems, que permitió analizar e interpretar la opinión del encuestado a fin de obtener una apreciación crítica de los resultados de la variable en estudio. El cuestionario fue validado mediante Juicio de expertos y luego se aplicó una prueba piloto para determinar el nivel de confiabilidad (Alfa de Cronbach > 0.778). Los resultados generaron una base de datos mediante el SPSS-V23, los mismos que fueron presentados en categorías: 1= Nunca 2= Casi Nunca 3= A Veces 4= Casi Siempre 5 = Siempre	DISPOSITIVOS	Conectados a internet	Escala ordinal
				Principal equipo de uso de internet	
			INTERNET	En línea por día entre semana	
				En línea los fines de semana	
			TAREAS LABORALES	En línea por día entre la semana	
				En línea los fines de semana	

MATRIZ OPERACIONAL DE SALUD LABORAL

Título: Uso de internet y salud laboral entre trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023

Autor: Mauricio Eduardo Jiménez Mairena

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
V2: SALUD LABORAL	La condición bienestar de salud laboral propone como dimensiones (1) síntomas psicosociales para determinar el nivel de la depresión, la desmotivación y la ansiedad presentada en el área de trabajo y; (2) síntomas psicósomáticos para determinar el grado de síntomas persistentes orientados a dolores de cabeza, dolor abdominal y problemas para dormir.	La variable fue medida aplicando la técnica de la encuesta, se construyó y aplicó un cuestionario estructurado de 22 ítems, que permitió analizar e interpretar la opinión del encuestado a fin de obtener una apreciación crítica de los resultados de la variable en estudio. El cuestionario fue validado mediante Juicio de expertos y luego se aplicó una prueba piloto para determinar el nivel de confiabilidad (Alfa de Cronbach > 0.873). Los resultados generaron una base de datos mediante el SPSS-V23, los mismos que fueron presentados en categorías: 1= Nunca 2= Casi Nunca 3= A Veces 4= Casi Siempre 5 = Siempre	SÍNTOMAS PSICOSOCIALES	Ansiedad	Escala ordinal
				Depresión	
				Desmotivación	
			SÍNTOMAS PSICOSOMÁTICOS	Dolores de cabeza	
				Dolor abdominal	
				Problemas para dormir	

MATRIZ DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO 1 - USO DE INTERNET

Título: Uso de internet y salud laboral entre trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023

Autor: Mauricio Eduardo Jiménez Mairena

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADOR	ÍTEMS	OPCIÓN DE RESPUESTA					CRITERIOS DE EVALUACIÓN										OBSERVACIONES Y/O RECOMENDACIONES
				1.. Nunca	2.Casi Nunca	3. A Veces	4.Casi Siempre	5.. Siempre	REPRESENTATIVIDAD		PERTINENCIA		COHERENCIA		CONSISTENCIA		CLARIDAD		
									SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
V1 : USO DE INTERNET	DISPOSITIVOS	Conectados a internet	Hace uso de equipos con conexión a internet.						X		X		X		X		X		
		Principal equipo de uso de internet	Hace uso de equipo propio conectado a internet.						X		X		X		X		X		
	INTERNET	En línea por día entre semana	Cuenta con una computadora como equipo propio para usar la internet durante la semana laboral.						X		X		X		X		X		
		En línea los fines de semana	Usa la internet los fines de semana para comunicación propia del trabajo.						X		X		X		X		X		
	TAREAS LABORALES		En línea los fines de semana	Usa la internet los fines de semana para visualizar videos como entretenimiento personal.						X		X		X		X		X	
		Usa la computadora más de 3 horas por día durante la semana laboral.							X		X		X		X		X		
			Usa la computadora más de 3 horas durante los fines de semana para dedicarlos en las labores de oficina.						X		X		X		X		X		

SÍNTOMAS PSICOSOMÁTICOS	Desmotivación	Me resulta difícil automotivarme en mi trabajo.						X		X		X		X		X		
		Soy indiferente hacia mi trabajo.						X		X		X		X		X		
		Me siento mentalmente desconectado del trabajo.						X		X		X		X		X		
		Si no encuentro las respuestas que busco para una tarea de trabajo, abandono.						X		X		X		X		X		
		Normalmente no trabajo más de lo necesario en la tarea asignada.						X		X		X		X		X		
		Me abstengo de ofrecerme como voluntario para asumir tareas.						X		X		X		X		X		
	Dolor de cabeza	Ha presentado síntomas de dolor de cabeza cuando ha realizado jornadas de trabajo prolongadas mediante la conexión a la internet.							X		X		X		X			
	Dolor abdominal	Ha presentado síntomas de dolor abdominal cuando ha realizado jornadas de trabajo prolongadas mediante la conexión a la internet.							X		X		X		X			
	Problemas para dormir	Ha presentado problemas para dormir cuando ha realizado jornadas de trabajo prolongadas mediante la conexión a la internet.							X		X		X		X			

CUESTIONARIO USO DE INTERNET

Estimado participante, el objetivo del presente estudio es determinar la relación entre el uso de internet y la salud laboral entre trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023.

Agradezco las respuestas al siguiente cuestionario. La información que nos proporcione será tratada de forma confidencial y anónima.

TABLA DE VALORACIÓN	
Respuestas:	
1 = Nunca	
2 = Casi Nunca	
3 = A Veces	
4 = Casi Siempre	
5 = Siempre	

VARIABLE USO DE INTERNET		RESPUESTAS				
N°	DIMENSIÓN 1: DISPOSITIVOS					
	ÍTEM	1	2	3	4	5
1	Hace uso de equipos con conexión a internet.					
2	Hace uso de equipo propio conectado a internet.					
N°	DIMENSIÓN 2: INTERNET	1	2	3	4	5
3	Cuenta con una computadora como equipo propio para usar la internet durante la semana laboral.					
4	Usa la internet los fines de semana para comunicación propia del trabajo.					
5	Usa la internet los fines de semana para visualizar videos como entretenimiento personal.					
N°	DIMENSIÓN 3: RELACIONES LABORALES	1	2	3	4	5
6	Usa la computadora más de 3 horas por día durante la semana laboral.					
7	Usa la computadora más de 3 horas durante los fines de semana para dedicarlos en las labores de oficina.					

Gracias por gentil atención.

CUESTIONARIO SALUD LABORAL

Estimado participante, el objetivo del presente estudio es determinar la relación entre el uso de internet y la salud laboral entre trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023.

Agradezco las respuestas al siguiente cuestionario. La información que nos proporcione será tratada de forma confidencial y anónima.

TABLA DE VALORACIÓN	
Respuestas:	
1 = Nunca	
2 = Casi Nunca	
3 = A Veces	
4 = Casi Siempre	
5 = Siempre	

N°	VARIABLE SALUD LABORAL	RESPUESTAS				
	DIMENSIÓN 1: SÍNTOMAS PSICOSOCIALES					
	ÍTEM	1	2	3	4	5
1	Este último mes, me he sentido más desalentado sobre mi futuro laboral de lo que solía estarlo.					
2	Siento que no disfruto tanto de las tareas en la oficina como solía hacerlo hace un mes.					
3	Este último mes, me he sentido culpable respecto de varias cosas que debí haber hecho en mi centro laboral.					
4	Siento que no puedo cumplir con mis tareas laborales y se me amontonan.					
5	Me preocupó demasiado por otros asuntos que no están vinculadas a mis tareas laborales.					
6	Este último mes, me he sentido más inquieto o tenso que lo habitual.					
7	Este último mes, me ha resultado más difícil que de costumbre tomar decisiones en mis tareas laborales.					
8	Este último mes, no me he considerado a mí mismo tan valioso y útil en mi centro laboral.					
9	Tengo menos energía que la que solía tener en mis labores.					
10	Estoy más irritable que lo habitual en mi centro laboral.					
11	Mi apetito es un poco menor que lo habitual.					
12	Este último mes, no he podido concentrarme en mis labores.					
13	Me fatigo o me canso más fácilmente cuando realizo mis labores habituales.					
14	Me resulta difícil automotivarme en mi trabajo.					
15	Soy indiferente hacia mi trabajo.					
16	Me siento mentalmente desconectado del trabajo.					

17	Si no encuentro las respuestas que busco para una tarea de trabajo, abandono.					
18	Normalmente no trabajo más de lo necesario en la tarea asignada.					
19	Me abstengo de ofrecerme como voluntario para asumir tareas.					
N°	DIMENSIÓN 2: SÍNTOMAS PSICOSOMÁTICOS	1	2	3	4	5
20	Me resulta difícil automotivarme en mi trabajo.					
21	Soy indiferente hacia mi trabajo.					
22	Me siento mentalmente desconectado del trabajo.					

Gracias por gentil atención.

VALIDEZ DE CONTENIDO POR JUICIO DE EXPERTO USO DE INTERNET

Estimado experto, a continuación, para validar el cuestionario, debe tomar en cuenta:

- A. Los criterios de calidad: la representatividad, consistencia, pertinencia, coherencia, claridad en la redacción, de los indicadores y sus respectivos reactivos del cuestionario:


Representatividad	Consistencia	Pertinencia	Coherencia	Claridad
<i>Es lo más representativo.</i>	<i>Está fundamentado en bases teóricas consistentes.</i>	<i>Conveniente s por su importancia y viabilidad.</i>	<i>Los indicadores e ítems se encuentran relacionados hay correspondencia.</i>	<i>Redactado con lenguaje claro.</i>

- B. Para valorar a cada indicador con sus respectivos ítems puede usar la escala de Likert.

1	2	3	4	5
Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre

VALIDEZ DE CONTENIDO POR JUICIO DE EXPERTO USO DE INTERNET

DATOS DEL EXPERTO

Nombres y Apellidos	DÍAZ TORRES WILLIAM RICARDO	DNI N°	18140172
Nombre de los Instrumentos	Uso de internet		
Título Profesional/Especialidad	Licenciado en Administración	Teléfono / Celular	948 454 107
Grado Académico	Magister		
Mención	MAGISTER EN ADMINISTRACIÓN ESTRATÉGICA DE EMPRESAS		
Firma y sello		Lugar y fecha	Lima, 30 junio del 2023

VALIDEZ DE CONTENIDO POR JUICIO DE EXPERTO SALUD LABORAL

Estimado experto, a continuación, para validar el cuestionario, debe tomar en cuenta:

- A. Los criterios de calidad: la representatividad, consistencia, pertinencia, coherencia, claridad en la redacción, de los indicadores y sus respectivos reactivos del cuestionario:

Representatividad	Consistencia	Pertinencia	Coherencia	Claridad
<i>Es lo más representativo.</i>	<i>Está fundamentado en bases teóricas consistentes.</i>	<i>Conveniente s por su importancia y viabilidad.</i>	<i>Los indicadores e ítems se encuentran relacionados hay correspondencia.</i>	<i>Redactado con lenguaje claro.</i>

- B. Para valorar a cada indicador con sus respectivos ítems puede usar la escala de Likert.

1	2	3	4	5
Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre

VALIDEZ DE CONTENIDO POR JUICIO DE EXPERTO USO DE INTERNET

DATOS DEL EXPERTO

Nombres y Apellidos	DÍAZ TORRES WILLIAM RICARDO	DNI N°	18140172
Nombre de los Instrumentos	Salud laboral		
Título Profesional/Especialidad	Licenciado en Administración	Teléfono / Celular	948 454 107
Grado Académico	Magister		
Mención	MAGISTER EN ADMINISTRACIÓN ESTRATÉGICA DE EMPRESAS		
Firma y sello		Lugar y Fecha	Lima, 30 junio del 2023

TABLA DE VALIDACIÓN DE EXPERTOS

Fórmula de cálculo

$$n = \frac{Z^2 * N * p * q}{e^2(N - 1) + Z^2 * p * q}$$

Donde:

n = Tamaño muestral (número de elementos de una muestra).

N = Tamaño de la población (número total de los elementos que componen una población).

Z = Valor correspondiente a la distribución de Gauss igual a 1.96, correspondiente a un nivel de confianza de 95%, por ser la más comúnmente usada.

p = Prevalencia esperada del parámetro a evaluar. En este caso se ha elegido p=0,5 porque maximiza el tamaño muestral.

q = (1-q) = Probabilidad de que no ocurra el evento estudiado (0.5).

e = Margen de error permitido, el cual es la diferencia de un resultado de fuente muestral con uno de fuente censal.

Reemplazando

n = ?

N = 10000 (población estimada)

Z = 1,96

p = 0,5

q = (1-q) = (1-0,5) = 0,5

e = 0,05

$$n = \frac{(1.96)^2 * (10000) * (0.5) * (0.5)}{(0.05)^2(10000 - 1) + (1.96)^2 * (0.5) * (0.5)} = 370$$

Tabla 2

Validación de expertos

N°	Grado académico	Nombres y apellidos del experto	Dictamen
1	Doctor	García Yovera Abraham José	Suficiencia
2	Doctor	Martínez Zavala María Dolores	Suficiencia
3	Magister	Díaz Torres William Ricardo	Suficiencia

TABLAS DE CONFIABILIDAD DE INSTRUMENTOS

Tabla 3

Medidas para evaluar valores del coeficiente del Alfa de Cronbach

RANGO	EVALUACIÓN DEL COEFICIENTE
Coeficiente alfa >,9	Es excelente
Coeficiente alfa >,8	Es bueno
Coeficiente alfa >,7	Es aceptable
Coeficiente alfa >,6	Es cuestionable
Coeficiente alfa >,5	Es probable
Coeficiente alfa <,5	Es inaceptable

Nota. Sánchez, J. E. (2019). Cadena de valor e innovación. Durango, México: Universidad Juárez del Estado de Durango.

Tabla 4

Resumen del procesamiento de casos del instrumento uso de internet

		N	%
Casos	Valido	25	100.0
	Excluido	0	.0
	Total	25	100.0

Tabla 5

Tabla de rangos de confiabilidad de la variable uso de internet

Alfa de Cronbach	N.º de elementos
,778	7

Tabla 6

Resumen del procesamiento de casos del instrumento salud laboral

		N	%
Casos	Valido	25	100.0
	Excluido	0	.0
	Total	25	100.0

Tabla 7

Tabla de rangos de confiabilidad de la variable salud laboral

Alfa de Cronbach	N.º de elementos
,873	22

Tabla 15*Escala de los baremos de correlación de Spearman*

RANGO	EVALUACIÓN DEL COEFICIENTE
-0.90	Correlación negativa muy fuerte
-0.75	Correlación negativa considerable
-0.50	Correlación negativa media
-0.25	Correlación negativa débil
-0.10	Correlación negativa muy débil
0	No existe relación alguna entre las variables
0.10	Correlación positiva muy débil
0.25	Correlación positiva débil
0.50	Correlación positiva media
0.75	Correlación positiva considerable
0.90	Correlación positiva muy fuerte
1	Correlación positiva perfecta

Nota: Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, M. (2014). Metodología de la Investigación (6th ed., p. 305). México: McGraw-Hill



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO

MAESTRÍA EN GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, JAIME GABRIEL CASTILLA BARRAZA, docente de la ESCUELA DE POSGRADO MAESTRÍA EN GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA NORTE, asesor de Tesis Completa titulada: "Uso de internet y salud laboral entre trabajadores de universidades privadas, Lima Norte, 2023", cuyo autor es JIMÉNEZ MAIRENA MAURICIO EDUARDO, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 12.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis Completa cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

LIMA, 30 de Julio del 2023

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
JAIME GABRIEL CASTILLA BARRAZA DNI: 09833853 ORCID: 0000-0001-8234-9449	Firmado electrónicamente por: JCASTILLABA el 30- 07-2023 22:25:01

Código documento Trilce: TRI - 0628879