

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

ESCUELA DE POSGRADO

Unidad de Posgrado de Ingeniería y Arquitectura



Relaciones entre la adicción al teléfono inteligente, calidad del sueño y depresión: un análisis PLS-SEM en universitarios peruanos

Tesis para obtener el Título de Segunda Especialidad Profesional de Ingeniería: Estadística Aplicada para investigación

Autor:

Max Alejandro Huaranja Montaña
Arminda Tirado Rengifo

Asesor:

Dr. Iván Dennys Soto Rodríguez

Lima, marzo de 2025

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DE TESIS

Yo Ivan Dennys Soto Rodríguez, docente de la Unidad de Posgrado de Ingeniería y arquitectura, de la Escuela de Posgrado de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: **“RELACIONES ENTRE LA ADICCIÓN AL TELEFONO INTELIGENTE, CALIDAD DE SUEÑO Y DEPRESIÓN: UN ANÁLISIS PLS-SEM EN UNIVERSITARIOS PERUANOS”** de los autores Max Alejandro Huaranja Montaña y Arminda Tirado Rengifo tiene un índice de similitud de 12 % verificable en el informe del programa Turnitin, y fue realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponde ante cualquier falsedad u omisión de los documentos como de la información aportada, firmo la presente declaración en la ciudad de Lima, a los 29 días del mes de abril del año 2025.



Iván Dennys Soto Rodríguez

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En Lima, Ñaña, Villa unión a 31 días del mes de marzo del año 2025, siendo las 09:00 horas, se reunieron de forma online sincrónica, bajo la dirección del presidente del jurado Mg. Geraldine Veronica Alvizuri Llerena, el secretario Mg. Junior Israel Pacheco Espinoza; los demás miembros: PhD. Javier Linkolk López Gonzales, Mg. Esteban Tocto Cano y el asesor Dr. Ivan Denny Soto Rodriguez, con el propósito de administrar el acto académico de sustentación de tesis de la segunda especialidad titulada "Relaciones entre la adicción al teléfono inteligente, calidad del sueño y depresión: un análisis PLS-SEM en universitarios peruanos", conducente a la obtención del título de segunda especialidad profesional de ingeniería: Estadística aplicada para investigación.

El presidente inició el acto académico de sustentación invitando a los candidatos a hacer uso del tiempo determinado para su exposición. Concluida la exposición, el presidente invitó a los demás miembros del jurado a efectuar las preguntas, cuestionamientos y aclaraciones pertinentes, aquellas que fueron absueltas por los candidatos. Luego, se produjo un receso para las deliberaciones y la emisión del dictaminador del jurado. Posteriormente, el jurado procedió a dejar constancia escrita sobre la evaluación en la presente acta, con el dictamen siguiente:

Candidatos: Max Alejandro Huaranja Montaña y Aminda Tirado Rengifo

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
Aprobado	18	A-	Con nominación de Muy bueno	Sobresaliente

Finalmente, el presidente del jurado invitó a los candidatos a ponerse de pie, para recibir la evaluación final. Además, el presidente del jurado concluyó el acto académico de sustentación, procediéndose a registrar las firmas respectivas.


Presidente


Secretario


Asesor


Miembro


Miembro


Candidato


Candidato

DEDICATORIA

A Dios, fuente de sabiduría, fuerza y esperanza, por guiarnos en cada paso de este camino académico y sostenernos en los momentos de duda.

A nuestros amados padres, por su amor incondicional, sacrificios silenciosos y constante aliento. Gracias por creer en nosotros incluso cuando las fuerzas flaqueaban. Esta meta es también suya.

AGRADECIMIENTOS

Queremos expresar nuestro más sincero agradecimiento a nuestro asesor, el Dr. Iván Dennys Soto Rodríguez, por su acompañamiento académico, sus valiosas observaciones y su compromiso constante durante todo el proceso de investigación.

Agradecemos también a los estudiantes de la Facultad de Economía y Planificación de la Universidad Nacional Agraria la Molina que participaron en nuestra investigación, por su tiempo, honestidad y colaboración, elementos clave para el desarrollo de este estudio.

A la Universidad Peruana Unión, por brindarnos un espacio académico de crecimiento y formación ética y profesional. De manera especial, agradecemos al director del programa, PhD. Javier Linkolk López Gonzales, por su liderazgo y apoyo institucional durante este camino académico.

ÍNDICE

	Pág.
TÍTULO	1
RESUMEN	1
ABSTRACT	2
INTRODUCCIÓN	2
METODOLOGÍA.....	9
RESULTADOS	20
DISCUSIÓN	26
CONCLUSIONES.....	31
REFERENCIAS.....	33
ANEXOS	39
Anexo 1. Evidencia de sumisión del artículo en una revista de prestigio	39
Anexo 2. Copia de inscripción del perfil de proyecto de tesis en formato artículo aprobado.....	40
Anexo 3. Carta de autorización para realizar la investigación.....	41
Anexo 4. Instrumentos de recolección de datos	42

ÍNDICE DE TABLA

	Pág.
Tabla 1. Descripción de las variables	20
Tabla 2. Cargas externas del modelo.....	22
Tabla 3. Validez discriminante-HTMT	23
Tabla 4. Modelo estructural	24
Tabla 5. Predicción del modelo	25

ÍNDICE DE FIGURA

	Pág.
Figura 1. Marco conceptual de la investigación.....	9
Figura 2. Modelo estructural PLS-SEM.....	26

TÍTULO

RELACIONES ENTRE LA ADICCIÓN AL TELÉFONO INTELIGENTE, CALIDAD DEL SUEÑO Y DEPRESIÓN: UN ANÁLISIS PLS-SEM EN UNIVERSITARIOS PERUANOS

RELATIONSHIPS BETWEEN SMARTPHONE ADDICTION, SLEEP QUALITY AND DEPRESSION: A PLS-SEM ANALYSIS IN COLLEGE STUDENTS FROM PERU

RESUMEN

Este estudio tiene como objetivo determinar la relación existente entre la adicción al teléfono inteligente, la calidad del sueño y la depresión en estudiantes universitarios peruanos. La investigación es explicativa, no experimental y transversal. En el estudio, participaron 385 universitarios empleando un muestreo no probabilístico. Los datos se recolectaron usando la versión corta de la Escala de Adicción al Teléfono inteligente (SAS-SV), el Índice de Calidad del Sueño de Pittsburgh (PSQI) y el Inventario de Depresión de Beck (BDI-II). Los hallazgos del análisis PLS-SEM indican que la adicción al teléfono inteligente se relaciona con la calidad del sueño ($\beta = 0.661$, $p < 0.05$) y la depresión ($\beta = 0.299$, $p < 0.05$). Asimismo, se observó un efecto significativo de la calidad del sueño sobre la depresión ($\beta = 0.393$, $p < 0.05$). Estos hallazgos resaltan la importancia de desarrollar intervenciones pedagógicas para disminuir el uso excesivo de los teléfonos inteligentes y optimizar la calidad del sueño, lo cual disminuye los síntomas de la depresión y promueve el bienestar mental de los estudiantes universitarios.

Palabras clave: adicción a los teléfonos inteligentes; calidad del sueño; depresión; estudiantes universitarios; PLS-SEM.