



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO

**PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN
INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA**

**Nomofobia, autoestima e imagen corporal en alumnos de una
Universidad de Trujillo, 2023**

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADEMICO DE
Maestra en Intervención Psicológica

AUTORA:

Carre Elias, Melissa Estefania (orcid.org/0009-0003-2549-158X)

ASESORES:

Dra. Urquiza Zavaleta Roxana Elisa (orcid.org/0000-0002-6090-6360)

Dr. Merino Hidalgo, Darwin Richard (orcid.org/0000-0001-9213-0475)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Modelos de Intervención Psicológica

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN DE RESPONSABILIDAD SOCIAL:

Promoción de la salud, nutrición y salud alimentaria

TRUJILLO - PERÚ

2024

DEDICATORIA

A mis padres, cuyo amor y apoyo han sido la fuerza detrás de cada palabra escrita. A mis amigos, por su paciencia y ánimo constante. A mis profesores, cuyas enseñanzas han guiado este viaje académico. Y a mis abuelos, porque su legado sigue inspirándome en cada logro.

A mis libros, que han soportado innumerables noches en vela, a mi cafetera, que ha estado siempre llena y lista para la próxima página y a mi laptop, porque su incansable procesamiento y capacidad de almacenamiento fueron fundamentales para llevar a cabo esta investigación.

AGRADECIMIENTO

A mis respetados profesores y compañeros. Su guía, apoyo y contribuciones han sido invaluable en este viaje académico. Cada palabra de aliento y cada crítica constructiva ha contribuido enormemente a mi crecimiento y desarrollo. Gracias por ser parte fundamental de este logro académico.

Al café, mi aliado en noches interminables y mañanas somnolientas. Gracias por tus efectos estimulantes, por inspirar mis pensamientos y por ser el motor detrás de cada página escrita, este logro tiene un toque de tu esencia.

A mi leal laptop, mi compañera incansable en este viaje y testigo silencioso de mis noches de escritura frenética y mis mañanas llenas de investigaciones. Gracias por aguantar los problemas de última hora y las actualizaciones automáticas cuando menos las necesitaba. Eres la compañera más valiosa y fuerte que he tenido.



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO

MAESTRÍA EN INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, URQUIZA ZA VALETA ROXANA ELISA, docente de la ESCUELA DE POSGRADO MAESTRÍA EN INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - TRUJILLO, asesor de Tesis titulada: "Nomofobia, Autoestima e Imagen Corporal en alumnos de una universidad de Trujillo, 2023.", cuyo autor es CARRE ELIAS MELISSA ESTEFANIA, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 18.00%, 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 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.

TRUJILLO, 03 de Enero del 2024

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
URQUIZA ZA VALETA ROXANA ELISA DNI: 17859907 ORCID: 0000-0002-6090-6360	Firmado electrónicamente por: RURQUIZAZ el 11- 01-2024 11:32:12

Código documento Trilce: TRI - 0717003

**ESCUELA DE POSGRADO
MAESTRÍA EN INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA****Declaratoria de Originalidad del Autor**

Yo, CARRE ELIAS MELISSA ESTEFANIA estudiante de la ESCUELA DE POSGRADO MAESTRÍA EN INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - TRUJILLO, declaro bajo juramento que todos los datos e información que acompañan la Tesis titulada: "Nomofobia, Autoestima e Imagen Corporal en alumnos de una universidad de Trujillo, 2023.", es de mi autoría, por lo tanto, declaro que la Tesis:

1. No ha sido plagiada ni total, ni parcialmente.
2. He mencionado todas las fuentes empleadas, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes.
3. No ha sido publicada, ni presentada anteriormente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados.

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

Nombres y Apellidos	Firma
MELISSA ESTEFANIA CARRE ELIAS DNI: 70814167 ORCID: 0009-0003-2549-158X	Firmado electrónicamente por: MECARRE el 20-02- 2024 21:36:45

Código documento Trilce: TRI - 0738574

ÍNDICE DE CONTENIDOS

CARÁTULA.....	i
DEDICATORIA.....	ii
AGRADECIMIENTO.....	iii
DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DEL ASESOR.....	iv
DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD DEL AUTOR.....	v
ÍNDICE DE CONTENIDOS.....	vi
ÍNDICE DE TABLAS.....	vii
RESUMEN.....	viii
ABSTRACT.....	ix
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. MARCO TEÓRICO.....	5
III. METODOLOGÍA.....	16
3.1. Tipo y diseño de investigación.....	16
3.2. Variables y operacionalización.....	17
3.3. Población, muestra y muestreo.....	18
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	19
3.5. Procedimiento.....	25
3.6. Método de análisis de datos.....	26
3.7. Aspectos éticos.....	26
IV. RESULTADOS.....	28
V. DISCUSIÓN.....	34
VI. CONCLUSIONES.....	41
VII. RECOMENDACIONES.....	42
REFERENCIAS.....	44
ANEXOS.....	54

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 01	36
<i>Nivel de nomofobia en alumnos de una universidad de Trujillo, 2023</i>	
Tabla 02	37
<i>Nivel de autoestima en alumnos de una universidad de Trujillo, 2023</i>	
Tabla 03	38
<i>Nivel de imagen corporal en alumnos de una universidad de Trujillo, 2023</i>	
Tabla 04	39
<i>Relación entre nomofobia, autoestima e imagen corporal en alumnos de universidad de Trujillo</i>	
Tabla 05	40
<i>Relación entre autoestima y las dimensiones de la nomofobia en alumnos de universidad de Trujillo</i>	
Tabla 06	41
<i>Relación entre la imagen corporal y las dimensiones de la nomofobia en alumnos de universidad de Trujillo</i>	

RESUMEN

La presente investigación de tipo básica y diseño transversal-correlacional se desarrolló con el objetivo de determinar el vínculo entre nomofobia, la Autoestima y la Imagen Corporal en alumnos de una universidad de Trujillo, 2023, para ello, se trabajó con una muestra escogida mediante un muestreo estratificado proporcional, conformada por 241 alumnos universitarios de la carrera de psicología, y como herramientas de recolección de datos se utilizaron el Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q), la Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR) y el Body Appreciation Scale (BAS). Los resultados revelaron una correlación inversa y estadísticamente significativa entre las variables N y AU ($\rho=-.219$; $p<.01$), así como entre N e IC ($\rho=-.248$; $p<.01$). Del mismo modo, se identificó una relación directa y estadísticamente significativa entre la autoestima y la imagen corporal ($\rho=.591$; $p<.01$), concluyendo que niveles masa altos de nomofobia se relacionan con baja autoestima y problemas con la imagen corporal en la muestra evaluada, y viceversa.

Palabras Clave: Nomofobia, autoestima, imagen corporal, redes sociales, universitarios

ABSTRACT

The present research of basic type and cross-sectional-correlational design was developed with the objective of determining the link between nomophobia, self-esteem and body image in students of a university in Trujillo, 2023, for this purpose, we worked with a sample chosen by means of proportional stratified sampling, made up of 241 university students of psychology, and as data collection tools we used The Nomophobia Questionnaire (NMP-Q), the Rosenberg Self-Esteem Scale (EAR) and the Body Appreciation Scale (BAS) were used as data collection tools. The results revealed an inverse and statistically significant correlation between the variables N and AU ($\rho=-.219$; $p<.01$), as well as between N and CI ($\rho=-.248$; $p<.01$). Similarly, a direct and statistically significant relationship was identified between self-esteem and body image ($\rho=.591$; $p<.01$), concluding that high mass levels of nomophobia are related to low self-esteem and body image problems in the sample evaluated, and vice versa.

Keywords: Nomophobia, self-esteem, body image, social networks, university students

I. INTRODUCCIÓN

En la era contemporánea, la presencia de los dispositivos de comunicación móvil (celulares) han revolucionado muchos aspectos de la vida, desde el trabajo hasta el entretenimiento, pero sobre todo la manera en que se interactúa, convirtiéndose en un elemento esencial de la vida actual y adquiriendo un uso multifacético que abarca desde la comunicación, el acceso a todo tipo de información, el cumplimiento de obligaciones laborales y/o escolares, hasta la creación de una imagen/identidad en línea a través de las plataformas de interacción en línea (Notara et al., 2021). Sin embargo, mientras que los dispositivos móviles han brindado numerosos beneficios, también plantean desafíos en torno a la salud mental relacionados con el uso excesivo de estos dispositivos, siendo uno de los más prominentes la Nomofobia.(N), considerado según Enez (2021) como la fobia de la sociedad actual, el miedo y la ansiedad intensa experimentada cuando no se tiene el dispositivo móvil, lo que genera consecuencias graves como dolor físico, problemas sociales y/o disminución del rendimiento académico, entre otros, un tipo de miedo patológico que afecta en gran medida a los usuarios más asiduos de los de los dispositivos móviles.

Como lo muestra el estudio realizado por Notara et al. (2021) donde a través del análisis de 40 artículos de diversos países relacionados a la N, que indica que aproximadamente el 15,2% y el 99,7% de los participantes mostraron niveles de nomofobia, los que variaron según el tiempo de uso habitual y los años de pertenencia de un dispositivo de comunicación móvil. Conforme a ello, el informe publicado en 2022 por el Organismo Supervisor de Inversión Privada en Telecomunicaciones [OSIPTEL, 2022] reveló que el 88,4 % de los hogares en Perú posee un teléfono inteligente, dato que denota un incremento significativo, superando en más del 20% las cifras registradas en años anteriores, un aumento atribuido en gran medida, a las circunstancias derivadas de la pandemia. Pues, el acceso a internet se volvió esencial para llevar a cabo actividades como el estudio, el trabajo, la realización de trámites y el mantenimiento de interacciones sociales. Es así que esta creciente necesidad

de conectividad se erige como una explicación plausible para el incremento en la obtención de dispositivos de comunicación portátil dentro del país, lo que, relacionado con las estadísticas anteriores, es un indicador de que gran parte de la población puede presentar un uso excesivo de los dispositivos de comunicación y por lo tanto presentar problemas como la N.

Simultáneamente, la imagen corporal (IC) y la autoestima (A), componentes cruciales del bienestar psicológico, han sido objeto de creciente preocupación en una era dominada por las representaciones idealizadas de la belleza. Ambos influenciados por una variedad de factores como la interacción social y cultural, y la exposición a las plataformas de comunicación y medios sociales (Baños-Chaparro y Aguilar, 2020). Pues, el constante flujo de información, imágenes y contenido relacionado con la apariencia física en internet, sobre todo en las plataformas de socialización en línea tiene un impacto significativo en cómo las personas se ven a sí mismas y cómo perciben los estándares de belleza creando una cultura de comparación, donde las personas tienden a medir su apariencia y su valor personal en función de los demás, lo que suele derivar en una percepción distorsionada de la propia IC así como problemas de AU.

Un tema especialmente preocupante para jóvenes adultos, quienes han demostrado ser el grupo poblacional más susceptibles a las influencias sociales y culturales (Fardouly, 2017; Cohen, 2018), además de estar más familiarizados y versados en el uso de las tecnologías y herramientas modernas en comparación con otros grupos generacionales lo que los hace más susceptibles a experimentar problemas de AU e insatisfacción con la percepción de la IC. (Daei et al., 2019; Osdemir et al., 2018; Pourrazavi et al., 2014; Copaja-Corzo et al., 2022; Santl et al., 2022; Moreno-Guerrero et al., 2020; Eskin et al., 2022) Situación que es confirmada por estudios que examinaron la prevalencia de las N en la población, indicado que alrededor del cincuenta por ciento de los adultos jóvenes experimentan N (Bhattacharya et al., 2019, Notara et al., 2021).

En relación con esto, se ha constatado de manera directa que los participantes de la investigación, conformada por alumnos universitarios de Trujillo, dedicaban una porción significativa de su tiempo a actividades en línea, como la interacción virtual, la realización de publicación y el entretenimiento, a través de sus dispositivos móviles, a menudo en detrimento de su participación en clases o la ejecución de tareas académicas. Además, se observó que la mayor parte de esta población emplea predominantemente las redes sociales para realizar varias de sus actividades en línea. Un patrón de comportamiento que los expone a pasar grandes periodos de tiempo consumiendo publicaciones cuidadosamente seleccionadas y editadas, que a menudo muestran una imagen idealizada y estereotipada de la vida y la belleza, situación que los puede inducir a una comparación constante y contribuir a que presenten una percepción distorsionada de su propia IC así como una baja AU. Es debido a eso que se formula la siguiente pregunta de investigación ¿De qué manera se relaciona la nomofobia, la autoestima y la Imagen Corporal en alumnos de una universidad de Trujillo, 2023?

Respecto a la justificación de este trabajo esta investigación resulto conveniente debido a que los estudios sobre el uso inadecuado de los dispositivos de comunicación portátil y/o la N han crecido de forma estrepitosa en estos últimos años, siendo una problemática presente particularmente en jóvenes universitarios quienes pasan una gran cantidad de tiempo dentro del mundo digital y son vulnerables a presentar alteraciones emocionales.

Esta investigación es relevante a nivel teórico, ya que al no contar con muchos estudios e investigaciones previas a nivel nacional sobre estas variables se ampliarán los conocimientos. Además, se concientizará sobre la importancia de realizar más investigaciones de este tipo en el marco nacional.

Desde el punto de vista social, es pertinente debido a que permitirá analizar la problemática de la n, la AU y la IC en la población escogida, con la finalidad de fomentar un uso respónsale de los teléfonos inteligentes y controlar los efectos psicológicos y emocionales que puedan presentarse a raíz de su uso inadecuado,

lo que ayudará a mejorar las relaciones entre las familias, amigos, educadores y la comunidad.

Asimismo, tiene implicancia practica ya que los resultados servirán para plantear estrategias de intervención frente a problemáticas relacionadas a la N, la autovaloración y la percepción de la apariencia física, además de ayudar a diagnosticar la situación de los alumnos que se evaluarán.

El principal objetivo de esta investigación fue determinar el vínculo entre nomofobia, la Autoestima y la Imagen Corporal en alumnos de una universidad de Trujillo, 2023. Por consiguiente, los objetivos específicos fueron identificar el nivel de N presente en los alumnos de una universidad de Trujillo, 2023. Asimismo, evaluar el nivel de AU en los alumnos de una universidad de Trujillo, 2023. Además, se analizará el nivel de IC en los alumnos de una universidad de Trujillo, 2023. Del mismo modo, se determinó la relación de la AU con las dimensiones de N, y se determinó también la relación de la IC con las dimensiones N en los alumnos de una universidad de Trujillo, 2023. Como hipótesis general H1: Existe relación entre la N, la AU y la IC en alumnos de una universidad de Trujillo, 2023. Y como hipótesis específicas H2: Existe relación entre los la AU con las dimensiones de N en alumnos de una universidad de Trujillo, 2023, y H3: Existe relación entre IC con las dimensiones de N en alumnos de una universidad de Trujillo, 2023.

II. MARCO TEÓRICO

En torno a los antecedentes nacionales, Jara y Cárdenas (2021) dentro de su indagación titulada "Relación Entre La Autoestima Y La Percepción De La Imagen Corporal En Adultos De Un Condominio Del Distrito De Jesús María, 2021", de tipo básica con diseño no experimental descriptivo-correlacional, de enfoque cuantitativo. Con la finalidad de determinar la conexión de la AU y la percepción de la IC en una muestra de 120 personas residentes de un condominio del distrito de Jesús María, a quienes se les aplicó el Cuestionario de la Imagen Corporal (BSQ - Body Shape Questionnaire) y el Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith (IAC). Encontrando que más de la mitad de los encuestados (52.5%) presentaron un grado de AU que osciló entre medio alto y alto, en contraste, el grupo restante (47.5%) se situó en rangos que variaron de bajo a medio bajo. Asimismo, se identificó que la mayoría presentaron un grado de percepción de IC que varió de moderado a alto (90%), en contraste, un reducido porcentaje (10%) mostró un grado bajo. En cuanto a la correlación entre la AU y la IC, se detectó un coeficiente de correlación de $r = -0.637$ con un nivel de significancia (p -valor = 0.000, $p < 0.05$), indicando una conexión moderadamente negativa entre ambas variables. En conclusión, se establece que existe una conexión negativa de grado moderado entre la AU y la percepción de la IC en adultos residentes en un condominio del distrito de Jesús María.

Cruz (2022), en su trabajo titulado "Nomofobia Y Autoestima En Estudiantes De Una Institución Educativa Privada De San Martín De Porres" de categoría básica, con un diseño no experimental de corte transversal-correlacional, de enfoque cuantitativo. Con la finalidad de determinar la existencia de una relación entre la N y la AU en una muestra de 210 alumnos a los que se le aplicó el Cuestionario de Experiencias Relacionadas con el Móvil (CERM) y la Escala de Autoestima de Rosenberg. Encontraron una conexión estadísticamente significativa negativa entre ambas variables, con un coeficiente de Rho de -0.250, y un grado de significancia de $p < 0.000^{**}$. En cuanto al uso del móvil, se identificó que el 59.5% de los alumnos experimentaron problemas

ocasionalmente, el 36.2% no tuvo problemas y el 4.3% enfrentó problemas frecuentes. En relación con la AU, se encontró que el 52.9% de los alumnos presentaron un grado alto, el 30.5% un grado medio y el 16.6% mostraron un grado bajo. Por lo que concluyeron que existe una relación inversamente significativa entre N y AU, indicando que grados más altos de N se relacionan con grados más bajos de AU.

Por su parte, Ocampo (2022) en su estudio "Salud Mental y Nomofobia en Estudiantes de Medicina de la Universidad Nacional de Ucayali, 2022" de tipo básico, con diseño no experimental, de corte transversal-analítico. Teniendo el objetivo de determinar la conexión entre la salud mental y la N en estudiantes de medicina de la Universidad Nacional de Ucayali durante el 2022, evaluó a una muestra de 241 universitarios a quienes se les aplicó el Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9), la Escala de Trastorno de Ansiedad Generalizada (GAD-7) y el Nomophobia Questionnaire (NMP-Q). Encontrando que el promedio de horas de uso del celular de los universitarios evaluados fue de 10 horas diarias (RIQ: 5-13), haciendo uso de este mayormente cuando se encontraban aburridos (96.3%) para ver redes sociales, por lo que más de la mitad mostró tener un grado de N entre severa (7.5%), moderada (47.3) y leve (38.1). En cuanto a la depresión más de la mitad de los alumnos evaluados mostraron un grado de ansiedad (78.8%) entre severo (2.9%), moderadamente severo (8.7%), moderado (23.6) y leve (43.6%). Asimismo, con respecto a la ansiedad más de la mitad de los alumnos evaluados tuvieron un grado de ansiedad (70.1%) entre severo (4.5%), moderado (12.5%) y leve (53.1%). Concluyendo que se identifica una relación entre los niveles de ansiedad generalizada, el neuroticismo, los niveles de depresión y la N. ($p < 0.004$), siendo estadísticamente significativos los estados de ansiedad y depresión.

Asimismo, el estudio de Vera (2021) titulado "Nomofobia y Autoconcepto en alumnos de Ingeniería de una Universidad Privada de la Ciudad de Huancayo- 2020" de tipo básico, con un diseño no experimental de corte transversal-correlacional, se propuso identificar si existe una conexión entre la

N y el autoconcepto en alumnos de Ingeniería de una universidad Huancayo durante el año 2020. Tuvo una muestra de 113 alumnos que completaron el cuestionario de N (NMP-Q), así como el cuestionario de autoconcepto (AF-5 Autoconcepto Forma 5). Hallando que más de la mitad de los alumnos evaluados presentaban una N moderada (71%) y de igual manera más de la mitad de ellos alcanzaron un nivel de autoconcepto bajo (72,6%) a nivel general. Asimismo, los resultados sugieren que, según el análisis estadístico, no se encontró evidencia de una conexión estadísticamente significativa entre la N y el Autoconcepto académico en la muestra analizada, de igual manera entre N y Autoconcepto social y N y Autoconcepto físico, pero si entre la N y Autoconcepto emocional y la N y Autoconcepto familia. Concluyendo que no existe relación significativa entre N y autoconcepto.

Con respecto a los antecedentes, a nivel internacional Vagka et al. (2023) en su trabajo titulado “Nomofobia y Autoestima: un estudio transversal en alumnos universitarios griegos” de tipo básico, con un diseño no experimental de corte transversal-correlacional,. Teniendo por objetivo analizar la conexión entre la N y la AU entre alumnos universitarios griegos. Evaluaron a una muestra de 1060 universitarios quienes contestaron el cuestionario de N (NMP-Q)" y la "Escala de AU de Rosenberg (RSES). Hallando que todos los participantes exhibieron algún nivel de N, prevaleciendo el nivel moderado (59,6%). En cuanto a las categorías de AU, el 18,7% de los participantes presentó baja AU, mientras que el resto mostró niveles normales (adj Cum OR = 1.99; $p < 0,001$). Concluyendo que la AU está estrechamente relacionada con los síntomas nomofóbicos, así mismo que estos síntomas son mucho más prevalentes en alumnos universitarios lo que afecta su rendimiento académico.

Indira et al. (2023) en su trabajo “Autoestima y tendencia a la Nomofobia en alumnos universitarios” de tipo básico, con un diseño no experimental de corte descriptivo-correlacional. Teniendo como propósito determinar la conexión de la AU y las tendencias a la N en universitarios, evaluó a una muestra de 100 alumnos. Hallando una conexión entre la AU y las tendencias de N, según el

cálculo de Pearson de 0,069 con un nivel de confianza de 0,05 (5%). Esto es indicativo de que no existe una conexión significativa entre la AU y las tendencias a la N en los alumnos. Concluyendo que no existe evidencia de una significativa relación entre la AU y la tendencia a la N en su muestra evaluada. Por tanto, la dependencia de los teléfonos inteligentes no se debe únicamente a la baja AU de los alumnos.

Chethana et al. (2020), en su trabajo titulada "Prevalencia de la nomofobia y su asociación con la soledad, la autofelicidad y la autoestima entre estudiantes de medicina", de tipo básico, con un diseño no experimental de corte transversal-correlacional. Con el objetivo de evaluar la prevalencia y gravedad de la N relacionada con el dispositivos de comunicación móviles entre alumnos de medicine, así como analizar la asociación de la N con la soledad, la felicidad personal y la AU en una muestra de 228 alumnos a quienes se les administraron la Escala de Nomofobia (NMP-Q), la Escala de Soledad de la Universidad de California, Los Ángeles (UCLA), la Escala de Felicidad Subjetiva y la Escala de Autoestima de Rosenberg. Encontrando que el 100% de los alumnos presentaban N, clasificada en niveles moderados (53.5%), graves (11.4%) y leves (35.1%). Identificando que la N presenta una conexión positiva con la soledad ($r = 0,12$), pero no mostró significación estadística ($p = 0,06$). Asimismo, se encontró que la N se correlacionaba negativamente con la felicidad personal ($r = -0,06$) sin mostrar significancia estadística ($p = 0,3$). La N y la AU se relacionaron negativamente ($r = -0,13$) mostrando una correlación estadísticamente significativa ($p = 0,05$). En conclusión, el estudio evidenció una alta prevalencia de N entre los alumnos de medicina, una conexión positiva entre la N y la soledad, y una conexión negativa con la felicidad personal y la AU. Destacando que la correlación entre la N y la AU fue la más significativa estadísticamente.

Por su parte, Celik (2021) en su trabajo titulado "Relación entre la nomofobia de los alumnos de enfermería, obesidad y autoestima" de tipo básico, con un diseño no experimental de corte descriptivo-correlacional, con el

propósito de examinar la relación entre los niveles de N de los alumnos de enfermería y la obesidad y la AU en una muestra de 607 universitarios, los cuales resolvieron el Formulario de información personal, el Cuestionario de N (NMP-Q) y la Escala de calificación de AU: formulario breve. Hallando que los alumnos evaluados presentaban N moderada. Concluyendo que no hubo una relación significativa entre la N y la obesidad y la AU.

Maryani et al. (2021) en su trabajo “La relación entre la autoestima y nomofobia en los alumnos de la Facultad de Economía de la Universidad Estatal de Makassar” de tipo básico, con un diseño no experimental de corte transversal-correlacional, con el propósito de determinar si existe una relación entre la AU y N. En una muestra de 341 alumnos quienes contestaron la escala utilizada para medir la AU de Maryani y el el Cuestionario de N (NMP-Q). Hallaron que existía una relación negativa entre la AU y la N ($p=0,002$, $r=-0,156$) cuanto menor es la AU, mayor es el nivel de N en los alumnos Concluyendo que existe una conexión entre AU y N, además de indicar los alumnos con baja AU pasan más tiempo con teléfonos inteligentes, lo que incrementa sus probabilidades de sufrir de N.

En relación con las ideas o teorías que respaldaron la investigación, en lo concerniente a la primera variable el concepto de N es una contracción de la expresión "no-mobile-phone phobia" y se introdujo inicialmente en un estudio llevado a cabo en 2008 por la Oficina de Correos del Reino Unido, con el propósito de investigar las ansiedades que experimentan los usuarios de teléfonos móviles. Esta condición se comprende como el temor a quedarse sin contacto con los dispositivos de comunicación portátil (SecurEnvoy, 2012).

Posteriormente, una de las primeras investigaciones sobre la N se llevó a cabo por King et al. (2010) quienes consideraron a la N como uno de los problemas mentales resultantes de las nuevas tecnologías definiéndola en un primer momento como el temor desproporcionado a estar sin un dispositivo móvil o PC o cualquier otro dispositivo de comunicación virtual, implicando una necesidad de utilizar entornos virtuales para la comunicación. En un estudio reciente de King et al. (2013) ampliaron su definición afirmando que la N es una

expresión referida a una colección de conductas o síntomas vinculados con el uso de teléfonos móviles y/o internet, considerándola como una fobia situacional vinculada con la agorafobia. Debido a esto se entiende que en un primer momento la N fue considerado como un problema de la sociedad contemporánea, el cual implica una sensación de ansiedad o malestar excesivo generado por la imposibilidad de comunicarse, estar cerca al celular y/o encontrarse desconectado de plataformas de comunicación en línea. Lo que luego fue reemplazado por la noción de ser una fobia situacional más relacionada a la imposibilidad de comunicarse a través de un teléfono móvil.

Más recientemente, Yildirim et al. (2014) consideraban que dado al uso común de los términos adicción y/o dependencia tendían a distorsionar el significado de la N, era preferible, como sugiere su nombre, clasificar a la N como una fobia, específicamente como una fobia situacional. Por tanto, la veían como la ansiedad o el miedo excesivo experimentado por una persona debido a la imposibilidad de acceder a su teléfono móvil ya sea por la dificultad de conseguir señal, quedarse sin batería u olvidar llevar el dispositivo móvil. En esta definición el autor se refiere a la N como una fobia en lugar de una dependencia o adicción a los dispositivos móviles, pues según su visión este problema suponía un miedo irracional/excesivo a una situación específica relacionada con la dificultad para usar el dispositivo móvil, razón por la que se intenta eliminar los obstáculos que puedan impedirnos usar los dispositivos móviles.

Asimismo, Enez Özge (2021) dio una definición de la N como el temor a quedarse sin un teléfono móvil y la intensa inquietud y angustia que se experimenta cuando no se tiene acceso a dicho dispositivo, tratándose de un problema psicológico de la era moderna que conlleva consecuencias significativas, como malestar físico, dificultades en las conexiones sociales y un deterioro en el ejercicio académico. Comprendiéndose como un un malestar, estrés y/o ansiedad causado por la falta de un teléfono móvil en individuos que lo utilizan de forma habitual.

Con respecto al abordaje teórico de esta primera variable, la N es un fenómeno abordado desde varias perspectivas teóricas dentro del campo de la psicología. Para el desarrollo de este trabajo investigativo se consideraron:

La Teoría de la dependencia tecnológica, siendo de enfoque Cognitivista, orientada en analizar cómo las personas desarrollan patrones de comportamiento y pensamientos relacionados con el uso de la tecnología, como los pensamientos automáticos sobre la necesidad de tener un dispositivo móvil, y la compulsión por revisar constantemente el teléfono, lo que los lleva a desarrollar una dependencia excesiva de la tecnología, en este caso, de los dispositivos de comunicación móviles. Esta teoría fue utilizada por Yildirim et al. (2014) para intentar explicar el concepto de la N, la que según indicaban puede ser vista como una forma de dependencia tecnológica, donde las personas experimentan ansiedad cuando no pueden acceder a sus dispositivos móviles. Asimismo, relaciono la N con la teoría de la adicción a internet pues argumentaba que como la N implica un miedo irracional a la desconexión y una necesidad constante de estar en línea a través de dispositivos móviles, podría llevar a las personas a desarrollar patrones de comportamiento adictivo los que interferirían con sus relaciones personales, trabajo, rendimiento académico y salud mental.

De igual manera, la teoría de la ansiedad social de enfoque cognitivo-conductual la cual busca entender cómo las personas experimentan y desarrollan ansiedad en situaciones sociales y cómo esa ansiedad puede influir en el comportamiento y bienestar psicológico llevando a los individuos a tener una visión negativa de sí mismos en contextos sociales y miedo constante a ser juzgados o evaluados negativamente por otros. Fue relacionado con la N por King et al. (2013) para intentar explicar su desarrollo, pues refería que los pacientes con trastorno de ansiedad se quejan de nerviosismo, ansiedad, angustia, transpiración y temblores, entre otras cosas, relacionados con la necesidad de tener a mano dispositivos de comunicación, situación que disminuía cuando contaban con un dispositivo de comunicación móvil pues

afirmaban que estos hacían que se sintieran seguros reduciendo en consecuencia su nerviosismo. También informaron que tienen los dispositivos “encendidos” las 24 horas del día para cualquier problema que pudieran surgir, además de usarlos para tener una interacción social a distancia considerada más segura y menos amenazadora por los pacientes. Es así que, King et al. (2013) aseguraban que los individuos que presentan problemas ansiógenos, podían desarrollar una dependencia patológica a sus dispositivos de comunicación, generando consecuencias en su vida personal, social, laboral y familiar.

Por su parte, Enez Özge (2021) utilizó la Teoría de usos y gratificaciones y la Teoría del uso compensatorio de Internet para conceptualizar la N. Ya que, con respecto a la teoría de usos y gratificaciones, modelo que se centra en el papel activo del público en la selección de medios y contenido de medios de comunicación, partiendo del principio de que las personas no son simplemente receptores pasivos de mensajes mediáticos, sino que toman decisiones racionales sobre manera y con qué propósito emplean los medios de comunicación para atender sus necesidades y deseos. En consecuencia, estas necesidades pueden dar lugar a un uso problemático de Internet y los medios de comunicación, así como desencadenar la N. Dado que los dispositivos de comunicación móvil pueden satisfacer a los usuarios de diversas gratificaciones mediáticas, como mirar televisión, asistir a una reunión en línea y comprar, de esta manera el marco de la Teoría de usos y gratificaciones ayuda a conceptualizar la N. Al mismo tiempo, la Teoría del uso compensatorio de Internet, centrada en cómo las personas utilizan Internet como una forma de compensar o satisfacer necesidades no satisfechas en su vida offline o en el mundo real. Teóricamente, se basa en el supuesto de que un mayor uso de Internet es un proceso compensatorio para afrontar la psicopatología, postulando que el uso de las TIC se basa en problemas psicosociales y necesidades insatisfechas, como aliviar el malestar emocional, reducir el afecto negativo y regular las emociones. Es así que, Enez consideraba relevante esta teoría para la N ya que los individuos con N suelen utilizar los dispositivos de

comunicación como una estrategia de afrontamiento desadaptativa (Kuss et al., 2018).

La segunda variable, la AU es un tema de gran relevancia en las investigaciones actuales, especialmente en el ámbito psicológico y las ramas sociales, dado que se considera un factor fundamental para la salud mental, el bienestar y la calidad de vida en general. Autores como Ellis la definieron como la conformidad o la estima, así como el respeto y la valoración que equivale al concepto de sí mismo (Ríos, 2018). Por lo que se entiende, es la percepción y evaluación que una persona tiene de sí misma, un elemento importante para generar una autoimagen. Asimismo, Rogers, veía a la AU como la aceptación incondicional de uno mismo y la autovaloración positiva, lo que implica una actitud de aprecio y respeto hacia uno mismo (Ísmail y Tekke, 2018). Por su parte, Rosenberg consideraba que la AU hace referencia al sentimiento global y subjetivo de valía personal y/o auto aceptación (Ventura-León et al., 2018). Por lo que, tomando en cuenta estas definiciones podemos decir que la AU es una evaluación subjetiva y global de nuestra valía personal y autoaceptación, la que implica sentimientos de competencia para enfrentar desafíos, merecimiento para aceptar la placidez y la habilidad para dar y recibir amor.

Con respecto al abordaje teórico de la AU, el cual es un tema complejo y multifacético que continúa siendo estudiado y debatido, se consideraron:

La teoría de la AU de Maslow la cual cuenta con un enfoque humanista, poniendo énfasis en el desarrollo personal, la consecución de la autorrealización. y la importancia de las experiencias subjetivas. Maslow argumentó que la AU es una necesidad humana fundamental y que está relacionada con la autorrealización, ya que consideraba que las personas necesitan sentirse valoradas y apreciadas por sí mismas y por los demás para alcanzar su pleno potencial (Panesso y Arango ,2017).

Así mismo, la Teoría de la AU de Rosenberg, también basada en una perspectiva humanista, se centró en la autoaceptación y la percepción subjetiva

de uno mismo, pues argumentaba que la AU positiva es esencial para el bienestar psicológico (Ventura-León et al., 2018).

Y la Teoría de la Autovaloración de Coopersmith, la cual se basó en una perspectiva más psicodinámica e incluyó algunos elementos cognitivos y conductuales, centrándose en las experiencias de crianza y su impacto en la AU, alegando que las experiencias durante la crianza jugaban un papel crucial en la configuración de la autopercepción de una persona (Pfuyo, 2021).

En relación a la tercera variable el concepto de IC, en el ámbito psicológico, se refiere a cómo una persona se siente y evalúa su propio cuerpo. Algunos autores como Cash la definieron como la actitud o el grado de satisfacción o insatisfacción subjetiva con la apariencia y la funcionalidad de tu propio cuerpo (Thompson. y Schaefer, 2019). Por otro lado, Grogan (2016) la describe como la evaluación cognitiva y emocional que hacemos de nuestra propia apariencia física. Esta definición resalta cómo IC involucra no solo la percepción objetiva de cómo se ve una persona, sino también sus emociones y pensamientos relacionados con esa percepción. Tiggemann (2012) afirmaba que IC es el resultado de un proceso de evaluación cognitiva en el que las personas comparan sus cuerpos con estándares socioculturales y personales, y evalúan si se acercan o se desvían de estos estándares. Por su parte Cash y Pruzinsky (2002) ofrecieron una definición más integral considerando a la IC como un elemento multidimensional y complejo que engloba las ideas, emociones y conductas de una persona relacionados con su cuerpo. En definitiva, podemos entender que la IC es un aspecto relevante de la salud mental y el bienestar general de los individuos e implica cómo una persona percibe, evalúa y se siente con respecto a su propio cuerpo siendo una apreciación subjetiva que puede verse influida por estándares socioculturales, experiencias personales y factores emocionales.

Con respecto al abordaje teórico de esta tercera y última variable, la IC es un tema de gran complejidad que ha sido analizado desde diversas perspectivas psicológicas, las que se tomaron en cuenta para este trabajo investigativo fueron:

La teoría de la Comparación Social la cual tiene un enfoque social, sugiere que las personas evalúan su propia IC al compararse con los demás. La satisfacción o insatisfacción se basa en la comparación con los estándares sociales y las normas de belleza predominantes, por lo que cuando las personas perciben que se desvían de estos estándares, es más probable que experimenten IC.

Igualmente, la teoría del Esquema Corporal, esta teoría derivada de los enfoques cognitivos y psicodinámicos, se centra en el pensamiento de que las personas cuentan con un esquema corporal, una representación mental de cómo creen que se ve su cuerpo. La IC depende en parte de lo cerca que perciben que su cuerpo se ajusta a este esquema. Si sienten que hay una discrepancia significativa, pueden experimentar insatisfacción.

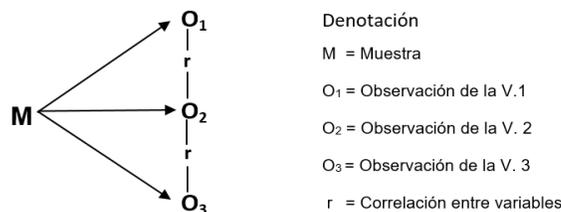
Del mismo modo, la teoría de la Exposición a los Medios de Comunicación, enfocada en el análisis de cómo la exposición continua a las plataformas de comunicación, las plataformas de socialización en línea y otros medios, puede influir en los valores, los comportamientos, las actitudes y las creencias de los individuos, así como en la sociedad y la cultura. Estas teorías, aunque involucran elementos cognitivos y sociales en su análisis, también considera la influencia de los medios sociales en el comportamiento individual y la salud, asimismo todas consideran que la exposición constante a imágenes de cuerpos idealizados puede contribuir a la insatisfacción con la IC al crear comparaciones poco realistas.

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de investigación

Esta investigación fue de tipo básica, ya que no busco implementar modificaciones en la manera en que interactúan las variables, teniendo como propósito obtener la información necesaria para corroborar las hipótesis planteadas. Lo que es corroborado por Arias et al. (2022) quienes plantean que las investigaciones básicas, también conocidas como investigaciones fundamentales, constituyen un enfoque investigativo destinado a profundizar en la comprensión de un fenómeno, por lo que su objetivo principal es explorar datos en busca de aspectos desconocidos con el fin de satisfacer la curiosidad intelectual.

El diseño fue no experimental dado que se llevó a cabo sin la manipulación deliberada de las variables, pues como indicaban Arias et al. (2022) este método investigativo mide la conexión entre dos variables, sin la necesidad de determinar las causas, ya que no existen condiciones experimentales específicas y/o estímulos que afecten a las variables, evaluando a los sujetos de estudio de manera natural.



Asimismo, adopta un diseño transversal-correlacional, definido por Sánchez et al. (2018) como aquel que busca describir variables, examinar su incidencia y conexión en un momento específico, sin evaluar su evolución.

En términos de perspectiva metodológica, este estudio se adscribe a un enfoque cuantitativo, conforme a la definición de Arias et al. (2022), que implica el uso de la recopilación de datos para poner a prueba hipótesis

mediante la medición numérica y el análisis estadístico, con el propósito de establecer tendencias de comportamiento y validar teorías. En este contexto, el procedimiento de investigación se centra en validar y/o refutar las hipótesis mediante datos numéricos y estadísticos.

3.2. Variables y operacionalización

Variable 1: Nomofobia

La N de manera conceptual puede ser definida como el miedo irracional o la ansiedad que siente una persona cuando no tiene acceso a su teléfono móvil o siente que está desconectada de la tecnología móvil. En otras palabras, el temor a estar sin un dispositivo de comunicación móvil y la ansiedad resultante que esto puede causar (Yildirim y Correia, 2015).

Con respecto a su definición operacional la variable N fue evaluada por medio del Cuestionario de N (Nomophobia Questionnaire) instrumento de medición constituido por una serie de preguntas diseñados para medir la N. Cada ítem evalúa el nivel de ansiedad y el temor experimentado por un individuo en relación con la falta de acceso a su teléfono móvil o dispositivos móviles. Las respuestas de los encuestados a estos ítems se puntúan y se combinan para calcular una evaluación cuantitativa de la intensidad de la N, donde puntuaciones más altas indican niveles más elevados de N (Yildirim y Correia, 2015).

Variable 2: Autoestima

La AU de manera conceptual se entiende como la evaluación subjetiva y global que una persona hace de sí misma, e implica cómo se percibe a sí misma, la valoración de sus propias habilidades, su capacidad para enfrentar desafíos y su autoaceptación. (Rosenberg, citado en Ventura-León et al., 2018).

En cuanto a su definición operacional la variable AU fue evaluada por medio de la Escala de Autoestima de Rosenberg un cuestionario diseñado

para medir el nivel de percepción del individuo sobre sí mismo y su autoevaluación. Contiene 10 afirmaciones que el encuestado debe calificar según su acuerdo o desacuerdo donde las respuestas evaluarán la percepción positiva y/o negativa que tienen los evaluados sobre sí mismos. Las respuestas de los encuestados a estos ítems se puntúan y se suman para obtener una evaluación cuantitativa de la intensidad de la AU, con un rango de puntuación que varía de 10 a 40, donde puntuaciones más altas indican niveles más elevados de AU.

Variable 3: Imagen Corporal

La IC puede ser definida conceptualmente como la representatividad cognitiva y emocional que una persona muestra de su propio cuerpo, algo que se construye a lo largo de la vida influenciado por experiencias personales, sociales, culturales y mediáticas. Esta representación incluye la percepción subjetiva de su apariencia física, su tamaño, forma, peso y las sensaciones asociadas con su cuerpo (Tiggemann, 2012).

En relación a su definición operacional, la variable IC fue calificada por medio del Body Appreciation Scale (BAS) instrumento de medición diseñado para cuantificar la autoevaluación de un individuo en relación con su representatividad personal de manera cognitiva y emocional a través de afirmaciones relacionadas con la aceptación del cuerpo, el respeto y cuidado del cuerpo y la protección del cuerpo. En términos operacionales, la puntuación más alta en la BAS indica una mayor apreciación del cuerpo, mientras que una puntuación más baja podría sugerir una menor apreciación o una actitud menos positiva hacia el propio cuerpo.

3.3. Población, muestra y muestreo

La población abarcó 620 alumnos universitarios mayores de 18 años, pertenecientes al semestre académico 2023–II de la carrera de psicología de

una universidad de Trujillo. Se escogió esta población ya que cumple con las características requeridas.

Criterios de inclusión

- Alumnos pertenecientes a la carrera de psicología.
- Alumnos matriculados en el semestre académico 2023–II
- Alumnos mayores de 18 años.
- Alumnos que aceptaron participar de la evaluación voluntariamente.

Criterios de exclusión

- Alumnos no pertenecientes a la carrera de psicología
- Alumnos que no estuvieron de acuerdo en participar de la evaluación
- Alumnos menores de 18 años

La muestra se conformó por 241 alumnos de psicología excluyendo a los alumnos que no cumplieron con los criterios de inclusión y/o no aceptaron el consentimiento informado.

El muestreo manejado fue estratificado proporcional lo que, siguiendo a Sánchez et al. (2018) indica que la forma de muestreo fue sistemático en el que cada estrato se encuentra representado en relación a su frecuencia en la población total.

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.4.1. Técnicas

La técnica empleada fue la evaluación psicométrica, ya que se hizo uso de instrumentos psicológicos con validez, confiabilidad y estandarización, para recolectar datos de una muestra en específico (Sánchez et al., 2018).

3.4.2. Instrumentos

Instrumento 1: Cuestionario de Nomofobia

El Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q) elaborado por Yildirim y Correia (2015), que consta de 20 ítems que evalúan 4 dimensiones: No ser capaz de acceder a la información (4 ítems) enfocada en la incomodidad debido a prescindir del acceso a información instantánea mediante el dispositivo móvil viéndose imposibilitado para buscarla y/o recuperarla; Renunciar a la comodidad (5 ítems) enfocada en la sensación de miedo e intranquilidad debido a no tener el dispositivo móvil operativo (batería, cobertura, saldo); No poder comunicarse (6 ítems) enfoca en la sensación de ansiedad y preocupación debido a la falta de comunicación instantánea y/o la incapacidad de utilizar los servicios del dispositivo móvil para tal objetivo; y finalmente La pérdida de conexión (5 ítems) enfocada en la tensión desproporcionada y fobia situacional debido a la desconexión en línea de nuestro perfil digital (redes sociales). La escala de medición es desde 1 correspondiendo a “totalmente en desacuerdo” hasta 7 correspondiendo a “totalmente de acuerdo”, lo que resulta en un grado de puntuación desde 20 hasta 140. Por tanto, cuanto mayor sea la puntuación, mayor será el grado de N que presente la persona evaluada.

En relación a las propiedades psicométricas del instrumento original, la validez de la prueba se estableció mediante el análisis factorial exploratorio y el análisis de componentes principales, revelando una estructura de cuatro dimensiones que explica el 69,6 % de la varianza total, con respecto a su consistencia interna, evaluada a través del coeficiente alfa de Cronbach obtuvo un valor de 0,95, respaldando su validez convergente. La versión en español fue llevada a cabo por González-Cabrera et al. (2017) en un estudio con una muestra de 306 alumnos españoles. En este caso, el análisis factorial exploratorio arrojó una solución de cuatro factores que explican el

66,4% de la varianza total. Además, se obtuvo una puntuación total de 0,95 para el coeficiente alfa ordinal.

La adaptación del instrumento a la población peruana fue realizada por Franco-Guanilo y Hervias-Guerra (2022) en una muestra de universitarios de Lima, encontrando, que los resultados del análisis factorial confirmatorio respaldaron una estructura de cuatro factores, con indicadores de ajuste adecuados, tales como CFI= .997, TLI= 0.997 y RMSEA= 0.084, confirmando un modelo de segundo orden, además de un modelo de primer orden. De igual manera, el coeficiente de alfa de Cronbach obtuvieron fue de .964, indicando una alta confiabilidad del instrumento. Asimismo, la fiabilidad por cada factor fue superior a .70, lo que sugiere una confiabilidad compuesta (CF) adecuada. Además, la varianza promedio extraída (AVE) mostró puntuaciones superiores a .50, indicando una convergencia satisfactoria en todos los factores. Por lo que, en consecuencia, se concluyó que el NMP-Q fue un instrumento válido y confiable para medir la N en esta población.

Para este trabajo de investigación se realizó una prueba piloto del mismo instrumento, iniciando con una validación de contenido mediante juicio de expertos con cinco jueces, en la cual se obtuvo un coeficiente de Aiken de 1.0, determinado que el instrumento tiene claridad de los ítems, coherencia y relevancia de los ítems respecto a sus dimensiones. Posteriormente para establecer las propiedades psicométricas se aplicó la prueba a una muestra de 50 universitarios de la ciudad de Trujillo, en la que se obtuvo un valor de Alfa de Cronbach de .947, lo que indica que la prueba tiene una confiabilidad excelente. Así mismo se realizó la validez Ítem-Test por la correlación de Spearman, considerando que los 20 ítems son válidos, mostrando cocientes entre .552 y .757. En cuanto a la prueba de Kolmogorov-Smirnov se determinó que para la variable que existen diferencias altamente significativas ($p < .01$) de la distribución normal. Concluyendo

que, debido a las adecuadas propiedades psicométricas con las que cuenta el NMP-Q lo convierten en una herramienta adecuada para evaluar la N en la población objetivo de esta investigación.

Instrumento 2 - Escala de Autoestima de Rosenberg

Este cuestionario, presentado en formato Likert, consta de 10 preguntas enfocadas en la evaluación de los sentimientos de autoreconocimiento y autoaceptación. Fue administrado de manera colectiva durante el estudio y es adecuado para individuos a partir de los 12, con un tiempo promedio de respuesta estimado en 5 minutos. Su estructura es unidimensional y comprende 10 afirmaciones, de las cuales 5 tienen connotaciones positivas y 5 poseen connotaciones negativas. La escala de medición se de 1 a 4 puntos, donde 1 corresponde a "muy en desacuerdo," 2 a "en desacuerdo," 3 a "de acuerdo" y 4 a "muy de acuerdo." Se aplica una puntuación inversa a las afirmaciones de naturaleza negativa. Para calcular la puntuación total de la AU, se realiza la sumatoria de los puntajes conseguidos en todos los ítems.

En relación con las propiedades psicométricas del instrumento original, Canu y Duque (2017) señalaron que su confiabilidad realizada en una muestra de 5024 escolares de tercer y cuarto grado del nivel secundaria, demostró niveles elevados de confiabilidad, pues, los resultados del análisis de la prueba-reprueba variaron entre .820 y .880, evidenciando una confiabilidad del Alfa de Cronbach que osciló entre .77 y .88. Por lo que se concluyó que la escala exhibió propiedades psicométricas apropiadas. De igual forma, la versión traducida y adaptada al español, llevada a cabo por Atienza, Moreno y Balaguer (2000) en una muestra de 488 alumnos de 15 a 17 años en Valencia (España), demostró niveles adecuados de estabilidad temporal mediante el método de test-retest, tanto para la muestra masculina ($r=$

0.86, $p < 0.001$) como para la femenina ($r = 0.64$, $p < 0.001$), con un coeficiente alfa de Cronbach de 0.86. Además, el análisis factorial confirmatorio sugirió la presencia de un solo factor global de AU.

La adaptación del instrumento a la población peruana fue realizada por Ventura-León et al. (2018) en adolescentes de Lima utilizando el modelo bidimensional oblicuo. Es así que en el análisis factorial confirmatorio, con una primera muestra de 450 individuos, se destacaron índices de resistencia como ECV de 0.641, cargas factoriales de omega jerárquico de 0.636, PUC de 0.556 y H de 0.823. En la segunda muestra de 481 individuos, se obtuvo un p-valor menor a 0.05, con una medida absoluta de ajuste (SRMR) de 0.046, un índice de ajuste (RMSEA) de 0.069 e índices de CFI de 0.938. Adicionalmente, en el análisis de consistencia interna, se observaron reactivos con valores inferiores a 0.80. De modo que, los mismos autores abordaron la validez del constructo al evaluar la invarianza factorial mediante un análisis factorial multigrupo, encontrando resultados equivalentes entre los dos grupos de estudio de las dos muestras seleccionadas, respaldando así la validez del instrumento en ambos contextos

Para efectos de estudio se llevó a cabo una prueba piloto con una muestra de 50 alumnos universitarios de Trujillo, presentando, mediante la validación por juicio de expertos, un coeficiente de Aiken de 1.0, indicando claridad, coherencia y relevancia de los ítems. Del mismo modo, se obtuvo un valor de alfa de Cronbach de .812, lo que indica una alta confiabilidad. Además, la validez Ítem-Test mediante la correlación de Spearman, reveló que los 10 ítems son válidos, con coeficientes que oscilaron entre .368 y un máximo de .765. En cuanto a la prueba de Kolmogorov-Smirnov, se determinó que existe una diferencia altamente significativa ($p < .01$) en la distribución normal de la variable. En consecuencia, se concluye que debido a las sólidas propiedades psicométricas con las que cuenta la EAR, la convierten en

una herramienta adecuada para evaluar la AU en la población objetivo de esta investigación.

Instrumento 3 - Body Appreciation Scale

Se empleó la escala Body Appreciation Scale (BAS) desarrollada por Ávalos, Tylka y Wood-Barcalow (2005) este instrumento evalúa la aceptación y valoración que una persona tiene hacia su propio cuerpo, independientemente de su peso o forma, abordando también aspectos como la atención a las necesidades corporales, la adopción de hábitos alimenticios saludables y la defensa ante los estándares de belleza impuestos por los medios de comunicación. Esta escala es de carácter unidimensional y consta de 13 ítems calculados en una escala que va de 1 a 5 puntos (1= nunca, 5= siempre), donde un puntaje más alto refleja una mayor apreciación del cuerpo, mientras que un puntaje más bajo podría indicar una menor apreciación o una actitud menos positiva hacia el propio cuerpo.

En relación con las propiedades psicométricas del instrumento original, Avalos, et al. (2005) realizaron una serie de estudios divididos en cuatro fases, en diversas muestras de universitarias de medio oeste, para confirmar la unidimensionalidad y la validez de constructo, así como la estabilidad de sus puntuaciones. Los resultados que obtuvieron revelaron que los coeficientes alfa para las administraciones iniciales ($\alpha = .91$) y secundarias ($\alpha = .93$) fueron elevados. De igual forma, los resultados indicaron que el modelo tuvo un ajuste aceptable a los datos, con estadísticas que variaron desde adecuado (CFI = 0.94, RMSEA = 0.09) hasta excelente (SRMR = 0.05). Cabe destacar que ninguna varianza residual superó un valor absoluto de 3.0 (rango = 0.17–0.80, valor medio = 0.40), proporcionando así respaldo adicional a la idoneidad de la BAS. Además, los resultados indicaron que las puntuaciones de la BAS demostraron una estabilidad temporal adecuada durante un período

de 3 semanas ($r = .90$, $p < .001$), lo que fue corroborado por una prueba de muestras pareadas ($t[176] = .99$, ns), revelando que esta estabilidad no se debió simplemente a que las puntuaciones de todos aumentaran o disminuyeran con el tiempo.

Romero (2018) llevó a cabo la traducción y adaptación del instrumento a la población peruana mediante una muestra de 1027 universitarios de Lima. Durante este proceso de adaptación, se obtuvo una confiabilidad de 0.88 para los 13 ítems, y las correlaciones ítem-test corregidas oscilaron entre 0.178 (en el ítem 9) y 0.809.

Para efectos de estudio se llevó a cabo una prueba piloto con una muestra de 50 alumnos universitarios de Trujillo, presentando, mediante la validación por juicio de expertos, un coeficiente de Aiken de 1.0, indicando claridad, coherencia y relevancia de los ítems. Asimismo, se obtuvo un valor de Alfa de Cronbach .944, lo que indica que la prueba tiene una confiabilidad excelente. Del mismo modo, se realizó la validez Ítem-Test por la correlación de Spearman, apreciando que los 13 ítems son válidos, mostrando cocientes entre de .577 y máximo de .891. En cuanto a la prueba de Kolmogorov-Smirnov se determinó para la variable que existe diferencias altamente significativas ($p < .01$) de la distribución normal. Por lo tanto, se llega a la conclusión de que las propiedades psicométricas con las que cuenta la BAS la convierten en una herramienta adecuada para evaluar la IC en la población objetivo de esta investigación.

3.5. Procedimiento.

Se inició, con la adaptación de los instrumentos al contexto de la población tomada para realización de este trabajo, realizando el criterio de jueces con la intención de identificar la pertinencia, relevancia y la claridad de los tres instrumentos que se utilizaron. En segundo lugar, luego de solicitar la autorización de la directora de la carrera de psicología de la universidad donde se llevó a cabo el estudio, se realizó la aplicación de los instrumentos a un

grupo piloto de 50 alumnos, a través de un link compartido por Whassap donde se encontraba el consentimiento informado y los tres instrumentos, además de una breve explicación del motivo de la investigación. Una vez obtenidos los datos y confirmar una adecuada validez y confiabilidad de los instrumentos, en un tercer momento, se procedió a la aplicación en la muestra específica explicando el motivo de la evaluación y dando lectura al consentimiento informado, de este modo si se encontraban dispuestos en participar se les entregaban los protocolos de evaluación y se les brindaba una breve explicación de las instrucciones para su adecuada realización. Los datos recolectados a través de los instrumentos fueron procesados mediante la aplicación de la hoja de cálculo Excel y el software estadístico SPSS V. 25. Posteriormente, se llevó a cabo un análisis estadístico descriptivo e inferencial con el objetivo de abordar los objetivos y las hipótesis formuladas en el estudio.

3.6. Método de análisis de datos.

El análisis de datos constituye un paso elemental en el transcurso de investigación, donde la información recopilada se estructura de manera detallada y analítica. Este procedimiento implica describir, caracterizar e interpretar la información obtenida (Sánchez et al., 2018). Para el procesamiento de información y la ejecución de las estadísticas descriptivas, tablas de frecuencia y tablas cruzadas con parámetros porcentuales, se empleó el software IBM SPSS V.25. Además, para el análisis inferencial, se utilizó JAMOVI para llevar a cabo la prueba de correlación estadística.

3.7. Aspectos éticos.

Con el propósito de garantizar la autonomía de los participantes involucrados en la investigación, preservar la originalidad de este trabajo y cumplir con los imperativos éticos necesarios, se llevaron a cabo las gestiones pertinentes con la universidad y la facultad específica donde se aplicaron los instrumentos. Cada participante recibió un consentimiento y asentimiento

informado, asegurando que los alumnos estuvieran debidamente informados acerca del propósito de la investigación. Este procedimiento se adhirió estrictamente al Código de Ética del Colegio de Psicólogos (2018), que en su Artículo 24 resalta la obligación de proporcionar información adecuada a cualquier individuo que participe en una investigación, y en su Artículo 36 subraya la importancia de salvaguardar el anonimato de los datos recopilados de los participantes. En concordancia con la Declaración de Helsinki y las directrices de la Asociación Médica Mundial (Barrio et al., 2016), se veló por garantizar que la información proporcionada a los participantes fuera adecuada y que se preservara su bienestar y la confidencialidad de sus datos. Asimismo, se siguieron los lineamientos de la American Psychological Association (2020), que enfatizan la veracidad de la información presentada en la investigación, la no manipulación de datos y el respeto a las ideas de otros autores, con debidas referencias de acuerdo a la normativa APA. Por último, se consideró el Código de Ética de la Universidad César Vallejo (2020), que en su Artículo 9 destaca la importancia de la originalidad en los trabajos de investigación y penaliza el plagio. En este estudio, se ha citado y referenciado toda información obtenida. Además, el Artículo 15 establece que no se deben falsificar los datos, y se han seguido criterios específicos para la realización del estudio, siempre con el propósito de preservar la integridad y el respeto hacia los datos obtenidos de los participantes. Asimismo, este trabajo de investigación, respetó los principios de la Bioética, los cuales son a) Respeto a la autonomía, respetando la libertad de los integrantes de este trabajo de participar y dando a conocer los lineamientos del mismo; b) Beneficencia, fomentando el cuidado, con el objetivo de promover el bienestar de la población y prevenir riesgos eventuales; c) No maleficencia, cuidando la integridad de los participantes de la investigación, evitando cualquier daño físico y/o psicológico y d) Justicia, procurando la equitativa distribución de oportunidades dentro de la población, así como sus derechos (civiles, culturales y sociales).

IV. RESULTADOS

Tabla 01

Nivel de nomofobia en alumnos de una universidad de Trujillo, 2023

	Niveles	N	%
Nomofobia	Bajo	22	13.3
	Medio	169	70.1
	Alto	40	16.6
No ser capaz de acceder a la información		42	17.4
	Bajo	148	61.4
	Medio	51	21.2
Renunciar a la comodidad		46	19.1
	Bajo	158	65.6
	Alto	37	15.4
No poder comunicarse		28	11.6
	Bajo	163	67.6
	Medio	50	20.7
Pérdida de conexión		81	33.6
	Bajo	137	56.8
	Medio	23	9.5
	Total	241	100

Nota: N: muestra; %: porcentaje

En la tabla 01, en cuanto al nivel de nomofobia de los alumnos universitarios, se encontró que el 70.1% tiene un nivel medio, seguido de un 16.6% con nivel alto y un 13.3% con nivel bajo. En cuanto a las dimensiones de la nomofobia, todos se ubicaron, en su mayoría, en el nivel medio con porcentajes entre 56.8% y 67.6%.

Tabla 02

Nivel de autoestima en alumnos de una universidad de Trujillo, 2023

	Niveles	N	%
Autoestima	Bajo	11	4.6
	Medio	186	77.2
	Alto	44	18.3
	Total	241	100

Nota: N: muestra; %: porcentaje

En la tabla 02, en cuanto al nivel de autoestima, se encontró que el 77.2% tiene un nivel de autoestima medio, seguido de un 18.3% con una alta autoestima y un 4.6% con una autoestima en nivel bajo.

Tabla 03

Nivel de imagen corporal en alumnos de una universidad de Trujillo, 2023

Niveles	N	%
Imagen corporal		
Bajo	31	12.9
Medio	114	47.3
Alto	96	39.8
Total	241	100

Nota: N: muestra, %: porcentaje

En la tabla 03, en cuanto al nivel de imagen corporal de los alumnos, se encontró que el 47.3% tiene un nivel medio, seguido de un 39.87% con nivel alto y un 12.9% con nivel bajo.

Tabla 04

Relación entre nomofobia, autoestima e imagen corporal en alumnos de universidad de Trujillo

	Autoestima		Imagen corporal	
	rho	p	rho	p
Nomofobia	-.219**	.001	-.248**	.000
Autoestima			.591**	.000

*Nota: ** $p < .01$; * $p < .05$*

En la tabla 04, en cuanto a la correlación de las variables, por medio de la correlación rho de Spearman, se halló una relación altamente significativa ($p < .01$), inversa y con efecto bajo entre la nomofobia y la autoestima ($\text{rho} = -.219$) y la imagen corporal ($\text{rho} = -.248$). Por otro lado, existe una relación altamente significativa ($\text{rho} = .591$, $p < .01$), directa y con efecto medio entre la autoestima y la imagen corporal. De esta manera, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación.

Tabla 05

Relación entre autoestima y las dimensiones de la nomofobia en alumnos de universidad de Trujillo

Nomofobia	Autoestima	
	rho	p
No ser capaz de acceder a la información	-.291**	.000
Renunciar a la comodidad	-.193**	.003
No poder comunicarse	-.158*	.014
Pérdida de conexión	-.134*	.038

*Nota: ** $p < .01$; * $p < .05$*

En la tabla 05, en cuanto a la correlación de la variable autoestima y las dimensiones de la nomofobia, se encontró que existe una relación altamente significativa ($p < .01$), inversa y con efecto pequeño con las dimensiones no ser capaz de acceder a la información ($\rho = -.291$) y renunciar a la comodidad ($\rho = -.193$). Por otro lado, existe una relación significativa ($p < .05$), inversa y con efecto pequeño con las dimensiones no poder comunicarse ($\rho = -.134$) y pérdida de conexión ($\rho = -.134$).

Tabla 06

Relación entre la imagen corporal y las dimensiones de la nomofobia en alumnos de universidad de Trujillo

Nomofobia	Imagen corporal	
	rho	p
No ser capaz de acceder a la información	-.251**	.000
Renunciar a la comodidad	-.200**	.002
No poder comunicarse	-.215**	.001
Pérdida de conexión	-.211**	.001

*Nota: ** $p < .01$; * $p < .05$*

En la tabla 06, en cuanto a la correlación de la variable imagen corporal y las dimensiones de la nomofobia, se encontró que existe una relación altamente significativa ($p < .01$), inversa y con efecto pequeño con las dimensiones no ser capaz de acceder a la información ($\rho = -.251$), renunciar a la comodidad ($\rho = -.200$), no poder comunicarse ($\rho = -.215$) y pérdida de conexión ($\rho = -.211$).

V. DISCUSIÓN

En la actualidad, inmersos en una era digital donde la conectividad móvil se ha convertido en un elemento esencial de nuestras vidas, la N, o el miedo a estar sin un dispositivo de comunicación móvil, ha emergido como un fenómeno de interés significativo, reflejando la compleja intersección entre la tecnología y la salud mental una dinámica que merece gran atención y análisis especialmente en una población como la población universitaria, una de las más propensas a experimentar este tipo de afección. No obstante, si bien la N es un tema creciente y alarmante, es crucial reconocer que la salud mental abarca una variedad de factores entre ellos la AU, que impulsa la percepción subjetiva de uno mismo, y la IC, que influye en las actitudes hacia la apariencia física, aspectos cruciales del bienestar psicológico. Por esta razón, este trabajo de investigación no solo busca comprender la N en este contexto, sino también explorar cómo esta dinámica impacta la AU y la IC, aspectos fundamentales de la salud mental. Para no solo tener un mayor entendimiento sobre cómo estos factores interactúan en el contexto digital de los alumnos universitarios, sino también generar conocimientos valiosos para la formulación de estrategias de salud mental adaptadas a los desafíos específicos de la era digital.

Es así que esta investigación tuvo como objetivo general determinar el vínculo entre N, la AU y la IC en alumnos de una universidad de Trujillo, 2023. Al respecto, los resultados mostraron que mediante la correlación rho de Spearman, se encontró que existe una relación altamente significativa ($p < .01$), inversa y con efecto bajo entre la N y la AU ($\rho = -.219$) y la IC ($\rho = -.248$). Lo que indica que quienes experimentan mayor N tienden a tener niveles más bajos de AU y una IC menos positiva. Por otro lado, existe una relación significativa ($\rho = .591$, $p < .01$), directa y con efecto medio entre la AU y la IC, lo que sugiere que aquellos alumnos con mayor AU mostraron una percepción más positiva de su IC.

Resultados que se asemejan a los reportados por Cruz (2022) quien llegó a la conclusión de que existe una relación inversamente significativa entre N y

AU (Rho de -0.250), indicando que la presencia de grados altos de N se relaciona con niveles bajos de AU. De igual manera, Maryani et al. (2021) reportó que existía una relación negativa entre la AU y la N ($p=0,002$, $r=-0,156$) indicando que cuanto menor es la AU, mayor es el nivel de N en los alumnos, además de constar que los alumnos con baja AU pasan más tiempo con teléfonos inteligentes, lo que incrementa sus probabilidades de sufrir de N. Por su parte, Vagka et al. (2023) halló que la AU está estrechamente relacionada con los síntomas N, además de que estos síntomas son mucho más prevalentes en alumnos universitarios lo que afecta su rendimiento académico de manera negativa.

Con respecto a la IC Y la N, Sharma (2023) halló que existe una correlación negativa débil entre la N y la satisfacción con la IC ($r = -0,1213$), lo que sugiere que a medida que la N aumenta, la satisfacción con la IC tiende a disminuir, pero la asociación es leve. Lo mismo reportaron Çimke y Yıldırım (2023) asegurando que mientras mayor sea el uso de las redes sociales a través de los dispositivos móviles, así como la percepción negativa de la IC, mayor será la conciencia de las redes sociales sobre la apariencia lo que hace referencia a la preocupación constante por parecer atractivo en las redes sociales, enfatizando el atractivo físico y brindan oportunidades para la comparación social y la retroalimentación de los pares sobre la apariencia, afectado aún más a la IC.

Acercas de la relación de la AU y la IC, Khalaf et al. (2021) reportaron una asociación positiva significativa entre la IC positiva y la AU, sin diferencias significativas entre alumnos varones y mujeres, destacando que una mayor apreciación del cuerpo se asoció positivamente con niveles más altos de AU, mostrando similitud con los resultados obtenidos por este trabajo de investigación. Esto se asemeja con lo hallado por Jara y Cárdenas (2021) quienes encontraron una asociación moderadamente negativa entre la AU y la insatisfacción con la IC (de $r = -0.637$), lo que indica que, a medida que aumenta una variable, la otra tiende a disminuir, y viceversa. Estos resultados respaldan

la noción de que la percepción positiva del cuerpo y la AU están interrelacionadas, mientras que una baja AU puede contribuir a la insatisfacción con la IC y viceversa. Debido a que las personas que tienen una IC positiva reconocen la individualidad y funcionalidad de sus propios cuerpos, lo que les lleva a aceptar y apreciar sus cuerpos incondicionalmente, aumentando su AU, ya que, se centran más en lo que su cuerpo puede hacer que en cómo su cuerpo se ve. Mientras más AU tengan se cimentarán pensamientos positivos sobre el cuerpo llevándolos a estar más satisfechos con sus vidas. Sin embargo, la relación entre la apreciación de la IC y la AU puede cambiar por el papel actual de las redes sociales y sus promociones de la belleza del cuerpo ideal lo que ejerce presión en las personas y puede conducir a ideas y actitudes negativas hacia el propio cuerpo (Khalaf et al., 2021).

Con respecto al primer objetivo específico, el cual fue Identificar el nivel de N presente en los alumnos de una universidad de Trujillo, 2023, los resultados mostraron que el 70.1% exhibe un nivel moderado, seguido por un 16.6% con un nivel alto y un 13.3% con un nivel bajo. En relación con las dimensiones de la N, la mayoría de los participantes se sitúan en el nivel medio, con porcentajes que oscilaron entre el 56.8% y el 67.6%. Datos que se asemejen a los reportados por Chethana et al. (2020) los cuales revelaron que el 100% de los participantes presentaban N, clasificada en niveles moderados (53.5%), graves (11.4%) y leves (35.1%). De igual manera, los resultados de Vera (2021) mostraron que más de la mitad de los alumnos evaluados presentaban una N moderada (71%) en más de la mitad de la población. Del mismo modo, Ocampo (2022) indicó que su población mostro tener un grado de N entre severa (7.5%), moderada (47.3%) y leve (38.1%) destacando el nivel medio en la mayor parte de la población. Asimismo, varias investigaciones han documentado que los adultos jóvenes son más vulnerables a la N, resaltando que los participantes que dedicaron más tiempo a hablar por su teléfono inteligente y que tuvieron un dispositivo de este tipo durante varios años exhibieron niveles más elevados de N. Además, se demostró que el rendimiento académico y los hábitos de sueño se vieron afectados negativamente por los altos niveles de N (Qutishat et al., 2020; Bajaj

et al., 2020; Moreno-Guerrero et al., 2020; Bartwal y Nath, 2020; Sezer y Atilgan, 2019; Daei et al., 2019)

En tal sentido, afirmaban Notara et al. (2021) que la N se manifiesta como un problema significativo entre los jóvenes adultos que utilizan dispositivos móviles, percibiéndose como un comportamiento en evolución que puede llevar al retraimiento social, ansiedad, trastornos del sueño y un rendimiento académico deficiente, lo que subraya la necesidad de abordar sus diferentes niveles de gravedad con gran preocupación.

Con respecto al segundo objetivo específico, el cual fue evaluar el nivel de AU en los alumnos de una universidad de Trujillo, 2023, los resultados mostraron que, en cuanto al nivel de AU se encontró que el 77.2% tiene un nivel de AU medio, seguido de un 18.3% con una alta AU y un 4.6% con una AU en nivel bajo. Datos similares a los reportados por Jara y Cardenas (2020) quienes encontraron que, en su estudio, más de la mitad de los encuestados (52.5%) presentaron un grado de AU que osciló entre medio alto y alto, en contraste, el grupo restante (47.5%) se situó en rangos que variaron de bajo a medio bajo. En contraste con lo reportado por Cruz (2022) quien, en relación con la AU, encontró que en su trabajo el 52.9% de los alumnos presentaron un grado alto, el 30.5% un grado medio y el 16.6% mostraron un grado bajo. Al respecto, Checa-Domene et al. (2022) afirman que entender el perfil emocional de los alumnos, junto con los factores psicosociales relacionados con la AU, es crucial para la salud y el bienestar individual. Una AU elevada se vincula con una mayor confianza en el propio valor, un sólido autoconcepto y, por ende, una eficacia superior para enfrentar diversas situaciones. Por otro lado, niveles bajos de AU se asocian con una evaluación reducida del propio valor y habilidades, lo que da lugar a un autoconcepto negativo y distorsionado. Razón por la cual evaluar la AU en los alumnos es esencial para comprender y abordar aspectos clave de su salud mental y desarrollo personal. (Vilca-Pareja et al., 2022).

Con respecto al tercer objetivo específico, el cual fue analizar el nivel de IC en los alumnos de una universidad de Trujillo, 2023, los resultados mostraron

que, en cuanto al nivel de IC de los alumnos, se encontró que el 47.3% tiene un nivel medio, seguido de un 39.87% con nivel alto y un 12.9% con nivel bajo, lo que apunta que existe una diversidad significativa en las percepciones de la IC entre los alumnos evaluados. Los resultados concuerdan con los obtenidos por Jara y Cardenas (2021) quienes identificaron en su muestra poblacional, la mayoría presento un grado de percepción de IC que varió de moderado a alto (90%), en contraste, un reducido porcentaje (10%) que mostró un grado bajo. Contrario a lo reportado por Divecha et al. (2022) quien en su investigación encontró que la insatisfacción con la IC fue alta (80%) entre los encuestados, a diferencia de un reducido grupo (18,2%) que reporto sentirse satisfecho/attractivo con su IC de los alumnos se sintieron "atractivos".

En este sentido, Swami et al. (2023) sostienen que numerosos estudios sobre la IC indican que tanto las mujeres como los alumnos de universidades privadas, particularmente alumnos de carreras relacionadas a medicina, son susceptibles a desarrollar percepciones distorsionadas de su IC. Situación que resalta la necesidad de fomentar percepciones saludables de la IC, especialmente entre los alumnos de ciencias de la salud, ya que son los futuros profesionales de la atención médica y tienen el potencial de moldear las creencias sobre la salud en nuestra sociedad. Al respecto, Aparicio-Martinez et al. (2019) señalan que los problemas relacionados con la IC están experimentando un rápido aumento, especialmente entre los adultos jóvenes. Este fenómeno se atribuye en gran medida al uso excesivo de las plataformas de redes sociales, una práctica comúnmente llevada a cabo a través de dispositivos móviles. Pues, estas plataformas tienden a promover ideales de belleza poco realistas, lo que conduce a preocupaciones corporales, insatisfacción con la IC y, en algunos casos, trastornos alimentarios, especialmente entre las mujeres universitarias.

Con respecto al cuarto objetivo específico, el cual fue determinar la relación de la AU con las dimensiones de N en los alumnos de una universidad de Trujillo, 2023, los resultados mostraron que existe una relación altamente

significativa ($p < .01$), inversa y con efecto pequeño con las dimensiones no ser capaz de acceder a la información ($\rho = -.291$) y renunciar a la comodidad ($\rho = .193$). Por otro lado, existe una relación significativa ($p < .05$), inversa y con efecto pequeño con las dimensiones no poder comunicarse ($\rho = -.134$) y pérdida de conexión ($\rho = -.134$). Esto indica que a medida que la AU disminuye, las puntuaciones en las dimensiones de la N tienden a aumentar, y viceversa. Sin embargo, es importante tener en cuenta que el efecto es pequeño, lo que sugiere que la relación no es muy fuerte.

En consonancia con los datos previos, varios estudios han demostrado que la AU tiene un impacto negativo con el uso problemático de los dispositivos de comunicación móvil, lo que sugiere que el presentar baja AU aumenta la probabilidad de desarrollar un uso problemático de los dispositivos de comunicación móvil, (Park y Lee, 2014; Khang et al., 2013; You et al., 2019) mientras que la alta AU podría desempeñar un papel protector. Esto sugiere que la AU predice significativamente el fenómeno del uso problemático de los dispositivos de comunicación móvil. Dado que los jóvenes que presentan baja AU tienen más probabilidades de desahogar sus emociones y liberar estrés a través de Internet para obtener una satisfacción psicológica inmediata, lo que los lleva a un uso frecuente del teléfono celular (Chen et al., 2023). De esta manera, se acepta la hipótesis de investigación 2.

Con respecto al quinto objetivo específico, el cual fue determinar la relación de la IC con las dimensiones de N en los alumnos de una universidad de Trujillo, 2023, los resultados mostraron que existe una relación altamente significativa ($p < .01$), inversa y con efecto pequeño con las dimensiones no ser capaz de acceder a la información ($\rho = -.251$), renunciar a la comodidad ($\rho = .200$), no poder comunicarse ($\rho = -.215$) y pérdida de conexión ($\rho = -.211$). Estos datos sugieren que a medida que la IC disminuye, las puntuaciones en las dimensiones de la N tienden a aumentar, y viceversa, aunque el impacto general de esta relación es de grado bajo. Actualmente, Internet juega un papel importante en la vida diaria, especialmente para los jóvenes, situación para la

cual los dispositivos de comunicación móvil son un factor fundamental facilitando el acceso a este, así lo confirman estudios como el realizado por Kaewpradub et al. (2017) quienes hallaron que el tiempo pasado en Internet, especialmente dedicado a actividades relacionadas con la autoimagen y las actitudes y conductas alimentarias, se asoció con una disminución en la satisfacción con la IC y con conductas alimentarias problemáticas.

De igual manera, Rounsefell et al. (2020) quienes afirmaron que la participación en las redes sociales o la exposición a contenido relacionado con imágenes puede afectar negativamente la IC, asociaba con una mayor insatisfacción corporal, debido en su mayoría a cinco factores secuenciales: (1) las redes sociales fomentan la comparación entre usuarios, (2) las comparaciones aumentan los sentimientos sobre el cuerpo, (3) los adultos jóvenes modifican su apariencia para retratar una IC percibida, (4) los jóvenes los adultos son conscientes del impacto de las redes sociales en la IC y la elección de alimentos; sin embargo, (5) se busca la validación externa a través de las redes sociales. De esta manera, se acepta la hipótesis de investigación 03.

VI. CONCLUSIONES

1. Se encontró que existe una correlación inversa y altamente significativa ($p < .01$), entre las variables N y AU ($\rho = -.219$), y IC ($\rho = -.248$). Asimismo, existe una relación directa y significativa entre la AU y la IC ($\rho = .591$), en alumnos de una universidad de Trujillo, 2023.
2. Con respecto a los niveles de la variable N, se encontró que de manera general sobresalió el nivel moderado (70.1%), seguido por el nivel alto (16.6%) y el nivel bajo (13.3%). En cuanto a sus dimensiones se encontró que en todas se ubicaron en el nivel medio con porcentajes entre 56.8% y 67.6%.
3. Por su parte, los niveles de la variable AU mostraron que existe un predominio del nivel medio (77.2%), seguido por un nivel alto (18.3%) y por último un nivel bajo (4.6%).
4. A su vez, los niveles de la variable IC mostraron que existe un predominio del nivel medio (47.3%), seguido por un nivel alto (39.8%) y por último un nivel bajo (12.9%).
5. De igual manera, se evidencio que existe una correlación inversa, altamente significativa ($p < .01$) de grado bajo entre las dimensiones No ser capaz de acceder a la información ($\rho = -.291$) y Renunciar a la comodidad ($\rho = -.193$) mientras que se presenta una relación inversamente significativa ($p < .05$), de grado bajo, en las dimensiones No poder comunicarse ($\rho = -.134$) y Pérdida de conexión ($\rho = -.134$) y la variable AU en alumnos de una universidad de Trujillo, 2023.
6. Finalmente, se evidencio que existe una correlación inversa, altamente significativa ($p < .01$) de grado bajo entre las dimensiones No ser capaz de acceder a la información ($\rho = -.251$), Renunciar a la comodidad ($\rho = -.200$), No poder comunicarse ($\rho = -.215$) y Pérdida de conexión ($\rho = -.211$) con la variable IC en alumnos de una universidad de Trujillo, 2023.

VII. RECOMENDACIONES

1. Se recomienda la implementación de talleres o programas de intervención de enfoque cognitivo-conductual para abordar la N en la población identificada con niveles medios y altos, con el objetivo de reducir los niveles de nomofobia y fomentar un uso equilibrado y consciente de los dispositivos móviles. A través del entrenamiento de técnicas de reestructuración cognitiva y la promoción de la conciencia plena para que tengan un uso más consciente de los dispositivos; asimismo, por medio del desarrollo de estrategias de autocontrol, para que logren establecer límites respecto al tiempo y espacio apropiado para el uso de los dispositivo, y de igual manera, incluyendo ejercicios prácticos y experiencias para aplicar las técnicas aprendidas en situaciones de la vida real, lo que permitirá fortalecer la capacidad de los participantes para manejar de manera saludable su relación con los dispositivos móviles y mejorar su bienestar psicológico.
2. Asimismo, se recomienda la implementación de talleres o programas de intervención de enfoque integrador (TCC, ACT, etc.) para abordar los problemas de AU en la población identificada con niveles medios y bajos, con el objetivo de mejorar la autoestima y fomentar una percepción más positiva de sí mismos. A través de estrategias de reestructuración cognitiva, la exploración de fortalezas personales, el desarrollo de la autoaceptación, técnicas de mindfulness y autocuidado, la promoción de habilidades sociales, la visualización positiva y el establecimiento de metas personales, para empoderar a los participantes para que logren construir una autoestima más sólida y positiva.
3. Igualmente, se recomienda la implementación de talleres o programas de intervención de enfoque integrador (TCC, ACT, etc) para abordar los problemas de IC en la población identificada con niveles medios y bajos, con el objetivo de fomentar una percepción positiva de la imagen corporal, promoviendo la aceptación y valoración de la apariencia física. Por medio de técnicas como la reestructuración cognitiva, la exploración de

fortalezas corporales, el desarrollo de la autoaceptación corporal, técnicas de mindfulness y autocuidado, promoción de habilidades sociales relacionadas con la imagen corporal, visualización positiva del cuerpo, y prácticas experienciales para empoderar a los participantes para que logren construir una relación más positiva y saludable con su propio cuerpo, fomentando un entorno de apoyo y comprensión mutuo.

4. Del mismo modo, se recomienda facilitar el acceso a servicios de orientación psicológica para aquellos alumnos que presenten síntomas de N, baja AU y problemas con la IM.
5. Finalmente, se recomienda expandir la muestra en futuras investigaciones, incluyendo a todos los alumnos de la universidad en lugar de limitarse a una única carrera. Este enfoque más abarcador posibilitaría la obtención de datos más completos y representativos, contribuyendo así a una comprensión más profunda de la relación entre la N, la AU y la IC en el ámbito universitario.

REFERENCIAS

- American Psychological Association. (2020). *Publication manual of the American Psychological Association* (7th ed.). <https://doi.org/10.1037/0000165-000>
- Aparicio-Martinez, P., Perea-Moreno, A. J., Martinez-Jimenez, M. , Redel-Macías, M., Pagliari, C. y Vaquero-Abellan, M. (2019). Social Media, Thin-Ideal, Body Dissatisfaction and Disordered Eating Attitudes: An Exploratory Analysis. *International journal of environmental research and public health*, 16(21), 1-16. <https://doi.org/10.3390/ijerph16214177>
- Arias, J., Holgado, J., Tafur, T. y Vásquez, M. (2022). Metodología de la investigación: El método ARIAS para desarrollar un proyecto de tesis. *Instituto Universitario de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi Perú*. <https://doi.org/10.35622/inudi.b.016>
- Atienza, F.L., Moreno, Y., & Balaguer, I. (2000). Análisis de la dimensionalidad de la Escala de Autoestima de Rosenberg en una muestra de adolescentes valencianos. *Revista de Psicología. Universitat Tarraconensis*, 23(2), 29-42. https://www.researchgate.net/publication/308341043_Analisis_de_la_dimensionalidad_de_la_Escala_de_Autoestima_de_Rosenberg_en_una_muestra_de_adolescentes_valencianos
- Avalos, L. C., Tylka, T. L., & Wood-Barcalow, N. (2005). The Body Appreciation Scale: Development and psychometric evaluation. *Body Image*, 2, 285–297. <http://dx.doi.org/10.1016/j.bodyim.2005.06.002>
- Bajaj, S., Maheshwari, S. y Maheshwari, P. (2020). Prevalence of nomophobia among college students: An exploratory cross-sectional survey. *Indian Journal of Psychiatric Nursing*, 17(1), 29-32. <https://link.gale.com/apps/doc/A632220835/AONE?u=anon~5efdd3e5&sid=googleScholar&xid=efe2d7c0>
- Baños-Chaparro, J., y Aguilar Marca, K. (2020). Body Shape Questionnaire (BSQ): Estructura factorial y fiabilidad en universitarios peruanos. *Avances En*

Psicología, 28(2), 269–278.
<https://doi.org/10.33539/avpsicol.2020.v28n2.2254>

Barrios, I., Anido, V. y Morera, M. (2016). Declaración de Helsinki: cambios y exégesis. *Revista Cubana de Salud Pública*, 42(1), 132-142.
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-34662016000100014&lng=es&tlng=es.

Bartwal, J. y Nath, B. (2020). Evaluation of nomophobia among medical students using smartphone in north India. *Medical journal, Armed Forces India*, 76(4), 451-455. <https://doi.org/10.1016/j.mjafi.2019.03.001>

Bhattacharya, S., Bashar, M. A., Srivastava, A., & Singh, A. (2019). NOMOPHOBIA: NO MOBILE PHONE PHOBIA. *Journal of family medicine and primary care*, 8(4), 1297–1300. https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc_71_19

Canu, N. y Duque, M. (2017). Sobre el Coeficiente Alpha de Cronbach y su interpretación en la evaluación Educativa. *Encuentro Internacional de Educación en Ingeniería*.
<https://acofipapers.org/index.php/eiei/article/view/608/612>

Cash, T. y Pruzinsky, T. (2002). *Body Image: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice*.
https://www.researchgate.net/publication/224983228_Cash_TF_Pruzinsky_T_Eds_Body_Image_A_Handbook_of_Theory_Research_and_Clinical_Practice

Çelik I. (2021). Relationship between nomophobia of nursing students and their obesity and self-esteem. *Perspectives in psychiatric care*, 57(2), 753–760.
<https://doi.org/10.1111/ppc.12610>

Checa-Domene, L., Luque de la Rosa, A., Gavín-Chocano, Ó., & Torrado, J. J. (2022). Students at Risk: Self-Esteem, Optimism and Emotional Intelligence in Post-Pandemic Times?. *International journal of environmental research and public health*, 19(19), 1-10. <https://doi.org/10.3390/ijerph191912499>

- Chen, C., Shen, Y., Lv, S., Wang, B., & Zhu, Y. (2023). The relationship between self-esteem and mobile phone addiction among college students: The chain mediating effects of social avoidance and peer relationships. *Frontiers in psychology, 14*(1), 1-10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1137220>
- Çimke, S. y Yıldırım, D. (2023). Factors affecting body image perception, social media addiction, and social media consciousness regarding physical appearance in adolescents. *Journal of Pediatric Nursing, 10*(1), 1-11. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2023.09.010>
- Colegio de Psicólogos del Perú. (2018). *Código de Ética y Deontología*. Lima: Autor. https://www.cpsp.pe/documentos/marco_legal/codigo_de_etica_y_deontologia.pdf
- Copaja-Corzo, C., Aragón-Ayala, C., Taype-Rondan, A. y Nomotest-Group (2022). Nomophobia and Its Associated Factors in Peruvian Medical Students. *International journal of environmental research and public health, 19*(9), 1-11. <https://doi.org/10.3390/ijerph19095006>
- Daei, A., Ashrafi-Rizi, H. y Soleymani, M. (2019). Nomophobia and health hazards: Smartphone use and addiction among university students. *International journal of preventive medicine, 10*(1), 1-11. https://doi.org/10.4103/ijpvm.IJPVM_184_19
- Divecha, C., Simon, M., Asaad, A. y Tayyab, H. (2022). Body Image Perceptions and Body Image Dissatisfaction among Medical Students in Oman. *Sultan Qaboos University medical journal, 22*(2), 218–224. <https://doi.org/10.18295/squmj.8.2021.121>
- Durak, H. (2019). Investigation of nomophobia and smartphone addiction predictors among adolescents in Turkey: Demographic variables and academic performance. *The Social Science Journal, 56*(4), 492-517. <https://doi.org/10.1016/j.soscij.2018.09.003>
- Elhai, J. D., & Contractor, A. A. (2018). Examining latent classes of smartphone users: Relations with psychopathology and problematic smartphone use.

Computers in Human Behavior, 82, 159-166.

<https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.01.010>

Enez, O. (2021). The Phobia of the Modern World: Nomophobia Conceptualization of Nomophobia and Investigation of Associated Psychological Constructs. <https://www.perlego.com/book/3165584/the-phobia-of-the-modern-world-nomophobia-conceptualization-of-nomophobia-and-investigation-of-associated-psychological-constructs-pdf>

Eskin, F., Tuna, R., & Alan, H. (2022). Nomophobia, netlessphobia, and fear of missing out in nursing students: A cross-sectional study in distance education. *Nurse education today*, 118(1), 1-11. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2022.105523>

Franco-Guanilo, R. y Hervias-Guerra, E. (2022). Estructura factorial, validez y confiabilidad de la escala de nomofobia en estudiantes de una Universidad Estatal de Lima Metropolitana. *Propósitos y Representaciones*, 10(2), 1-10. <https://doi.org/10.20511/pyr2022.v10n2.1572>

Gamboa, J. (2018). *Características Psicológicas Relacionado a Nomofobia en Estudiantes del Centro Pre-universitario de la Universidad Tecnológica de los Andes – Andahuaylas, Enero – Marzo 2017* [Tesis de licenciatura, Universidad tecnológica de los Andes]. Repositorio institucional Universidad de los Andes: <https://repositorio.utea.edu.pe/bitstream/utea/93/1/Tesis-Character%C3%ADsticas%20psicol%C3%B3gicas%20relacionado%20a%20monofobia%20en%20estudiantes.pdf>

González-Cabrera, J., León-Mejía, A., Calvete, E. y Pérez-Sancho, C. (2017). Adaptation to Spanish of the Nomophobia Questionnaire (NMP-Q) in a sample of adolescents. *Actas Españolas de Psiquiatría*, 45(4), 37-44. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28745386/>

Greenfield, S. (2014). *Mind change: How digital technologies are leaving their mark on our brains*. London: Rider Books.

- Griffiths, M. D. (2013). Social networking addiction: Emerging themes and issues. *Addiction Research and Therapy*, 4, 118-119. <http://doi.org/10.4172/2155-6105.1000e118>.
- Griffiths, M. D., & Meredith, A. (2009). Videogame addiction and its treatment. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 39(4), 247-253. <http://doi.org/10.1007/s10879-009-9118-4>
- Grogan, S. (2016). *Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women and Children* (3rd ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315681528>
- Indira, L., Febiola, P.V, & Nasution, S.M. (2023). Self-Esteem and Tendency of Nomophobia in College Students. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 15 (1): 1-10. <http://doi.org/10.31289/analitika.v15i1.8409>
- Ismail, N. y Tekke, M. (2015). Rediscovering Rogers's Self Theory and Personality. *Journal of Educational. Health and Community Psychology*, 4(3), 143-150. https://www.researchgate.net/publication/286456614_Rediscovering_Rogers's_Self_Theory_and_Personality
- Kaewpradub, N., Kiatrungrit, K., Hongsanguansri, S., & Pavasuthipaisit, C. (2017). Association Among Internet Usage, Body Image and Eating Behaviors of Secondary School Students. *Shanghai archives of psychiatry*, 29(4), 208–217. <https://doi.org/10.11919/j.issn.1002-0829.216092>
- Khalaf, A., Al Hashmi, I., & Al Omari, O. (2021). The Relationship between Body Appreciation and Self-Esteem and Associated Factors among Omani University Students: An Online Cross-Sectional Survey. *Journal of obesity*, 2021, 5523184. <https://doi.org/10.1155/2021/5523184>
- Khang H., Kim J. K., Kim Y. (2013). Self-traits and motivations as antecedents of digital media flow and addiction: the internet, mobile phones, and video games. *Comput. Hum. Behav.* 29, 2416–2424. doi: 10.1016/j.chb.2013.05.027

- King, A. Valença, A., Silva, A., Baczynski, T., Carvalho, M. R., & Nardi, A. (2013). Nomophobia: Dependency on virtual environments or social phobia?. *Computers in Human Behavior*, 29(1), 140–144. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.07.025>
- King, A., Valença, A., & Nardi, A. (2010). Nomophobia: The mobile phone in panic disorder with agoraphobia: Reducing phobias or worsening of dependence?. *Cognitive and Behavioral Neurology*, 23(1), 52-54.
- Kuss, D. J., Kanjo, E., Crook-Rumsey, M., Kibowski, F., Wang, G. Y., & Sumich, A. (2018). Problematic mobile phone use and addiction across generations: The roles of psychopathological symptoms and smartphone use. *Journal of Technology in Behavioral Science*, 3(3), 141-149. <https://doi.org/10.1007/s41347-017-0041-3>
- Maryani, D., Puspita, E. y Nurhidayat, M. (2021). The relationship between self-esteem and homophobia in students. *Journal Psychology talent Mahasiswa*, 1(1), 1-11. <https://ojs.unm.ac.id/jtm/article/view/11-21>
- Moreno-Guerrero, A., Lopez-Belmonte, J., Romero-Rodriguez, J. y Rodriguez-Garcia A. (2020). Nomophobia: Impact of cell phone use and time to rest among teacher students. *Heliyon*, 6(5): 1-11. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2020.e04084>
- Notara, V., Vagka, E., Gnardellis, C., & Lagiou, A. (2021). The Emerging Phenomenon of Nomophobia in Young Adults: A Systematic Review Study. *Addiction & health*, 13(2), 120–136. <https://doi.org/10.22122/ahj.v13i2.309>
- Ocampo, B. (2022). *Salud Mental y Nomofobia en Estudiantes de Medicina de la Universidad Nacional de Ucayali, 2022* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de Ucayali]. Repositorio universitario de la Universidad Nacional de Ucayali:
http://repositorio.unu.edu.pe/bitstream/handle/UNU/6013/B2_2023_UNU_MEDICINA_2023_T_BENGGI-OCAMPO_V1.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Ochoa, L., & Coaquira, H. (2021). *Dependencia al smartphone y su influencia en la personalidad y habilidades sociales en los estudiantes universitarios* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa]. Repositorio de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa: <http://hdl.handle.net/20.500.12773/13538>
- OSIPTEL (2022). Encuesta nacional de servicios de telecomunicaciones. *ERESTEL*. <https://www.osiptel.gob.pe/portal-del-usuario/noticias/osiptel-el-88-4-de-los-hogares-peruanos-cuenta-con-un-telefono-inteligente/>
- Özdemir, B., Çakir, ö., & Hussain, I. (2018). Prevalence of Nomophobia among university students: A comparative study of Pakistani and Turkish undergraduate students. *Eurasia Journal of Mathematics Science and Technology Education*, 14(4), 1-11. <https://doi.org/10.29333/ejmste/84839>
- Panesso G. y Arango, M. (2017). La autoestima, proceso humano. *Revista Electrónica Psiconex*, 9(14), 1–9. <https://revistas.udea.edu.co/index.php/Psiconex/article/view/328507>
- Park N. y Lee H. (2014). Nature of youth smartphone addiction in Korea. *J. Commun. Res.* 15, 100–132. <https://doi.org/10.22174/jcr.2014.51.1.100>
- Pfuyo, R. (2021). Autoestima según Coopersmith y rendimiento académico - COVID-19 en estudiantes Epime – Untels. *Revista Internacional de Educación y Aprendizaje*, 9(3), 269-282. <https://doi.org/10.37467/gkarevedu.v9.2989>
- Pourrazavi, S., Allahverdipour, H., Jafarabadi, M. y Matlabi, H. (2014). A socio-cognitive inquiry of excessive mobile phone use. *Asian journal of psychiatry*, 10, 84–89. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2014.02.009>
- Qutishat, M., Rathinasamy, E., Razmy, M. y Packianathan, S. (2020). University students nomophobia prevalence, sociodemographic factors and relationship with academic performance at a University in Oman. *Int J Afr Nurs Sci* 13(1), 1-6. <https://doi.org/10.1016/j.ijans.2020.100206>

- Ramírez, K. y Vargas, I. (2018). *Nomofobia y Rasgos de Personalidad en Estudiantes de una Universidad Privada de Lima Metropolitana* [Tesis de licenciatura, Universidad Ricardo Palma]. Repositorio de la Universidad Ricardo Palma. <https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14138/1922/1NOMOFobia%20Y%20RASGOS%20DE%20PERSONALIDAD%20EN%20ESTUDIANTES%20DE%20UNA%20UNIVERSIDAD%20PRIVADA%20DE%20LIMA%20METROPOLITAN.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ríos, M. (2018). Terapia racional emotiva conductual: una revisión teórica del enfoque de Albert Ellis. *Experiencias significativas en la psicología de hoy. Clínica, educación y ciudad*. 3(2), 17-36. <https://doi.org/10.35985/9789585522343.1>
- Rounsefell, K., Gibson, S., McLean, S., Blair, M., Molenaar, A., Brennan, L., Truby, H., & McCaffrey, T. A. (2020). Social media, body image and food choices in healthy young adults: A mixed methods systematic review. *Nutrition & dietetics: the journal of the Dietitians Association of Australia*, 77(1), 19–40. <https://doi.org/10.1111/1747-0080.12581>
- Sánchez, H., Reyes, C. y Mejía, K. (2018). *Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanística*. Universidad Ricardo Palma. <https://www.urp.edu.pe/pdf/id/13350/n/libro-manual-de-terminos-en-investigacion.pdf>
- Sánchez, H., y Reyes, C. (2015). *Metodología y diseños de la investigación científica*. Lima: Editorial Business Suport Aneth SRL.
- Santl, L., Brajkovic, L. y Kopilaš, V. (2022). Relationship between Nomophobia, Various Emotional Difficulties, and Distress Factors among Students. *European journal of investigation in health, psychology and education*, 12(7), 716–730. <https://doi.org/10.3390/ejihpe12070053>

- Sezer B, Atilgan SB. (2019). The dark side of smartphone usage (Nomophobia): Do we need to worry about it?. *Tip Egitimi Dnyas*, 17(54), 30-43. <https://doi.org/10.25282/ted.513988>
- Sharma, K. (2023). Effect of Nomophobia on Body Image Satisfaction and Aggression Among College Students. *Clinical Medicine And Health Research Journal*. 3(5), 547-553. <https://doi.org/10.18535/cmhrj.v3i5.233>
- Swami, V., Tran, U. S., Stieger, S., Aavik, T., Ranjbar, H. A., Adebayo, S. O., Afhami, R., Ahmed, O., Aimé, A., Akel, M., Halbusi, H. A., Alexias, G., Ali, K. F., Alpdal, N., Alsalhani, A. B., Álvares-Solas, S., Amaral, A. C. S., Andrianto, S., Aspden, T., Argyrides, M., ... Voracek, M. (2023). Body appreciation around the world: Measurement invariance of the Body Appreciation Scale-2 (BAS-2) across 65 nations, 40 languages, gender identities, and age. *Body image*, 46, 449–466. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2023.07.010>
- Thompson, K. y Schaefer, L. (2019). Cash: A multidimensional innovator in the measurement of body image; Some lessons learned and some lessons for the future of the field, 31(2), 198-203. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2019.08.006>.
- Tiggemann, M. (2012). *Sociocultural perspectives on body image, Encyclopedia of body image and human appearance*. Elsevier Academic Press.
- Universidad Cesar Vallejo (2020). *Código de ética en investigación de la universidad César Vallejo*. <https://www.ucv.edu.pe/wp-content/uploads/2020/11/RCUN%C2%B00262-2020-UCV-Aprueba-Actualizaci%C3%B3n-del-C%C3%B3digo-%C3%89tica-en-Investigaci%C3%B3n-1-1.pdf>
- Vagka, E., Gnardellis, C., Lagiou, A., & Notara, V. (2023). Nomophobia and Self-Esteem: A Cross Sectional Study in Greek University Students. *International journal of environmental research and public health*, 20(4), 1-11. <https://doi.org/10.3390/ijerph20042929>

- Vera, V. (2021). *Nomofobia y autoconcepto en estudiantes de Ingeniería de una Universidad Privada de la Ciudad de Huancayo- 2020*. Repositorio institucional de la Universidad privada los andes: <https://repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/1940>
- Vilca-Pareja, V., Luque Ruiz de Somocurcio, A., Delgado-Morales, R., & Medina Zeballos, L. (2022). Emotional Intelligence, Resilience, and Self-Esteem as Predictors of Satisfaction with Life in University Students. *International journal of environmental research and public health*, 19(24), 1-11. <https://doi.org/10.3390/ijerph192416548>
- You Z. Q., Zhang Y. R., Zhang L., Xu Y. (2019). How does self-esteem affect mobile phone addiction? The mediating role of social anxiety and interpersonal sensitivity. *Psychiatry Res.* 27(1), 526–531. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.12.040>

ANEXOS

ANEXO 01

Tabla 07

Matriz operacional de variables

VAR IAB LE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
NOMOFOBIA	La nomofobia puede ser definida como el miedo irracional o la ansiedad que siente una persona cuando no tiene acceso a su teléfono móvil o siente que está desconectada de la tecnología móvil. En otras palabras, el temor a estar sin un dispositivo de comunicación móvil y la ansiedad resultante que esto puede causar. (Yildirim y Correia, 2015).	La variable “nomofobia” fue medida por medio del Cuestionario de Nomofobia" (Nomophobia Questionnaire) instrumento de evaluación que consta de una serie de preguntas o ítems diseñados para medir la nomofobia. Cada ítem evalúa el nivel de ansiedad y el temor experimentado por un individuo en relación con la falta de acceso a su teléfono móvil o dispositivos móviles. Las respuestas de los encuestados a estos ítems se puntúan y se suman para obtener una medida cuantitativa de la gravedad de la nomofobia, variando entre 20 y 140 puntos, donde puntuaciones más altas indican niveles más elevados de nomofobia (Yildirim y Correia, 2015).	<p>1.No ser capaz de acceder a la información Dimensión enfocada en la incomodidad debido a perder el acceso a la información instantánea a través del dispositivo móvil siendo incapaz de buscarla y/o recuperarla.</p> <p>2. Renunciar a la comodidad Dimensión enfocada en la sensación de miedo e intranquilidad debido a no tener el dispositivo móvil operativo (batería, cobertura, saldo).</p> <p>3.No poder comunicarse Esta dimensión se enfoca en la sensación de ansiedad y preocupación debido a la pérdida de la comunicación</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Inquietud exacerbada (1, 3) • Irritabilidad (2, 4) <ul style="list-style-type: none"> • Preocupación excesiva (5, 6, 8) • Inquietud frente a la adversidad (7, 9) <ul style="list-style-type: none"> • Sentir ansiedad (10, 12, 13, 14, 15) 	<p>El instrumento sigue un formato tipo Likert, con una unidad de medición de 1 a 7:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Totalmente en desacuerdo = 1 • Muy en desacuerdo = 2 • Desacuerdo = 3 • Ni de acuerdo ni en desacuerdo=4 • De acuerdo = 5 • Muy de acuerdo = 6 • Totalmente de acuerdo = 7 <p>Valor final:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 99 - 75 Nomofobia severa • 70 - 50 Nomofobia moderada

			instantánea y/o no poder utilizar los servicios del dispositivo móvil para tal objetivo.	<ul style="list-style-type: none"> • Sentir preocupación (11) 	<ul style="list-style-type: none"> • 45 - 25 nomofobia leve • 20 - 01 Ausencia de nomofobia
			<p>4. Pérdida de conexión</p> <p>Esta dimensión está enfocada en la tensión desproporcionada y fobia situacional debido a la desconexión en línea de nuestro perfil digital (redes sociales).</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Sentir tensión (16, 17, 19, 20) • Sentirse raro o torpe (18, 20) 	
AUTOESTIMA	<p>La autoestima generalmente se entiende como la evaluación subjetiva y global que una persona hace de sí misma, e implica cómo se percibe a sí misma, la valoración de sus propias habilidades, su capacidad para enfrentar desafíos y su autoaceptación. (Rosenberg, citado en Ventura-León et al., 2018).</p>	<p>La variable “autoestima” fue medida a través de Escala de Autoestima de Rosenberg un cuestionario diseñado para medir el nivel de percepción del individuo sobre sí mismo y su autoevaluación. Contiene 10 afirmaciones que el encuestado debe calificar según su acuerdo o desacuerdo donde las respuestas evaluarán la percepción positiva y/o negativa que tienen los evaluados sobre sí mismos. Las respuestas de los encuestados a estos ítems se puntúan y se suman para obtener una medida cuantitativa de la gravedad de la nomofobia, con un rango de puntuación que varía de 10 a 40, donde puntuaciones más altas indican niveles más elevados de autoestima.</p>	Unidimensional	<ul style="list-style-type: none"> • Enunciados Positivos acerca de sentimientos de respeto y aceptación de sí mismo (1,3,4,6,7) • Enunciados negativos acerca de sentimientos de respeto y aceptación de sí mismo (2,5,8,9,10) 	<p>El instrumento sigue un formato tipo Likert, con una unidad de medición de 1 a 4:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Muy en desacuerdo = 1 • En desacuerdo = 2 • De acuerdo = 3 • Muy de acuerdo = 4 <p>Valor final:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 30 - 40 Autoestima elevada • 26 - 29 Autoestima media • 25 - 10 Autoestima baja

IMAGEN CORPORAL	<p>La imagen corporal puede ser definida como la representación mental y emocional que una persona tiene de su propio cuerpo, algo que se desarrolla a lo largo de la vida y puede estar influenciada por experiencias personales, sociales, culturales y mediáticas. Esta representación incluye la percepción subjetiva de su apariencia física, su tamaño, forma, peso y las sensaciones asociadas con su cuerpo (Tiggemann, 2012). Por lo que el tener una imagen corporal positiva a la apreciación y aceptación de las características y funcionalidades únicas del propio cuerpo (Tylka, 2012).</p>	<p>La variable “imagen corporal” fue medida con el Body Appreciation Scale (BAS), el cual mide la apreciación corporal, es decir la relación que las personas tienen consigo mismas, en lo que respecta a la imagen corporal, a través de tres componentes: (a) la aceptación del cuerpo independientemente del tamaño o las imperfecciones percibidas, (b) el respeto y cuidado del cuerpo a través de conductas positivas de autocuidado, y (c) la protección del cuerpo a través de la resistencia a internalizar estándares de belleza poco realistas presentados por los medios de comunicación. Contiene 13 ítems medidos en una escala que va de 1 a 5 puntos (1= nunca, 5= siempre), en la cual, un mayor puntaje indicaría niveles más altos de optimismo, autoestima y afrontamiento mediante la aceptación racional positiva y niveles más bajos perfeccionismo en la presentación personal, así como un afrontamiento mediante la evitación e insatisfacción con la imagen corporal (Ávalos et al., 2005).</p>	Unidimensional	<p>Valoración y aprecio hacia el propio cuerpo (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13)</p>	<p>El instrumento sigue un formato tipo Likert, con una unidad de medición de 1 a 5:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Nunca = 1 • Rara vez = 2 • A veces = 3 • A menudo = 4 • Siempre = 5 <p>Valor final:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 30 - 40 Autoestima elevada • 26 - 29 Autoestima media • 25 - 10 Autoestima baja
------------------------	--	--	----------------	--	--

Nota: Elaboración propia

ANEXO 02:

Tabla 08
Matriz de consistencia interna

TITULO DE INVESTIGACION: Nomofobia, Autoestima e Imagen Corporal en Alumnos de una Universidad de Trujillo, 2023						
PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	METODOLOGÍA
<p>Problema general</p> <p>¿De qué manera se relaciona la nomofobia, la autoestima y la Imagen Corporal en alumnos de una universidad de Trujillo, 2023?</p>	<p>Objetivo general</p> <ul style="list-style-type: none"> Determinar el vínculo entre nomofobia, la Autoestima y la Imagen Corporal en alumnos de una universidad de Trujillo, 2023. <p>Objetivos El principal</p> <ul style="list-style-type: none"> Identificar el nivel de N presente en los alumnos de una universidad de Trujillo, 2023. Evaluar el nivel de AU en los alumnos de una universidad de Trujillo, 2023. Analizar el nivel de IC en los alumnos de una universidad de Trujillo, 2023. Determinar la relación de la AU con las dimensiones de N, Determinar la relación de la IC con las dimensiones N en los alumnos de una universidad de Trujillo, 2023. 	<p>Hipótesis general</p> <ul style="list-style-type: none"> H1: Existe relación entre la N, la AU y la IC en alumnos de una universidad de Trujillo, 2023. <p>Hipótesis específicas</p> <ul style="list-style-type: none"> H2: Existe relación entre los la AU con las dimensiones de N en alumnos de una universidad de Trujillo, 2023. H3: Existe relación entre IC con las dimensiones de N en alumnos de una universidad de Trujillo, 2023 	<p>Variable 01</p> <p>Nomofobia (N)</p>	<ul style="list-style-type: none"> No ser capaz de acceder a la información Renunciar a la comodidad No poder comunicarse Pérdida de conexión 	<ul style="list-style-type: none"> Malestar de perder el acceso a la información mediante el celular. Preocupación excesiva e inquietud frente a la imposibilidad de usar el celular Inquietud e irritabilidad exacerbada por no poder comunicarse Tensión y nerviosismo por no estar conectado 	<p>Tipo de investigación</p> <p>Investigación básica</p> <p>Diseño de investigación</p> <p>No experimental-correlacional</p> <p>Enfoque</p> <p>Cualitativo</p> <p>Población</p> <p>La población abarco 620 estudiantes universitarios mayores de 18 años, pertenecientes al semestre académico 2023–II de la carrera de psicología de una universidad de Trujillo.</p> <p>La muestra se conformó por 241 alumnos de psicología excluyendo a los alumnos que no cumplieron con los criterios de inclusión.</p>
			<p>Variable 02</p> <p>Autoestima (AU)</p>	<p>Unidimensional</p>	<ul style="list-style-type: none"> Enunciados Positivos acerca de sentimientos de respeto y aceptación de sí mismo Enunciados negativos acerca de sentimientos de respeto y aceptación de sí mismo 	
			<p>Variable 03</p> <p>Imagen Corporal (IC)</p>	<p>Unidimensional</p>	<ul style="list-style-type: none"> La aceptación del cuerpo independientemente del tamaño o las imperfecciones percibidas, El respeto y cuidado del cuerpo a través de conductas positivas de autocuidado. La protección del cuerpo a través de la resistencia a internalizar estándares de belleza poco realistas. 	

Nota: Elaboración propia

ANEXO 03

CUESTIONARIO DE NOMOFOBIA (NMP-Q) (Yildirim y Correia (2014))

Aquí tiene algunas preguntas sobre el modo como usted interactúa con su teléfono celular. Por favor indique cuan de acuerdo o en desacuerdo esta con cada declaración colocando una x debajo de cada alternativa según corresponda a su respuesta.

En relación con tu teléfono celular...	Totalmente en desacuerdo				Totalmente de acuerdo			
	1	2	3	4	5	6	7	
1. Me sentiría incómodo si no pudiera acceder rápidamente a la información a través de mi celular.								
2. Me molestaría si no pudiera consultar información a través de mi celular cuando quisiera.								
3. Me pondría nervioso/a si no pudiera acceder a las noticias (p. ej. sucesos, predicción meteorológica, etc.) a través de mi teléfono celular.								
4. Me molestaría si no pudiera utilizar mi teléfono celular y/o sus aplicaciones cuando quisiera.								
5. Me daría miedo si mi teléfono celular se quedase sin batería.								
6. Entraría en pánico si estuviera a punto de quedarme sin saldo o de alcanzar mi límite de gasto mensual (megas).								
7. Si me quedara sin señal de cobertura de datos o no pudiera conectarme al wifi, estaría comprobando constantemente si he recuperado la señal o logro encontrar una red.								
8. Si no pudiera utilizar mi teléfono celular, tendría miedo de quedarme tirado/a en alguna parte.								
9. Si no pudiera consultar mi teléfono celular durante un rato, sentiría deseos de hacerlo.								
Si no tuviera mi celular conmigo...	Muy en desacuerdo				Muy de acuerdo			
	1	2	3	4	5	6	7	
10. Me inquietaría por no poder comunicarme al momento con mi familia y/o amigos.								
11. Me preocuparía porque mi familia y/o amigos no podrían contactar conmigo.								
12. Me pondría nervioso/a por no poder recibir mensajes de texto ni llamadas.								
13. Estaría inquieto por no poder mantenerme en contacto con mi familia y/o amigos.								
14. Me pondría nervioso/a por no poder saber si alguien ha intentado contactar conmigo.								
15. Me inquietaría haber dejado de estar constantemente en contacto con mi familia y/o amigos.								
16. Me pondría nervioso/a por estar desconectado/a de mi identidad virtual.								
17. Me sentiría mal por no poder mantenerme al día de lo que ocurre en los medios de comunicación y redes sociales.								
18. Me sentiría incómodo/a por no poder consultar las notificaciones sobre mis conexiones y redes virtuales.								
19. Me agobiaría por no poder comprobar si tengo nuevos mensajes de correo electrónico.								
20. Me sentiría raro/a porque no sabría qué hacer.								

ANEXO 04

ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSENBERG (EAR)(Rosenberg, 1965)

Por favor, lea las frases que figuran a continuación y señale el nivel de acuerdo o desacuerdo que tienes con cada una de ellas, marcando con un aspa la alternativa elegida.

Muy en desacuerdo = 1	En desacuerdo = 2	De acuerdo = 3	Muy de acuerdo = 4
------------------------------	--------------------------	-----------------------	---------------------------

ÍTEMS	1	2	3	4
1. Me siento una persona tan valiosa como las otras.				
2. Casi siempre pienso que soy un fracaso.				
3. Creo que tengo algunas cualidades buenas.				
4. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como los demás.				
5. Pienso que no tengo mucho de lo que estar orgulloso.				
6. Tengo una actitud positiva hacia mí mismo.				
7. Casi siempre me siento bien conmigo mismo.				
8. Me gustaría tener más respeto por mí mismo.				
9. Realmente me siento inútil en algunas ocasiones.				
10. A veces pienso que no sirvo para nada.				

ANEXO 05

BODY APPRECIATION SCALE (BAS)(Avalos, Tylka, y Wood-Barcalow, 2005)

Por favor, indique si la frase es cierta en su caso

Nunca = 1	Rara vez = 2	A veces = 3	A menudo = 4	Siempre = 5
-----------	--------------	-------------	--------------	-------------

ÍTEMS	1	2	3	4	5
1. Respeto mi cuerpo.					
2. Me siento bien con mi cuerpo.					
3. En general estoy satisfecho/satisfecha con mi cuerpo.					
4. A pesar de sus defectos, acepto mi cuerpo tal como es.					
5. Siento que mi cuerpo tiene al menos algunas buenas cualidades.					
6. Tengo una actitud positiva hacia mi cuerpo.					
7. Estoy atento/atenta a las necesidades de mi cuerpo.					
8. Mi autovaloración es independiente de la forma.					
9. No pierdo mucho tiempo en preocuparme por la forma y el peso de mi cuerpo.					
10. Mis sentimientos hacia mi cuerpo son positivos en su mayoría.					
11. Tengo hábitos sanos para cuidar mi cuerpo.					
12. No dejo que imágenes irreales de mujeres/hombres que aparecen en los medios afecten las actitudes que tengo hacia mi cuerpo.					
13. Aun con mis defectos me gusta mi cuerpo.					

ANEXO 06

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Por medio del presente documento declaro que se me ha brindado información para la participación en la investigación titulada Nomofobia, Autoestima e Imagen Corporal en Alumnos de una Universidad de Trujillo, 2023 que tiene como objetivo examinar la relación entre la nomofobia, la autoestima y la imagen corporal en estudiantes de una universidad en Trujillo. Elaborada por la Psic. Melissa E. Carré Elías, estudiante del programa de postgrado de Psicología de la UCV – Trujillo. Se me explico que mi participación consistirá en desarrollar los instrumentos según mi criterio y que toda la información recopilada será tratada de manera confidencial.

Conforme a eso, acepto participar en la investigación de manera voluntaria.

Firma del participante

ANEXO 07

TABLA 09

Jueces expertos que participaron en el análisis de evidencias de validez de contenido

Nombre del juez validador	Colegiatura	Especialidad
Dra. Sandra Sofía Izquierdo Marín	C.Ps.P. 14219	Dra. en psicología con especialidad en psicología e investigación, con 12 años de experiencia en psicología clínica y educativa. Cuenta con más de 5 años de experiencia en investigación psicométrica.
Mg. Martha Linda Sotelo Sánchez	C.Ps.P. 2563	Mg. en administración con mención en recursos humanos, con más de 30 años de experiencia en el área clínica, educativa y organizacional. Cuenta con más de 5 años de experiencia en investigación psicométrica.
Mg. Luz Elena Cabanillas Tarazona	C.Ps.P. 9869	Mg. en neuropsicología, con más de 20 años de experiencia en psicología clínica. Cuenta con más de 2 años de experiencia en investigación psicométrica.
Dra. Lina Iris Palacios Serna	C.Ps.P. 9863	Dra. en psicología, con 18 años de experiencia en docencia, en el sector educativo y clínico. Cuenta con más de 4 años de experiencia en investigación psicométrica
Mg. Ángela Domínguez Vergara	C.Ps.P. 13733	Mg. en psicología clínica, con más de 15 años de experiencia en docencia y en el área clínica. Cuenta con más de 5 años de experiencia en investigación psicométrica.

Nota: C.Ps.P = Colegio de psicólogos del Perú; elaboración propia

ANEXO 08

Evaluación por juicio de expertos

Evidencia de validez de contenido del Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q) (Juez 1)

ITEMS Y DIMENSIONES: CUESTIONARIO DE NOMOFOBIA (NMP-Q)					
DIMENSIONES	ITEMS	PERTINENCIA ¹	REELEVANCIA ²	CLARIDAD ³	OBSERVACIONES
PRIMERA DIMENSION: No ser capaz de acceder a la información	1. Me sentiría mal si no pudiera acceder rápidamente a la información a través de mi celular.	4	4	4	
	2. Me frustraría si no pudiera consultar información a través de mi celular cuando quisiera.	4	4	4	
	3. Me pondría nervioso/a si no pudiera acceder a las noticias (p. ej. sucesos, predicción meteorológica, etc.) a través de mi teléfono celular.	4	4	4	
	4. Me molestaría si no pudiera utilizar mi celular y/o sus aplicaciones cuando quisiera.	4	4	4	
SEGUNDA DIMENSION: Renunciar a la comodidad	5. Me daría miedo si mi celular se quedase sin batería.	4	4	4	
	6. Entraría en pánico si estuviera a punto de quedarme sin saldo o de alcanzar mi límite de "megas"	4	4	4	
	7. Si me quedara sin señal de datos o no pudiera conectarme a una red Wifi, estaría comprobando constantemente si he recuperado la señal o logro encontrar una red.	4	4	4	
	8. Si no pudiera utilizar mi teléfono celular, tendría miedo de quedarme tirado/a en alguna parte	4	4	4	
	9. Si no pudiera consultar mi teléfono celular durante un rato, sentiría deseos de hacerlo.	4	4	4	
TERCERA DIMENSION: No poder comunicarse	10. Si no tuviera mi celular conmigo, me inquietaría no poder comunicarme al momento con mi familia y/o amigos.	4	4	4	
	11. Si no tuviera mi celular conmigo, me preocuparía porque mi familia y/o amigos no podrían contactar conmigo.	4	4	4	
	12. Si no tuviera mi celular conmigo, me pondría nervioso/a por no poder recibir mensajes de texto ni llamadas	4	4	4	
	13. Si no tuviera mi celular conmigo, estaría inquieto por no poder mantenerme en contacto con mi familia y/o amigos.	4	4	4	
	14. Si no tuviera mi celular conmigo, me pondría nervioso/a no poder saber si alguien ha intentado contactar conmigo.	4	4	4	
	15. Si no tuviera mi celular conmigo, me inquietaría haber dejado de estar constantemente en contacto con mi familia y/o amigos.	4	4	4	
CUARTA DIMENSION: Pérdida de conexión	16. Si no tuviera mi celular conmigo, me pondría nervioso/a por estar desconectado/a de mi identidad virtual.	4	4	4	
	17. Si no tuviera mi celular conmigo, me sentiría mal por no poder mantenerme al día de lo que ocurre en los medios de comunicación y redes sociales.	4	4	4	

18. Si no tuviera mi celular conmigo, me sentiría incómodo/a por no poder consultar las notificaciones sobre mis conexiones y redes virtuales.	4	4	4	
19. Si no tuviera mi celular conmigo, me agobiaría por no poder comprobar si tengo nuevos mensajes de correo electrónico.	4	4	4	
20. Si no tuviera mi celular conmigo, me sentiría raro/a porque no sabría qué hacer.	4	4	4	

Observaciones (precisar si hay suficiencia) : _____

Opinión de aplicabilidad : Aplicable [] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador : Ingeniero Maon Sandra Sofía

Especialidad del validador : Docente de Investigación

15 de noviembre del 2023

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde con la dimensión o indicador que está midiendo

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión


Firma del experto validador

ANEXO 09

Evaluación por juicio de expertos

Evidencia de validez de contenido del Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q) (Juez 2)

ITEMS Y DIMENSIONES: CUESTIONARIO DE NOMOFOBIA (NMP-Q)					
DIMENSIONES	ITEMS	PERTINENCIA ¹	REELEVANCIA ²	CLARIDAD ³	OBSERVACIONES
PRIMERA DIMENSION: No ser capaz de acceder a la información	1. Me sentiría mal si no pudiera acceder rápidamente a la información a través de mi celular.	4	4	4	
	2. Me frustraría si no pudiera consultar información a través de mi celular cuando quisiera.	4	4	4	
	3. Me pondría nervioso/a si no pudiera acceder a las noticias (p. ej. sucesos, predicción meteorológica, etc.) a través de mi teléfono celular.	4	4	4	
	4. Me molestaría si no pudiera utilizar mi celular y/o sus aplicaciones cuando quisiera.	4	4	4	
SEGUNDA DIMENSION: Renunciar a la comodidad	5. Me daría miedo si mi celular se quedase sin batería.	4	4	4	
	6. Entraría en pánico si estuviera a punto de quedarme sin saldo o de alcanzar mi límite de "megas"	4	4	4	
	7. Si me quedara sin señal de datos o no pudiera conectarme a una red Wifi, estaría comprobando constantemente si he recuperado la señal o logro encontrar una red.	4	4	4	
	8. Si no pudiera utilizar mi teléfono celular, tendría miedo de quedarme tirado/a en alguna parte	4	4	4	
	9. Si no pudiera consultar mi teléfono celular durante un rato, sentiría deseos de hacerlo.	4	4	4	
TERCERA DIMENSION: No poder comunicarse	10. Si no tuviera mi celular conmigo, me inquietaría no poder comunicarme al momento con mi familia y/o amigos.	4	4	4	
	11. Si no tuviera mi celular conmigo, me preocuparía porque mi familia y/o amigos no podrían contactar conmigo.	4	4	4	
	12. Si no tuviera mi celular conmigo, me pondría nervioso/a por no poder recibir mensajes de texto ni llamadas	4	4	4	
	13. Si no tuviera mi celular conmigo, estaría inquieto por no poder mantenerme en contacto con mi familia y/o amigos.	4	4	4	
	14. Si no tuviera mi celular conmigo, me pondría nervioso/a no poder saber si alguien ha intentado contactar conmigo.	4	4	4	
	15. Si no tuviera mi celular conmigo, me inquietaría haber dejado de estar constantemente en contacto con mi familia y/o amigos.	4	4	4	
CUARTA DIMENSION: Pérdida de conexión	16. Si no tuviera mi celular conmigo, me pondría nervioso/a por estar desconectado/a de mi identidad virtual.	4	4	4	
	17. Si no tuviera mi celular conmigo, me sentiría mal por no poder mantenerme al día de lo que ocurre en los medios de comunicación y redes sociales.	4	4	4	

18. Si no tuviera mi celular conmigo, me sentiría incómodo/a por no poder consultar las notificaciones sobre mis conexiones y redes virtuales.	4	4	4	
19. Si no tuviera mi celular conmigo, me agobiaría por no poder comprobar si tengo nuevos mensajes de correo electrónico.	4	4	4	
20. Si no tuviera mi celular conmigo, me sentiría raro/a porque no sabría qué hacer.	4	4	4	

Observaciones (precisar si hay suficiencia) : Suficiencia

Opinión de aplicabilidad : Aplicable Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador : Sotelo Sánchez Martha Linda

Especialidad del validador : Psicóloga

15 de noviembre del 2023

¹Pertinencia: El ítem corresponde con la dimensión o indicador que está midiendo

²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión


Firma del experto/validador

ANEXO 10

Evaluación por juicio de expertos

Evidencia de validez de contenido del Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q) (Juez 3)

ITEMS Y DIMENSIONES: CUESTIONARIO DE NOMOFOBIA (NMP-Q)

DIMENSIONES	ITEMS	PERTINENCIA ¹	REELEVANCIA ²	CLARIDAD ³	OBSERVACIONES
PRIMERA DIMENSION: No ser capaz de acceder a la información	1. Me sentiría mal si no pudiera acceder rápidamente a la información a través de mi celular.	4	4	4	
	2. Me frustraría si no pudiera consultar información a través de mi celular cuando quisiera.	4	4	4	
	3. Me pondría nervioso/a si no pudiera acceder a las noticias (p. ej. sucesos, predicción meteorológica, etc.) a través de mi teléfono celular.	4	4	4	
	4. Me molestaría si no pudiera utilizar mi celular y/o sus aplicaciones cuando quisiera.	4	4	4	
SEGUNDA DIMENSION: Renunciar a la comodidad	5. Me daría miedo si mi celular se quedase sin batería.	4	4	4	
	6. Entraría en pánico si estuviera a punto de quedarme sin saldo o de alcanzar mi límite de "megas"	4	4	4	
	7. Si me quedara sin señal de datos o no pudiera conectarme a una red Wifi, estaría comprobando constantemente si he recuperado la señal o logro encontrar una red.	4	4	4	
	8. Si no pudiera utilizar mi teléfono celular, tendría miedo de quedarme tirado/a en alguna parte	4	4	4	
	9. Si no pudiera consultar mi teléfono celular durante un rato, sentiría deseos de hacerlo.	4	4	4	
TERCERA DIMENSION: No poder comunicarse	10. Si no tuviera mi celular conmigo, me inquietaría no poder comunicarme al momento con mi familia y/o amigos.	4	4	4	
	11. Si no tuviera mi celular conmigo, me preocuparía porque mi familia y/o amigos no podrían contactar conmigo.	4	4	4	
	12. Si no tuviera mi celular conmigo, me pondría nervioso/a por no poder recibir mensajes de texto ni llamadas	4	4	4	
	13. Si no tuviera mi celular conmigo, estaría inquieto por no poder mantenerme en contacto con mi familia y/o amigos.	4	4	4	
	14. Si no tuviera mi celular conmigo, me pondría nervioso/a por no poder saber si alguien ha intentado contactar conmigo.	4	4	4	
CUARTA DIMENSION: Pérdida de conexión	15. Si no tuviera mi celular conmigo, me inquietaría haber dejado de estar constantemente en contacto con mi familia y/o amigos.	4	4	4	
	16. Si no tuviera mi celular conmigo, me pondría nervioso/a por estar desconectado/a de mi identidad virtual.	4	4	4	
	17. Si no tuviera mi celular conmigo, me sentiría mal por no poder mantenerme al día de lo que ocurre en los medios de comunicación y redes sociales.	4	4	4	

18. Si no tuviera mi celular conmigo, me sentiría incómodo/a por no poder consultar las notificaciones sobre mis conexiones y redes virtuales.	4	4	4	
19. Si no tuviera mi celular conmigo, me agobiaría por no poder comprobar si tengo nuevos mensajes de correo electrónico.	4	4	4	
20. Si no tuviera mi celular conmigo, me sentiría raro/a porque no sabría qué hacer.	4	4	4	

Observaciones (precisar si hay suficiencia) : _____

Opinión de aplicabilidad : Aplicable [] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador : Caballero Carazona Elena

Especialidad del validador : Neuropsicología

15 de noviembre del 2023

¹Pertinencia: El ítem corresponde con la dimensión o indicador que está midiendo

²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión


Firma del experto validador

ANEXO 11

Evaluación por juicio de expertos

Evidencia de validez de contenido del Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q) (Juez 4)

ITEMS Y DIMENSIONES: CUESTIONARIO DE NOMOFOBIA (NMP-Q)

DIMENSIONES	ITEMS	PERTINENCIA ¹	REELEVANCIA ²	CLARIDAD ³	OBSERVACIONES
PRIMERA DIMENSION: No ser capaz de acceder a la información	1. Me sentiría mal si no pudiera acceder rápidamente a la información a través de mi celular.	4	4	4	
	2. Me frustraría si no pudiera consultar información a través de mi celular cuando quisiera.	4	4	4	
	3. Me pondría nervioso/a si no pudiera acceder a las noticias (p. ej. sucesos, predicción meteorológica, etc.) a través de mi teléfono celular.	4	4	4	
	4. Me molestaría si no pudiera utilizar mi celular y/o sus aplicaciones cuando quisiera.	4	4	4	
SEGUNDA DIMENSION: Renunciar a la comodidad	5. Me daría miedo si mi celular se quedase sin batería.	4	4	4	
	6. Entraría en pánico si estuviera a punto de quedarme sin saldo o de alcanzar mi límite de "megas"	4	4	4	
	7. Si me quedara sin señal de datos o no pudiera conectarme a una red Wifi, estaría comprobando constantemente si he recuperado la señal o logro encontrar una red.	4	4	4	
	8. Si no pudiera utilizar mi teléfono celular, tendría miedo de quedarme tirado/a en alguna parte	4	4	4	
	9. Si no pudiera consultar mi teléfono celular durante un rato, sentiría deseos de hacerlo.	4	4	4	
TERCERA DIMENSION: No poder comunicarse	10. Si no tuviera mi celular conmigo, me inquietaría no poder comunicarme al momento con mi familia y/o amigos.	4	4	4	
	11. Si no tuviera mi celular conmigo, me preocuparía porque mi familia y/o amigos no podrían contactar conmigo.	4	4	4	
	12. Si no tuviera mi celular conmigo, me pondría nervioso/a por no poder recibir mensajes de texto ni llamadas	4	4	4	
	13. Si no tuviera mi celular conmigo, estaría inquieto por no poder mantenerme en contacto con mi familia y/o amigos.	4	4	4	
	14. Si no tuviera mi celular conmigo, me pondría nervioso/a no poder saber si alguien ha intentado contactar conmigo.	4	4	4	
	15. Si no tuviera mi celular conmigo, me inquietaría haber dejado de estar constantemente en contacto con mi familia y/o amigos.	4	4	4	
CUARTA DIMENSION: Pérdida de conexión	16. Si no tuviera mi celular conmigo, me pondría nervioso/a por estar desconectado/a de mi identidad virtual.	4	4	4	
	17. Si no tuviera mi celular conmigo, me sentiría mal por no poder mantenerme al día de lo que ocurre en los medios de comunicación y redes sociales.	4	4	4	

	18. Si no tuviera mi celular conmigo, me sentiría incómodo/a por no poder consultar las notificaciones sobre mis conexiones y redes virtuales.	4	4	4	
	19. Si no tuviera mi celular conmigo, me agobiaría por no poder comprobar si tengo nuevos mensajes de correo electrónico.	4	4	4	
	20. Si no tuviera mi celular conmigo, me sentiría raro/a porque no sabría qué hacer.	4	4	4	

Observaciones (precisar si hay suficiencia) : _____

Opinión de aplicabilidad : Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador : Lina Iris Palacio Serna

Especialidad del validador : Psicóloga - Investigador

15 de noviembre del 2023

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde con la dimensión o indicador que está midiendo

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión



 Firma del experto validador

ANEXO 12

Evaluación por juicio de expertos

Evidencia de validez de contenido del Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q) (Juez 5)

.ITEMS Y DIMENSIONES: CUESTIONARIO DE NOMOFOBIA (NMP-Q)

DIMENSIONES	ITEMS	PERTINENCIA ¹	REELEVANCIA ²	CLARIDAD ³	OBSERVACIONES
PRIMERA DIMENSION: No ser capaz de acceder a la información	1. Me sentiría mal si no pudiera acceder rápidamente a la información a través de mi celular.	4	4	4	
	2. Me frustraría si no pudiera consultar información a través de mi celular cuando quisiera.	4	4	4	
	3. Me pondría nervioso/a si no pudiera acceder a las noticias (p. ej. sucesos, predicción meteorológica, etc.) a través de mi teléfono celular.	4	4	4	
	4. Me molestaría si no pudiera utilizar mi celular y/o sus aplicaciones cuando quisiera.	4	4	4	
SEGUNDA DIMENSION: Renunciar a la comodidad	5. Me daría miedo si mi celular se quedase sin batería.	4	4	4	
	6. Entraría en pánico si estuviera a punto de quedarme sin saldo o de alcanzar mi límite de "megas"	4	4	4	
	7. Si me quedara sin señal de datos o no pudiera conectarme a una red Wifi, estaría comprobando constantemente si he recuperado la señal o logro encontrar una red.	4	4	4	
	8. Si no pudiera utilizar mi teléfono celular, tendría miedo de quedarme tirado/a en alguna parte	4	4	4	
	9. Si no pudiera consultar mi teléfono celular durante un rato, sentiría deseos de hacerlo.	4	4	4	
TERCERA DIMENSION: No poder comunicarse	10. Si no tuviera mi celular conmigo, me inquietaría no poder comunicarme al momento con mi familia y/o amigos.	4	4	4	
	11. Si no tuviera mi celular conmigo, me preocuparía porque mi familia y/o amigos no podrían contactar conmigo.	4	4	4	
	12. Si no tuviera mi celular conmigo, me pondría nervioso/a por no poder recibir mensajes de texto ni llamadas	4	4	4	
	13. Si no tuviera mi celular conmigo, estaría inquieto por no poder mantenerme en contacto con mi familia y/o amigos.	4	4	4	
	14. Si no tuviera mi celular conmigo, me pondría nervioso/a por no poder saber si alguien ha intentado contactar conmigo.	4	4	4	
CUARTA DIMENSION: Pérdida de conexión	15. Si no tuviera mi celular conmigo, me inquietaría haber dejado de estar constantemente en contacto con mi familia y/o amigos.	4	4	4	
	16. Si no tuviera mi celular conmigo, me pondría nervioso/a por estar desconectado/a de mi identidad virtual.	4	4	4	
	17. Si no tuviera mi celular conmigo, me sentiría mal por no poder mantenerme al día de lo que ocurre en los medios de comunicación y redes sociales.	4	4	4	

18. Si no tuviera mi celular conmigo, me sentiría incómodo/a por no poder consultar las notificaciones sobre mis conexiones y redes virtuales.	4	4	4	
19. Si no tuviera mi celular conmigo, me agobiaría por no poder comprobar si tengo nuevos mensajes de correo electrónico.	4	4	4	
20. Si no tuviera mi celular conmigo, me sentiría raro/a porque no sabría qué hacer.	4	4	4	

Observaciones (precisar si hay suficiencia) : _____

Opinión de aplicabilidad : Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador : Domínguez Vergara, Ángela Benita

Especialidad del validador : Investigación psicométrica y asesoría de tesis

15 de noviembre del 2023

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde con la dimensión o indicador que está midiendo

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión



 Firma del experto validador

ANEXO 13

Evaluación por juicio de expertos

Evidencia de validez de contenido de la Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR) (Juez 1)

ITÉMS Y DIMENSIONES: ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSENBER

DIMENSIONES	ITEMS	PERTINENCIA ¹	REELEVANCIA ²	CLARIDAD ³	OBSERVACIONES	
UNIDIMENSIONAL	Indicadores Positivos	1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.	4	4	4	
		2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.	4	4	4	
		3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.	4	4	4	
		4. Tengo una actitud positiva hacia mí mismo/a.	4	4	4	
		5. En general estoy satisfecho/a de mí mismo/a	4	4	4	
	Indicadores Negativos	6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a	4	4	4	
		7. En general me inclino a pensar que soy un fracasado/a	4	4	4	
		8. Me gustaría poder sentir más respeto por mí mismo.	4	4	4	
		9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.	4	4	4	
		10. A veces creo que no soy buena persona.	4	4	4	

Observaciones (precisar si hay suficiencia) : _____

Opinión de aplicabilidad : Aplicable [] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador : Esquivel Main Sandra Sofia

Especialidad del validador : Docente Investigador

15 de noviembre del 2023

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde con la dimensión o indicador que está midiendo

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión



Firma del experto validador

ANEXO 14

Evaluación por juicio de expertos

Evidencia de validez de contenido de la Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR) (Juez 2)

!. ÍTEMS Y DIMENSIONES: ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSENBER

DIMENSIONES	ITEMS	PERTINENCIA ¹	REELEVANCIA ²	CLARIDAD ³	OBSERVACIONES	
UNIDIMENCIONAL	Indicadores Positivos	1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.	4	4	4	
		2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.	4	4	4	
		3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.	4	4	4	
		4. Tengo una actitud positiva hacia mí mismo/a.	4	4	4	
		5. En general estoy satisfecho/a de mí mismo/a	4	4	4	
	Indicadores Negativos	6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a	4	4	4	
		7. En general me inclino a pensar que soy un fracasado/a	4	4	4	
		8. Me gustaría poder sentir más respeto por mí mismo.	4	4	4	
		9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.	4	4	4	
		10. A veces creo que no soy buena persona.	4	4	4	

Observaciones (precisar si hay suficiencia) : Suficiencia

Opinión de aplicabilidad : Aplicable [] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador : Sotelo Sánchez Martha Linda

Especialidad del validador : Psicóloga

15 de noviembre del 2023

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde con la dimensión o indicador que está midiendo

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión



Firma del experto validador

ANEXO 15

Evaluación por juicio de expertos

Evidencia de validez de contenido de la Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR) (Juez 3)

ITEMS Y DIMENSIONES: ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSENBER

DIMENSIONES	ITEMS	PERTINENCIA ¹	REELEVANCIA ²	CLARIDAD ³	OBSERVACIONES	
UNIDIMENSIONAL	Indicadores Positivos	1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.	4	4	4	
		2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.	4	4	4	
		3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.	4	4	4	
		4. Tengo una actitud positiva hacia mí mismo/a.	4	4	4	
		5. En general estoy satisfecho/a de mí mismo/a	4	4	4	
	Indicadores Negativos	6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a	4	4	4	
		7. En general me inclino a pensar que soy un fracasado/a	4	4	4	
		8. Me gustaría poder sentir más respeto por mí mismo.	4	4	4	
		9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.	4	4	4	
		10. A veces creo que no soy buena persona.	4	4	4	

Observaciones (precisar si hay suficiencia) : _____

Opinión de aplicabilidad : Aplicable [] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador : Cabanillas Barayona Elena

Especialidad del validador : Neuropsicología

15 de noviembre del 2023

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde con la dimensión o indicador que está midiendo

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

A handwritten signature in blue ink, consisting of several loops and a long horizontal stroke, positioned above a horizontal line.

Firma del experto validador

ANEXO 16

Evaluación por juicio de expertos

Evidencia de validez de contenido de la Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR) (Juez 4)

ÍTEMS Y DIMENSIONES: ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSENBER

DIMENSIONES	ITEMS	PERTINENCIA ¹	REELEVANCIA ²	CLARIDAD ³	OBSERVACIONES	
UNIDIMENCIONAL	Indicadores Positivos	1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.	4	4	4	
		2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.	4	4	4	
		3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.	4	4	4	
		4. Tengo una actitud positiva hacia mí mismo/a.	4	4	4	
		5. En general estoy satisfecho/a de mí mismo/a	4	4	4	
	Indicadores Negativos	6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a	4	4	4	
		7. En general me inclino a pensar que soy un fracasado/a	4	4	4	
		8. Me gustaría poder sentir más respeto por mí mismo.	4	4	4	
		9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.	4	4	4	
		10. A veces creo que no soy buena persona.	4	4	4	

Observaciones (precisar si hay suficiencia) : 1

Opinión de aplicabilidad : Aplicable [] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador : Palacios Serna Lina Iris

Especialidad del validador : Psicóloga - Investigador

15 de noviembre del 2023

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde con la dimensión o indicador que está midiendo

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión



Firma del experto validador

ANEXO 17

Evaluación por juicio de expertos

Evidencia de validez de contenido de la Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR) (Juez 5)

ITEMS Y DIMENSIONES: ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSENBER

DIMENSIONES	ITEMS	PERTINENCIA ¹	REELEVANCIA ²	CLARIDAD ³	OBSERVACIONES	
UNIDIMENSIONAL	Indicadores Positivos	1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.	4	4	4	
		2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.	4	4	4	
		3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.	4	4	4	
		4. Tengo una actitud positiva hacia mí mismo/a.	4	4	4	
		5. En general estoy satisfecho/a de mí mismo/a	4	4	4	
	Indicadores Negativos	6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a	4	4	4	
		7. En general me inclino a pensar que soy un fracasado/a	4	4	4	
		8. Me gustaría poder sentir más respeto por mí mismo.	4	4	4	
		9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.	4	4	4	
		10. A veces creo que no soy buena persona.	4	4	4	

Observaciones (precisar si hay suficiencia) : _____

Opinión de aplicabilidad : Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador : Domínguez Vergara, Ángela Benita

Especialidad del validador : Investigación psicométrica y asesoría de tesis

15 de noviembre del 2023

¹Pertinencia: El ítem corresponde con la dimensión o indicador que está midiendo

²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión



Firma del experto validador

ANEXO 18

Evaluación por juicio de expertos

Evidencia de validez de contenido del Body appreciation scale (BAS) (Juez 1)

ITEMS Y DIMENSIONES: BODY APPRECIATION SCALE (BAS)

DIMENSIONES	ITEMS	PERTINENCIA ¹	REELEVANCIA ²	CLARIDAD ³	OBSERVACIONES
UNIDIMENSIONAL	1. Respeto mi cuerpo.	4	4	4	
	2. Me siento bien con mi cuerpo.	4	4	4	
	3. En general estoy satisfecho/satisfecha con mi cuerpo.	4	4	4	
	4. A pesar de los defectos, acepto mi cuerpo tal como es.	4	4	4	
	5. Siento que mi cuerpo tiene al menos algunas buenas cualidades.	4	4	4	
	6. Tengo una actitud positiva hacia mi cuerpo.	4	4	4	
	7. Estoy atento/atenta a las necesidades de mi cuerpo.	4	4	4	
	8. Mi autovaloración es independiente de la forma.	4	4	4	
	9. No pierdo mucho tiempo en preocuparme por la forma y el peso de mi cuerpo.	4	4	4	
	10. Mis sentimientos hacia mi cuerpo son positivos en su mayoría.	4	4	4	
	11. Tengo hábitos sanos para cuidar mi cuerpo.	4	4	4	
	12. No dejo que imágenes irreales de mujeres/hombres que aparecen en los medios afecten las actitudes que tengo hacia mi cuerpo.	4	4	4	
	13. Aun con mis defectos me gusta mi cuerpo.	4	4	4	

Observaciones (precisar si hay suficiencia) : _____

Opinión de aplicabilidad : Aplicable [] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador : Izquierdo Alan Sandra Sof. 9

Especialidad del validador : Docente Investigador

15 de noviembre del 2023

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde con la dimensión o indicador que está midiendo.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

A handwritten signature in blue ink, reading "Sandra P. Mass", written over a horizontal line.

Firma del experto validador

ANEXO 19

Evaluación por juicio de expertos

Evidencia de validez de contenido del Body appreciation scale (BAS) (Juez 2)

ITEMS Y DIMENSIONES: BODY APPRECIATION SCALE (BAS)

DIMENSIONES	ITEMS	PERTINENCIA ¹	REELEVANCIA ²	CLARIDAD ³	OBSERVACIONES
UNIDIMENSIONAL	1. Respeto mi cuerpo.	4	4	4	
	2. Me siento bien con mi cuerpo.	4	4	4	
	3. En general estoy satisfecho/satisfecha con mi cuerpo.	4	4	4	
	4. A pesar de los defectos, acepto mi cuerpo tal como es.	4	4	4	
	5. Siento que mi cuerpo tiene al menos algunas buenas cualidades.	4	4	4	
	6. Tengo una actitud positiva hacia mi cuerpo.	4	4	4	
	7. Estoy atento/atenta a las necesidades de mi cuerpo.	4	4	4	
	8. Mi autovaloración es independiente de la forma.	4	4	4	
	9. No pierdo mucho tiempo en preocuparme por la forma y el peso de mi cuerpo.	4	4	4	
	10. Mis sentimientos hacia mi cuerpo son positivos en su mayoría.	4	4	4	
	11. Tengo hábitos sanos para cuidar mi cuerpo.	4	4	4	
	12. No dejo que imágenes irreales de mujeres/hombres que aparecen en los medios afecten las actitudes que tengo hacia mi cuerpo.	4	4	4	
	13. Aun con mis defectos me gusta mi cuerpo.	4	4	4	

Observaciones (precisar si hay suficiencia) : Suficiencia

Opinión de aplicabilidad : Aplicable Aplicable después de corregir No aplicable

Apellidos y nombres del juez validador : Sotelo Sánchez Martha Linda

Especialidad del validador : Psicóloga

15 de noviembre del 2023

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde con la dimensión o indicador que está midiendo.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión



Firma del experto validador

ANEXO 20

Evaluación por juicio de expertos

Evidencia de validez de contenido del Body appreciation scale (BAS) (Juez 3)

.ITEMS Y DIMENSIONES: BODY APPRECIATION SCALE (BAS)

DIMENSIONES	ITEMS	PERTINENCIA ¹	REELEVANCIA ²	CLARIDAD ³	OBSERVACIONES
UNIDIMENSIONAL	1. Respeto mi cuerpo.	4	4	4	
	2. Me siento bien con mi cuerpo.	4	4	4	
	3. En general estoy satisfecho/satisfecha con mi cuerpo.	4	4	4	
	4. A pesar de los defectos, acepto mi cuerpo tal como es.	4	4	4	
	5. Siento que mi cuerpo tiene al menos algunas buenas cualidades.	4	4	4	
	6. Tengo una actitud positiva hacia mi cuerpo.	4	4	4	
	7. Estoy atento/atenta a las necesidades de mi cuerpo.	4	4	4	
	8. Mi autovaloración es independiente de la forma.	4	4	4	
	9. No pierdo mucho tiempo en preocuparme por la forma y el peso de mi cuerpo.	4	4	4	
	10. Mis sentimientos hacia mi cuerpo son positivos en su mayoría.	4	4	4	
	11. Tengo hábitos sanos para cuidar mi cuerpo.	4	4	4	
	12. No dejo que imágenes irreales de mujeres/hombres que aparecen en los medios afecten las actitudes que tengo hacia mi cuerpo.	4	4	4	
	13. Aun con mis defectos me gusta mi cuerpo.	4	4	4	

Observaciones (precisar si hay suficiencia) : _____

Opinión de aplicabilidad : Aplicable [] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador : Gabriella Barazone Pena

Especialidad del validador : Neuropsicología

15 de noviembre del 2023

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde con la dimensión o indicador que está midiendo.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

A handwritten signature in blue ink, consisting of a large, stylized initial 'S' followed by several loops and a long horizontal stroke.

Firma del experto validador

ANEXO 21

Evaluación por juicio de expertos

Evidencia de validez de contenido del Body appreciation scale (BAS) (Juez 4)

ITEMS Y DIMENSIONES: BODY APPRECIATION SCALE (BAS)

DIMENSIONES	ITEMS	PERTINENCIA ¹	REELEVANCIA ²	CLARIDAD ³	OBSERVACIONES
UNIDIMENCIONAL	1. Respeto mi cuerpo.	4	4	4	
	2. Me siento bien con mi cuerpo.	4	4	4	
	3. En general estoy satisfecho/satisfecha con mi cuerpo.	4	4	4	
	4. A pesar de los defectos, acepto mi cuerpo tal como es.	4	4	4	
	5. Siento que mi cuerpo tiene al menos algunas buenas cualidades.	4	4	4	
	6. Tengo una actitud positiva hacia mi cuerpo.	4	4	4	
	7. Estoy atento/atenta a las necesidades de mi cuerpo.	4	4	4	
	8. Mi autovaloración es independiente de la forma.	4	4	4	
	9. No pierdo mucho tiempo en preocuparme por la forma y el peso de mi cuerpo.	4	4	4	
	10. Mis sentimientos hacia mi cuerpo son positivos en su mayoría.	4	4	4	
	11. Tengo hábitos sanos para cuidar mi cuerpo.	4	4	4	
	12. No dejo que imágenes irreales de mujeres/hombres que aparecen en los medios afecten las actitudes que tengo hacia mi cuerpo.	4	4	4	
	13. Aun con mis defectos me gusta mi cuerpo.	4	4	4	

Observaciones (precisar si hay suficiencia) : _____

Opinión de aplicabilidad : Aplicable Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador : Palacios Serna, Lina Iris

Especialidad del validador : Psicóloga - Investigadora.

15 de noviembre del 2023

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde con la dimensión o indicador que está midiendo.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión


Firma del experto validador

ANEXO 22

Evaluación por juicio de expertos

Evidencia de validez de contenido del Body appreciation scale (BAS) (Juez 5)

.ITEMS Y DIMENSIONES: BODY APPRECIATION SCALE (BAS)

DIMENSIONES	ITEMS	PERTINENCIA ¹	REELEVANCIA ²	CLARIDAD ³	OBSERVACIONES
UNIDIMENCIONAL	1. Respeto mi cuerpo.	4	4	4	
	2. Me siento bien con mi cuerpo.	4	4	4	
	3. En general estoy satisfecho/satisfecha con mi cuerpo.	4	4	4	
	4. A pesar de los defectos, acepto mi cuerpo tal como es.	4	4	4	
	5. Siento que mi cuerpo tiene al menos algunas buenas cualidades.	4	4	4	
	6. Tengo una actitud positiva hacia mi cuerpo.	4	4	4	
	7. Estoy atento/atenta a las necesidades de mi cuerpo.	4	4	4	
	8. Mi autovaloración es independiente de la forma.	4	4	4	
	9. No pierdo mucho tiempo en preocuparme por la forma y el peso de mi cuerpo.	4	4	4	
	10. Mis sentimientos hacia mi cuerpo son positivos en su mayoría.	4	4	4	
	11. Tengo hábitos sanos para cuidar mi cuerpo.	4	4	4	
	12. No dejo que imágenes irreales de mujeres/hombres que aparecen en los medios afecten las actitudes que tengo hacia mi cuerpo.	4	4	4	
	13. Aun con mis defectos me gusta mi cuerpo.	4	4	4	

Observaciones (precisar si hay suficiencia) : _____

Opinión de aplicabilidad : Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador : Domínguez Vergara, Ángela Benita

Especialidad del validador : Investigación psicométrica y asesoría de tesis

15 de noviembre del 2023

¹Pertinencia: El ítem corresponde con la dimensión o indicador que está midiendo.

²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión


Firma del experto validador

ANEXO 23

Tabla 10

Confiabilidad del Instrumento: escala de nomofobia

Variable	Alfa de Cronbach	N° de ítems
Nomofobia	.947	20

En la tabla 10, tras el análisis de confiabilidad con el coeficiente alfa de Cronbach, se determinó un cociente de .947, lo que indica que la prueba tiene una confiabilidad excelente.

ANEXO 24

Tabla 11

Validez de criterio a través de la correlación ítem-test del instrumento: escala de nomofobia

Ítem	Rict	Validez
Ítem 1	.658	Válido
Ítem 2	.657	Válido
Ítem 3	.636	Válido
Ítem 4	.757	Válido
Ítem 5	.659	Válido
Ítem 6	.655	Válido
Ítem 7	.625	Válido
Ítem 8	.552	Válido
Ítem 9	.692	Válido
Ítem 10	.667	Válido
Ítem 11	.662	Válido
Ítem 12	.724	Válido
Ítem 13	.645	Válido
Ítem 14	.764	Válido
Ítem 15	.738	Válido
Ítem 16	.756	Válido
Ítem 17	.715	Válido
Ítem 18	.737	Válido
Ítem 19	.618	Válido
Ítem 20	.651	Válido

En la tabla 11, en cuanto a la validez Ítem-Test por la correlación de Spearman, se aprecia que los 20 ítems son válidos, con cociente mínimo de .552 y máximo de .757.

ANEXO 25

Tabla 12

Prueba de normalidad del instrumento: escala de nomofobia

Variable	Kolmogorov-Smirnov	Sig.
Nomofobia	.079	.001

En la tabla 12, en cuanto a la prueba de Kolmogorov-Smirnov se determinó para la variable que existe diferencias altamente significativas ($p < .01$) de la distribución normal.

ANEXO 26

Tabla 13

Confiabilidad del Instrumento: escala de autoestima

Variable	Alfa de Cronbach	N° de ítems
Autoestima	.812	10

En la tabla 13, tras el análisis de confiabilidad con el coeficiente alfa de Cronbach, se determinó un cociente de .812, lo que indica que la prueba tiene una confiabilidad alta.

ANEXO 27

Tabla 14

Validez de criterio a través de la correlación ítem-test del instrumento: escala de autoestima

Ítem	Rict	Validez
Ítem 1	.689	Válido
Ítem 2	.528	Válido
Ítem 3	.382	Válido
Ítem 4	.561	Válido
Ítem 5	.646	Válido
Ítem 6	.660	Válido
Ítem 7	.732	Válido
Ítem 8	.368	Válido
Ítem 9	.747	Válido
Ítem 10	.765	Válido

En la tabla 14, en cuanto a la validez Ítem-Test por la correlación de Spearman, se aprecia que los 10 ítems son válidos, con cociente mínimo de .368 y máximo de .765.

ANEXO 28

Tabla 15

Prueba de normalidad del instrumento: escala de autoestima

Variable	Kolmogorov-Smirnov	Sig.
Autoestima	.084	.000

En la tabla 15, en cuanto a la prueba de Kolmogorov-Smirnov se determinó para la variable que existe diferencias altamente significativas ($p < .01$) de la distribución normal.

ANEXO 29

Tabla 16

Confiabilidad del Instrumento: escala de imagen corporal

Variable	Alfa de Cronbach	N° de ítems
Imagen corporal	.944	13

En la tabla 16, tras el análisis de confiabilidad con el coeficiente alfa de Cronbach, se determinó un cociente de .944, lo que indica que la prueba tiene una confiabilidad excelente.

ANEXO 30

Tabla 17

Validez de criterio a través de la correlación ítem-test del instrumento: escala de imagen corporal

Ítem	Rict	Validez
Ítem 1	.629	Válido
Ítem 2	.871	Válido
Ítem 3	.891	Válido
Ítem 4	.885	Válido
Ítem 5	.773	Válido
Ítem 6	.876	Válido
Ítem 7	.693	Válido
Ítem 8	.771	Válido
Ítem 9	.577	Válido
Ítem 10	.886	Válido
Ítem 11	.684	Válido
Ítem 12	.578	Válido
Ítem 13	.883	Válido

En la tabla 17, en cuanto a la validez Ítem-Test por la correlación de Spearman, se aprecia que los 13 ítems son válidos, con cociente mínimo de .577 y máximo de .891.

ANEXO 31

Tabla 18

Prueba de normalidad del instrumento: escala de imagen corporal

Variable	Kolmogorov-Smirnov	Sig.
Imagen corporal	.072	.004

En la tabla 18, en cuanto a la prueba de Kolmogorov-Smirnov se determinó para la variable que existe diferencias altamente significativas ($p < .01$) de la distribución normal.