

Turnitin Shalón Dina Ponce Paredes.doc

 My Files My Files Universidad Peruana Union

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid:::29566:523871673

Fecha de entrega

6 nov 2025, 8:02 a.m. GMT-5

Fecha de descarga

6 nov 2025, 8:06 a.m. GMT-5

Nombre del archivo

Turnitin Shalón Dina Ponce Paredes.doc

Tamaño del archivo

676.0 KB

23 páginas

5827 palabras

35.707 caracteres

15% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Texto citado
- Texto mencionado
- Coincidencias menores (menos de 10 palabras)

Exclusiones

- N.º de coincidencias excluidas

Fuentes principales

- 13%  Fuentes de Internet
- 5%  Publicaciones
- 11%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

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

Fuentes principales

- 13% Fuentes de Internet
- 5% Publicaciones
- 11% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Fuentes principales

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	Internet	
1library.co		2%
2	Internet	
hdl.handle.net		<1%
3	Internet	
repositorio.usmp.edu.pe		<1%
4	Internet	
upc.aws.openrepository.com		<1%
5	Internet	
docplayer.es		<1%
6	Trabajos entregados	
BENEMERITA UNIVERSIDAD AUTONOMA DE PUEBLA BIBLIOTECA on 2020-02-18		<1%
7	Internet	
repositorio.upeu.edu.pe		<1%
8	Internet	
repositorio.ucsm.edu.pe		<1%
9	Internet	
repositorio.upeu.edu.pe:8080		<1%
10	Trabajos entregados	
Universidad Cooperativa de Colombia on 2018-07-08		<1%
11	Trabajos entregados	
Universidad Privada San Juan Bautista on 2023-12-03		<1%

12	Internet	repositorio.autonoma.edu.pe	<1%
13	Internet	repositorio.ucv.edu.pe	<1%
14	Trabajos entregados	Universidad Autónoma de Nuevo León on 2025-03-07	<1%
15	Internet	repositorioslatinoamericanos.uchile.cl	<1%
16	Publicación	Gea, Ana Isabel Ponce. "Teorías epistemológicas y conocimiento histórico del alu...	<1%
17	Internet	www.grafiati.com	<1%
18	Internet	scielo.isciii.es	<1%
19	Trabajos entregados	upeu on 2024-09-17	<1%
20	Publicación	Mireia Larrosa-Dominguez, Sílvia Reverté-Villarroya, Noemí Bernadó-Llambrich, E...	<1%
21	Trabajos entregados	Universidad San Ignacio de Loyola on 2021-07-07	<1%
22	Internet	revistas.uned.es	<1%
23	Internet	ruizhealytimes.com	<1%
24	Internet	www.researchgate.net	<1%
25	Trabajos entregados	Colegio Champagnat on 2017-10-02	<1%

26	Trabajos entregados	Universidad Anahuac México Sur on 2021-02-11	<1%
27	Trabajos entregados	Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga on 2025-03-20	<1%
28	Internet	dspace.utpl.edu.ec	<1%
29	Internet	repositorio.ulima.edu.pe	<1%
30	Internet	repositorio.utn.edu.ec	<1%
31	Internet	www.minsa-pmss.gob.ni	<1%
32	Trabajos entregados	CORPORACIÓN UNIVERSITARIA IBEROAMERICANA on 2025-05-02	<1%
33	Publicación	Gavilano De La Cruz, Jesus Angel. "Nomofobia y rendimiento académico en integr...	<1%
34	Publicación	Raquel Gomis, Núria Garcia-Blanc, Agnès Ros-Morente, Gemma Filella-Guiu. "Ansi...	<1%
35	Trabajos entregados	Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas on 2025-01-20	<1%
36	Internet	psicoeureka.com.py	<1%
37	Internet	repositorio.unheval.edu.pe	<1%
38	Internet	repositorio.unife.edu.pe	<1%
39	Internet	repositorio.urp.edu.pe	<1%

40

Internet

www.uladech.edu.pe

<1%

Cansancio emocional, autoconcepto y adicción a redes sociales en jóvenes universitarios: un modelo SEM

Shalón Dina Ponce Paredes

Resumen

El presente estudio tiene como objetivo identificar la influencia del cansancio emocional sobre el autoconcepto y la adicción a redes sociales en estudiantes universitarios de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad privada de Lima Este. El método es explicativo, no experimental y transversal, con 402 estudiantes universitarios (74.6% mujeres; edad promedio=19.47 años). Se aplicaron tres instrumentos: Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS; $\alpha=.94$), Escala AF-5 de Autoconcepto ($\alpha=.79-.91$), y Escala de Cansancio Emocional ($\alpha=.91$). El análisis estadístico utilizó un modelo de ecuaciones estructurales (SEM), mediante el estimador Máxima Verosimilitud Robusto (MLR). Los resultados muestran que el cansancio emocional influyó significativamente de manera negativa en distintas dimensiones del autoconcepto: académico ($\beta=-0.575$, $p<.001$), social ($\beta=-0.601$, $p<.001$), familiar ($\beta=-0.62$, $p<.001$) y físico ($\beta=-0.677$, $p<.001$). Contrario a lo esperado, no mostró una influencia directa significativa en la adicción a redes sociales ($\beta=0.076$, $p=.471$). Sin embargo, el autoconcepto social fue un predictor significativo de dicha adicción ($\beta=0.305$, $p<.001$). Las demás dimensiones del autoconcepto (académico, emocional, familiar y físico) no presentaron asociaciones significativas con la adicción digital. Conclusiones: El cansancio emocional tiene efectos negativos claros

sobre la autopercepción académica, social, familiar y física de los estudiantes, aunque no directamente sobre su dependencia digital. La importancia del autoconcepto social como predictor de la adicción a redes sociales destaca la necesidad de intervenir integralmente para fortalecer el autoconcepto y habilidades emocionales, promoviendo un uso saludable de redes sociales y previniendo comportamientos adictivos en estudiantes universitarios.

Palabras claves: *Cansancio emocional, adicción a redes sociales, autoconcepto.*

Abstract

The present study aims to identify the influence of emotional exhaustion on self-concept and social media addiction in university students from the Faculty of Health Sciences of a private university in East Lima. The method is predictive, non-experimental, and cross-sectional, with 402 university students (74.6% women; average age = 19.47 years). Three instruments were applied: Social Media Addiction Questionnaire (ARS; $\alpha = .94$), AF-5 Self-Concept Scale ($\alpha = .79-.91$), and Emotional Exhaustion Scale ($\alpha = .91$). Statistical analysis used structural equation modeling (SEM) using the Robust Maximum Likelihood (RL) estimator. Results: Emotional exhaustion significantly and negatively influenced different dimensions of self-concept: academic ($\beta = -0.575$, $p < .001$), social ($\beta = -0.601$, $p < .001$), family ($\beta = -0.62$, $p < .001$), and physical ($\beta = -0.677$, $p < .001$). Contrary to expectations, it did not show a significant direct influence on social media addiction ($\beta = 0.076$, $p = .471$). However, social self-concept was a significant predictor of such addiction ($\beta = 0.305$, $p < .001$). The other dimensions of self-concept (academic, emotional, family, and physical) did not show significant associations with digital addiction. Conclusions: Emotional exhaustion has clear negative effects on students' academic, social, family, and physical self-perception, although not directly on their digital dependence. The importance of social self-concept as a

predictor of social media addiction highlights the need for comprehensive interventions to strengthen self-concept and emotional skills, promote healthy social media use, and prevent addictive behaviors in college students.

Keywords: *Emotional exhaustion, social media addiction, self-concept*

Introducción

El uso de redes sociales ha crecido exponencialmente en la última década, representando una de las principales formas de interacción y entretenimiento entre los jóvenes. A nivel global, se estima que más del 60% de la población mundial utiliza redes sociales, con un promedio de 2 horas y 27 minutos diarios en estas plataformas (Data Reportal, 2024). En América Latina, el uso diario promedio supera las 3 horas, siendo los jóvenes de entre 18 y 24 años el grupo etario con mayor participación digital.

En el contexto local, el Instituto Nacional de Estadística e Informática del Perú (INEI, 2021) reportó que el 90,9% de los jóvenes entre 19 y 24 años accedieron diariamente a internet durante el último trimestre del 2020, reflejando un incremento del 88,7% respecto al mismo periodo del año anterior. Estas cifras evidencian una penetración significativa del entorno digital en la vida de los estudiantes universitarios.

Este contexto tecnológico, aunque beneficioso en términos de acceso a la información, también ha traído consecuencias psicosociales importantes. Diversos estudios han alertado sobre la relación directa entre el uso excesivo de redes sociales y la aparición de sintomatología emocional como ansiedad, depresión, trastornos del sueño y disminución de autoestima (Yi & Ahmad, 2024; Zer et al., 2024).

Asimismo, el cansancio emocional derivado de las exigencias académicas representa una amenaza latente para el bienestar psicosocial del estudiante universitario. Investigaciones han evidenciado que este agotamiento impacta negativamente en el autoconcepto, disminuyendo la capacidad de afrontamiento y la percepción de competencia personal (Li et al., 2018; Rigg et al., 2013). Este deterioro en la autopercepción, a su vez, ha sido asociado con un incremento en el uso compensatorio de redes sociales como mecanismo de escape o validación social (Rodríguez & Pardo, 2024).

En el caso particular de los estudiantes de Ciencias de la Salud, quienes serán responsables del cuidado físico y emocional de la población, es imprescindible garantizar su estabilidad emocional y su capacidad para regular adecuadamente el uso de herramientas digitales. Comprender cómo el cansancio emocional y el autoconcepto se relacionan con la adicción a redes sociales permitirá desarrollar estrategias de prevención e intervención oportunas.

En el contexto de un mundo globalizado y competitivo, la formación universitaria representa una exigencia que no solo impulsa el desarrollo profesional, sino que también supone retos emocionales y sociales considerables. La transición hacia la vida universitaria conlleva exigencias académicas que generan estrés sostenido y cansancio emocional en los estudiantes, afectando su bienestar psicológico y su capacidad de afrontamiento. Este fenómeno, identificado como “cansancio emocional”, se ha relacionado con estados de agotamiento mental, desmotivación y sentimientos de inadecuación que deterioran el rendimiento académico y el equilibrio psicosocial (Li et al., 2018; Rigg et al., 2013).

Diversos estudios han demostrado que el cansancio emocional afecta directamente la autopercepción de los individuos, influyendo negativamente en su autoconcepto y autoestima. El autoconcepto, entendido como la imagen que el individuo tiene de sí mismo en los ámbitos físico, social y emocional, es un componente esencial del desarrollo psicosocial y de la motivación para el logro académico (Oleas Rodríguez & López-Barranco Pardo, 2024; Li et al., 2018).

A su vez, un bajo autoconcepto ha sido identificado como un factor de riesgo para desarrollar conductas compensatorias como el uso problemático de redes sociales, donde los usuarios buscan reafirmación social y escape emocional (Yi & Ahmad, 2024; Köse & Doğan, 2019).

Además, se ha evidenciado que el incremento en el uso de redes sociales está significativamente correlacionado con niveles bajos de autoestima, y en consecuencia, con un mayor grado de dependencia digital (Subiyakto et al., 2024; Zer et al., 2024). Este uso excesivo genera efectos adversos como deterioro emocional, ansiedad y alteración del sueño, reforzando el ciclo de dependencia emocional y tecnológica (Uyaroğlu et al., 2022).

Particularmente, las plataformas como Instagram y Facebook han demostrado impactar en la construcción del autoconcepto, generando una autoimagen virtual basada en la aprobación social (likes y comentarios), lo cual puede derivar en frustración o baja autoestima cuando dicha validación no es obtenida (Köse & Doğan, 2019; Rodríguez & Pardo, 2024).

En este marco, el presente estudio se enfocó en analizar el cansancio emocional como un predictor directo del autoconcepto, y cómo este último influyó en la adicción a redes social. Esta investigación busca generar evidencia para orientar futuras intervenciones que promuevan estrategias de afrontamiento emocional y desarrollo de un autoconcepto saludable como mecanismo preventivo ante la creciente dependencia digital en los estudiantes universitarios, especialmente aquellos de las Ciencias de la Salud, cuya estabilidad emocional es clave para su desempeño profesional.

Metodología

El presente estudio de investigación es de diseño no experimental, porque no hay manipulación ni control de las variables por parte del investigador, es de corte transversal ya que los instrumentos se aplicaron en un momento dado y es de tipo explicativo porque el propósito fue identificar si existe influencia del cansancio emocional académico sobre el autoconcepto y la adicción a redes sociales (Ato et al., 2013).

Participantes

La población de la investigación fueron todos los estudiantes de ambos sexos de primero a tercer año de tres escuelas de la Facultad de Ciencias de la Salud de una Universidad de Lima Este, entre 18 a 26 años de edad. Cabe mencionar que los alumnos provienen de diferentes lugares e idiosincrasias, además son elegidos con un diseño no probabilístico de tipo voluntario. Como criterio de inclusión se tuvo en cuenta: estudiantes matriculados en el 2023, con la carga académica completa, así también que acepten el consentimiento informado y contesten voluntariamente los instrumentos.

La Tabla 1 presenta datos sociodemográficos de la muestra en estudio en un total de 402 participantes, con una edad media (M) de 19.47 años y una desviación estándar (D.E.) de 2.06 años. En cuanto a la distribución por sexo, se observa que el 74.63% de los participantes son mujeres, mientras que el 23.63% son varones y un pequeño porcentaje (1.74%) no especificó. En relación con la variable de escuela, los resultados muestran que el 31.34% pertenece a la escuela de Enfermería, el 17.91% a Nutrición, y el 50.25% a Psicología. Además, un 0.50% no especificó su escuela. Respecto al año de estudios de los participantes, el 31.34% está en el primer año, el 45.27% en el segundo año y el 23.38% en el tercer año.

Tabla 1

Datos Sociodemográficos

Variable	f	%
Edad (M = 19.47; D.E. = 2.06)		
Sexo		
Femenino	300	74.63
Masculino	95	23.63
No refiere	7	1.74
Escuela		
Enfermería	126	31.34
Nutrición	72	17.91
Psicología	202	50.25
No refiere	2	0.50
Año de Estudios		
1ro	126	31.34
2do	182	45.27
3ro	94	23.38

Nota: M: Media; D.E.: Desviación Estándar

Instrumentos

1 El cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) fue creado por Salas y Ecurra, (2014), en Lima, Perú. Esta prueba presenta 24 ítems, con respuestas tipo Likert, cuyas opciones van desde siempre a nunca. Asimismo, está dividida en tres dimensiones: obsesión por las redes sociales con 10 ítems, falta de control personal en el uso de las redes sociales con 6 ítems y uso excesivo a las redes sociales con 8 ítems. El instrumento aporta evidencias de validez de estructura interna, bajo el modelo de la teoría clásica de los test a través del análisis factorial confirmatorio ($\chi^2 (238) = 35.23$; $p < .05$; $\chi^2/ gl = 1.48$; GFI = .92; RMR = .06; RMSEA=.04). En cuanto a la confiabilidad se determinó mediante el alfa de Cronbach (0.95).

3 La escala de autoconcepto AF-5 fue creada en España, por García y Musitu (2014), fue adaptada y validada en Perú por Bustos et al., (2015), evalúa cinco dimensiones: social, académica, emocional, familiar y físico cada uno con seis ítems en total son 30 ítems. La aplicación es en varones y mujeres a partir de los 19 años de edad, se aplica de manera individual y colectiva en un tiempo de 15 minutos aproximadamente; los ítems puntúan en una escala de Likert que admite 11 posibilidades de respuesta (0= nunca y 10= siempre). El análisis factorial confirmatorio para evaluar la validez de la estructura interna mostró aceptables índices de ajuste (CFI = .93; IFI= .93; RMSEA = .07); la confiabilidad por consistencia interna alfa de Cronbach de sus dimensiones osciló entre .73 y .82.

20 La Escala de Cansancio Emocional fue creada por Ramos et al., (2005) en España y es unidimensional. La escala tiene un alfa de Cronbach de 0.83. Validada en Lima – Perú por Domínguez (2014), para su validez se realizó un análisis factorial confirmatorio hipotetizando un modelo unifactorial. Los índices de ajuste de la Escala de Cansancio Emocional mostraron (CFI= .895; GFI= .911; AGFI= .860 y RMR= .056). La confiabilidad se realizó mediante el alfa de Cronbach, fue comprobada su unidimensionalidad, obteniéndose un indicador de .87 (I.C. 95%:.851 - .870).

21 Tiene como finalidad evaluar el cansancio emocional académico en estudiantes universitarios. Está compuesta por 10 ítems que son afirmaciones, sus respuestas son de tipo Likert de cinco opciones

de respuesta: 1= raras veces, 2= pocas veces, 3= algunas veces, 4= con frecuencia, 5= siempre. La puntuación obtenida en la mencionada escala oscila entre los 10 y los 50 puntos, a mayor puntuación, mayor cansancio emocional.

Procedimientos

La recolección de datos se realizó a partir del mes de agosto del 2023, en una universidad de Lima Este, la Dirección General de Investigación autorizó las aplicaciones de los test a las cinco escuelas profesionales de la facultad de Ciencias de la Salud. La aplicación se dio de manera colectiva, con los tres instrumentos y el consentimiento informado, además se contó con la ayuda de colaboradores entrenados. Los instrumentos se aplicaron a través de encuestas físicas, tuvo una duración aproximadamente de 30 minutos. Posteriormente se depuraron las pruebas invalidadas.

Análisis de Datos

El análisis de datos se realizó con el software R en versión 4.4.1. y se realizaron, a nivel descriptivo las tablas de frecuencia de los datos sociodemográficos, considerando media y desviación estándar para las variables cuantitativas, así como frecuencias y porcentajes para las variables cualitativas. Para las variables de estudios se obtuvieron la media, desviación estándar, asimetría y curtosis, a nivel inferencial se obtuvieron las tablas de correlación, de fiabilidad y los índices de ajuste (CFI, TLI, RMSEA, SRMR) del modelo de ecuaciones estructurales (SEM), se utilizó el estimador Máxima Verosimilitud Robusto (MLR). Para este fin se utilizó las librerías base, readxl, descr, psych y lavaan.

Aspectos Éticos

La investigación fue aprobada por el comité de ética de la Escuela de Posgrado de la Universidad Peruana Unión (Resolución N° 2023 – CE- EPG – 00100). El presente estudio consideró los principios éticos de respeto a los participantes, disminuyendo al mínimo los riesgos, se presentó el consentimiento informado puesto que la participación fue libre y voluntaria, asimismo se tuvo en cuenta

la confidencialidad ya que todos los datos recolectados fueron utilizados solo con propósitos de la investigación. También se aplicó el principio ético de justicia ya que los procedimientos de recolección de datos fueron equitativos para todos los participantes.

Resultados

La Tabla 2 ofrece un análisis detallado de las variables y dimensiones de estudio, proporcionando medidas estadísticas esenciales y parámetros de distribución que son fundamentales para comprender la naturaleza de los datos. Las variables de estudio presentan coeficientes de asimetría y curtosis dentro del rango ± 2 que permite asumir normalidad para el uso de estimadores paramétricos.

Tabla 2

Análisis descriptivo de las variables y dimensiones de estudio

Variables	Media	DE	g^1	g^2
Cansancio Emocional	30.95	8.53	-0.16	-0.61
Adicción a Redes Sociales	35.01	15.85	0.38	0.09
Obsesión	11.54	6.79	0.69	0.54
Falta de Control	9.9	4.35	0.12	-0.26
Uso excesivo	13.57	6.02	0.32	-0.05
Autoconcepto académico	40.7	8.48	-0.69	1.59
Autoconcepto social	38.87	9.4	-0.36	0.41
Autoconcepto emocional	30.71	10.69	-0.07	-0.23
Autoconcepto familiar	47.1	9.8	-1.02	1.28
Autoconcepto físico	37.38	10.53	-0.42	-0.14

Nota: g^1 = asimetría; g^2 = curtosis

La Tabla 3 presenta los resultados del análisis de normalidad multivariada donde el Test de Asimetría de Mardia revela un estadístico de -178.74 con un valor p de 0.999. Esta prueba evalúa la asimetría multivariada en los datos. El valor extremadamente negativo del estadístico sugiere que no hay evidencia significativa de asimetría en la distribución de las variables, y el valor p de 0.999 confirma que no hay diferencias significativas respecto a la asimetría. Por otro lado, el Test de Curtosis de Mardia muestra un estadístico de -15.52 con un valor p de 0.000. Este test evalúa la curtosis multivariada, indicando la forma de la distribución en términos de colas y picos. El estadístico negativo sugiere que la

distribución es platicúrtica, es decir, menos puntiaguda que la distribución normal. El valor p extremadamente bajo (0.000) indica que esta diferencia con la distribución normal es altamente significativa. En conjunto, estos resultados sugieren que las variables en estudio no presentan asimetría significativa, pero muestran una curtosis platicúrtica que se aparta de la normalidad.

Tabla 3

Análisis de normalidad multivariada

Test	Estadístico	P
Asimetría de Mardia	-178.74	0.999
Curtosis de Mardia	-15.52	0.000

La Tabla 4 presenta correlaciones entre diversas variables, junto con sus niveles de significancia, arrojando luz sobre las complejas interrelaciones en el estudio. La correlación positiva moderada entre Cansancio Emocional (CE) y Adicción a Redes Sociales (ARS) ($r = 0.27$, $p < 0.01$) indica que un mayor cansancio emocional se vincula significativamente con una mayor adicción a las redes sociales. Además, las dimensiones de la Adicción a Redes Sociales (ARS) exhiben asociaciones específicas. Obsesión (OB) muestra una correlación positiva significativa con Cansancio Emocional ($r = 0.23$, $p < 0.01$), sugiriendo que niveles más altos de obsesión se relacionan con un mayor cansancio emocional. Similarmente, Falta de Control (FC) y Uso Excesivo (UE) también presentan correlaciones positivas significativas, indicando que estos aspectos de la adicción a redes sociales se asocian con niveles más elevados de cansancio emocional.

En cuanto al Autoconcepto Académico (AC), se observa una correlación negativa significativa con Cansancio Emocional ($r = -0.23$, $p < 0.01$), revelando que una percepción más positiva en el ámbito académico se vincula con niveles más bajos de cansancio emocional. Las dimensiones restantes de autoconcepto también muestran patrones similares. Autoconcepto Social (SO) y Autoconcepto Familiar (FA) presentan correlaciones negativas significativas con Cansancio Emocional ($r = -0.24$ y $r = -0.30$ respectivamente, $p < 0.01$), indicando que percepciones más positivas en estas áreas se asocian con niveles más bajos de cansancio emocional. En contraste, Autoconcepto Emocional (EM) muestra una

correlación positiva ($r = 0.35$, $p < 0.01$), indicando que una percepción más positiva de uno mismo emocionalmente se vincula con mayores niveles de cansancio emocional.

Respecto a la fiabilidad, la variable Cansancio Emocional (CE) muestra una alta fiabilidad, con coeficientes de alfa de Cronbach y omega de McDonald de 0.91 y 0.92, respectivamente. Estos valores sugieren que las medidas utilizadas para evaluar el cansancio emocional son consistentes y confiables. Asimismo, la Adicción a Redes Sociales (ARS) y sus subdimensiones presentan una fiabilidad destacada. Tanto el alfa de Cronbach ($\alpha = 0.94$) como el omega de McDonald ($\omega = 0.95$) indican una alta consistencia interna en la medición de la adicción a redes sociales y sus componentes, como la Obsesión, Falta de Control y Uso Excesivo. En cuanto a las dimensiones de autoconcepto (AC, SO, EM, FA, FI), todas exhiben coeficientes de fiabilidad significativos, con valores de alfa de Cronbach y omega de McDonald que oscilan entre 0.79 y 0.91. Estos resultados sugieren que las mediciones de percepciones académicas, sociales, emocionales, familiares y físicas son consistentes y confiables en el contexto del estudio.

Tabla 4

Correlaciones entre las variables y fiabilidad

Variable	CE	ARS	OB	FC	UE	AC	SO	EM	FA	FI	α	ω
CE	1										.91	.92
ARS	.27**	1									.94	.95
OB	.23**	.93**	1								.88	.90
FC	.31**	.90**	.74**	1							.76	.78
UE	.24**	.94**	.78**	.81**	1						.89	.90
AC	-.23**	-.17**	-.18**	-.17**	-.12*	1					.90	.91
SO	-.24**	-.12*	-.12*	-.14**	-.09	.50**	1				.80	.83
EM	.35**	.34**	.32**	.30**	.32**	-.12*	-.25**	1			.81	.85
FA	-.30**	-.23**	-.26**	-.19**	-.17**	.46**	.38**	-.20**	1		.82	.86
FI	-.26**	-.17**	-.16**	-.15**	-.17**	.59**	.51**	-.10*	.44**	1	.79	.86

Nota: * $p < 0.05$; ** $p < 0.01$; CE: Cansancio Emocional; OB: Obsesión; FC: Falta de Control; UE:

Uso Excesivo; ARS: Adicción a Redes Sociales; AC: Autoconcepto Académico; SO: Autoconcepto Social; EM: Autoconcepto emocional; FA: Autoconcepto familiar; FI: Autoconcepto físico.

La Tabla 5 presenta los índices de ajuste del modelo de ecuaciones estructurales, proporcionando una evaluación integral de la concordancia entre el modelo teórico y los datos

observados. El chi-cuadrado (χ^2) revela diferencias significativas entre el modelo y los datos ($\chi^2 = 3356.57$, $gl = 1938$, $p = 0.000$), aunque este resultado puede estar influenciado por el tamaño de la muestra, siendo común en muestras grandes. A pesar del chi-cuadrado, los índices de ajuste complementarios indican un ajuste general razonable del modelo. El Comparative Fit Index (CFI) y el Tucker-Lewis Index (TLI) superan el umbral de 0.90, sugiriendo un buen ajuste del modelo a los datos observados. El Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA) con un valor de 0.068 y el Standardized Root Mean Square Residual (SRMR) de 0.085 también se sitúan en rangos aceptables, indicando una adecuada capacidad del modelo para explicar las relaciones propuestas entre las variables en estudio.

Tabla 5
Índices de ajuste del modelo de ecuaciones estructurales

Modelo	χ^2	gl	p	CFI	TLI	RMSEA	SRMR
Modelo de influencia	3356.5 7	193 8	0.000	.905	.901	.068 [.064 - .072]	0.085

La Tabla 6 presenta los resultados de las regresiones del modelo de influencia, brindando una comprensión más profunda de las relaciones entre las variables clave, junto con los valores asociados. Se destacan patrones significativos que iluminan la conexión entre el cansancio emocional, el autoconcepto y la adicción a redes sociales. En primer lugar, se observa que mayores niveles de cansancio emocional están significativamente influenciados con percepciones menos positivas en diversas áreas de autoconcepto, como académico ($\beta = -0.575$, $p < 0.001$), social ($\beta = -0.601$, $p < 0.001$), familiar ($\beta = -0.62$, $p < 0.001$) y físico ($\beta = -0.677$, $p < 0.001$). Estas regresiones negativas indican que el cansancio emocional puede tener un impacto adverso en la percepción que los individuos tienen de sí mismos en estos dominios específicos. En el contexto de la relación con la adicción a redes sociales, se evidencian resultados mixtos. El cansancio emocional no muestra una influencia significativa con la adicción a redes sociales ($\beta = 0.076$, $p = 0.471$).

Por otro lado, aspectos específicos del autoconcepto, como el social, exhiben una conexión positiva y significativa con niveles más altos de adicción a redes sociales ($\beta = 0.305$, $p < 0.001$). Además, la percepción académica también sugiere una posible relación ($\beta = 0.142$, $p = 0.070$), aunque se acerca a la significancia. No obstante, algunas dimensiones del autoconcepto, como la percepción emocional ($\beta = -0.003$, $p = 0.976$) y familiar ($\beta = 0.142$, $p = 0.305$), no parecen estar fuertemente vinculadas con la adicción a redes sociales, según las regresiones no significativas.

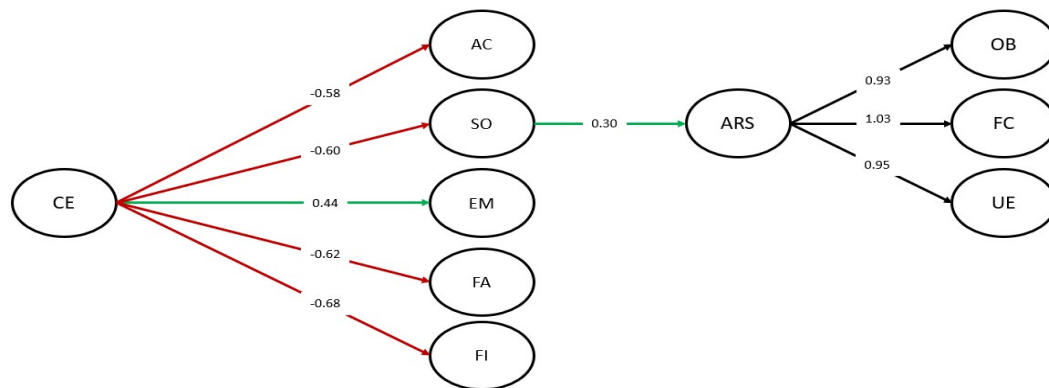
Tabla 6
Regresiones del modelo de influencia

Regresión	B	Error Estándar	z	P	β
Cansancio Emocional → Autoconcepto Académico	-1.186	0.217	-5.472	0.000	-0.575
Cansancio Emocional → Autoconcepto Social	-1.901	0.329	-5.772	0.000	-0.601
Cansancio Emocional → Autoconcepto Emocional	0.932	0.192	4.852	0.000	0.435
Cansancio Emocional → Autoconcepto Familiar	-1.929	0.345	-5.589	0.000	-0.62
Cansancio Emocional → Autoconcepto Físico	-1.351	0.272	-4.968	0.000	-0.677
Cansancio Emocional → Adicción a Redes Sociales	0.044	0.061	0.72	0.471	0.076
Autoconcepto Académico → Adicción a Redes Sociales	0.077	0.043	1.813	0.070	0.203
Autoconcepto Social → Adicción a Redes Sociales	0.171	0.045	3.773	0.000	0.305
Autoconcepto Emocional → Adicción a Redes Sociales	-0.001	0.045	-0.03	0.976	-0.003
Autoconcepto Familiar → Adicción a Redes Sociales	0.086	0.084	1.025	0.305	0.142
Autoconcepto Físico → Adicción a Redes Sociales	0.636	0.38	1.671	0.095	0.528

La figura 1 representa el gráfico resultante del modelo de ecuaciones estructurales con las regresiones significativas

Figura 1

Modelo de influencia con SEM



Discusión

El presente estudio abordó la influencia del cansancio emocional sobre el autoconcepto y su impacto en la adicción a redes sociales mediante un modelo de ecuaciones estructurales (SEM), contribuyendo a comprender los mecanismos psicoemocionales que subyacen al comportamiento digital disfuncional en estudiantes universitarios.

Los hallazgos revelaron que el cansancio emocional influye negativamente sobre las dimensiones del autoconcepto académico, social, familiar y físico. Este patrón sugiere que el agotamiento emocional afecta la autovaloración integral del individuo, debilitando su percepción de capacidad personal, social y corporal. Estas asociaciones están alineadas con los postulados de Maslach y Jackson (1981), quienes conceptualizaron el burnout como un síndrome que deteriora los recursos emocionales necesarios para enfrentar adecuadamente los desafíos del entorno. Investigaciones recientes han ratificado esta relación. Barreto y Salazar (2020) encontraron que el agotamiento emocional disminuye el sentido de eficacia académica y refuerza sentimientos de inadecuación en estudiantes de carreras de la salud. Del mismo modo, Li et al. (2018) explicaron que el cansancio emocional reduce la autoestima académica a través de la disminución del apoyo social percibido y del autoconcepto. Rigg et al. (2013) evidenciaron que el desgaste emocional impacta en la

autoeficacia, conduciendo a una autopercepción negativa que puede comprometer el desarrollo personal y profesional. Además, el estudio de Hidalgo y Laura (2020) demostró que el agotamiento emocional se asocia con un descenso en los niveles de bienestar psicológico, afectando dimensiones como la percepción familiar y física, lo cual refuerza la idea de que el cansancio emocional no solo limita el desempeño cognitivo, sino también la imagen corporal y las relaciones interpersonales.

Contrario a lo esperado, el modelo SEM no identificó un efecto significativo directo del cansancio emocional sobre la adicción a redes sociales. Este resultado invita a una reflexión más profunda sobre la naturaleza del vínculo entre el agotamiento emocional y las conductas digitales adictivas. La literatura ha señalado que el agotamiento emocional puede desencadenar conductas de evasión y búsqueda de placer inmediato en entornos digitales. Echeburúa y Corral (2010) argumentan que el uso compulsivo de redes sociales puede operar como un mecanismo de compensación emocional en individuos con altos niveles de estrés. Cárdenas (2020) también sostiene que el cansancio emocional se asocia con un incremento en la conducta digital disfuncional, motivado por la necesidad de desconexión o alivio del malestar psíquico. No obstante, los resultados del presente estudio sugieren que dicha relación podría estar mediada por variables psicológicas intermedias, como el autoconcepto o la regulación emocional, lo cual concuerda con las recomendaciones metodológicas planteadas por Domínguez et al. (2018), quienes advierten sobre la presencia de mecanismos moduladores en las dinámicas entre agotamiento emocional y conductas digitales. Asimismo, el carácter multifactorial de la adicción a redes sociales podría explicar esta no asociación directa. Variables como el perfil de personalidad, el tipo de red utilizada, la motivación para el uso o el contexto sociocultural podrían tener un peso mayor que el cansancio emocional en el desarrollo de esta conducta, lo cual plantea nuevas líneas de investigación.

Los resultados también mostraron que el autoconcepto social predice significativamente la adicción a redes sociales, reflejando que quienes presentan una autovaloración social elevada tienden a involucrarse más activamente en plataformas digitales. Esta relación puede explicarse desde los marcos teóricos del refuerzo social simbólico, donde la validación externa obtenida a través de “likes” y comentarios fortalece el sentido de pertenencia y la identidad social. Esta evidencia está respaldada por

los hallazgos de Chalco et al. (2016), quienes demostraron que el autoconcepto social se encuentra positivamente asociado con el uso intensivo de redes sociales en adolescentes. Asimismo, Morán y Castaño (2021) resaltaron que las redes sociales constituyen espacios simbólicos donde los individuos negocian su identidad y buscan retroalimentación social, especialmente aquellos con un autoconcepto más volcado hacia la aceptación grupal. Köse y Doğan (2019) también evidenciaron que las plataformas digitales impactan directamente en la percepción del yo social y son utilizadas con mayor intensidad por quienes buscan reconocimiento interpersonal constante. El autoconcepto académico también mostró una tendencia positiva hacia la adicción digital, aunque sin alcanzar significancia estadística. Este hallazgo plantea una posible dualidad: los estudiantes con un buen autoconcepto académico podrían utilizar redes sociales como herramientas complementarias de aprendizaje y socialización académica, o bien, podrían estar expuestos a distracciones digitales en contextos educativos, lo cual merece ser explorado en futuros estudios. Las demás dimensiones del autoconcepto (emocional, familiar y físico) no mostraron asociación significativa con la adicción a redes sociales, lo cual sugiere que la relación entre el autoconcepto y el comportamiento digital es específica y no generalizada, centrada particularmente en la dimensión social del yo.

Entre las principales limitaciones del presente estudio destaca su diseño transversal, que impide establecer relaciones causales firmes entre las variables. Asimismo, el muestreo no probabilístico limita la generalización de los hallazgos a otras poblaciones universitarias o regiones del país. Otra limitación es la no inclusión de variables contextuales como el tipo de red social, nivel de habilidades digitales o tiempo de exposición.

Se recomienda que futuras investigaciones incorporen diseños longitudinales que permitan evaluar los cambios en el tiempo y posibles efectos acumulativos. Además, sería valioso incluir variables moderadoras como estrategias de afrontamiento, inteligencia emocional o resiliencia. Finalmente, se sugiere replicar el estudio en otras facultades o universidades con mayor diversidad cultural para fortalecer la validez externa de los resultados.

Los hallazgos de este estudio tienen importantes implicancias teóricas y prácticas. Teóricamente, se aporta evidencia empírica al modelo que vincula el cansancio emocional con el autoconcepto y este último con la adicción a redes sociales. Prácticamente, estos resultados ofrecen insumos para diseñar programas de intervención psicoeducativa que reduzcan el agotamiento emocional, fortalezcan la autoimagen positiva y promuevan un uso saludable de tecnologías digitales. También se destaca la necesidad de desarrollar competencias socioemocionales y alfabetización digital como herramientas preventivas frente a la dependencia tecnológica en la vida universitaria.

13 Se concluye que el cansancio emocional tiene un efecto negativo significativo sobre el autoconcepto académico, social, familiar y físico en estudiantes universitarios, lo que evidencia su impacto en la percepción personal y bienestar emocional. No se halló un efecto directo significativo entre cansancio emocional y adicción a redes sociales, lo cual sugiere la posibilidad de un efecto mediado por otras variables. El autoconcepto social actúa como un predictor significativo de la adicción a redes sociales, confirmando el papel que juegan las redes en la búsqueda de validación y reforzamiento social. 30 Se recomienda fomentar intervenciones integrales que aborden simultáneamente la gestión emocional, el fortalecimiento del autoconcepto y la regulación del uso digital para favorecer el desarrollo psicosocial saludable en la población estudiantil.

Referencias

- Arthanari, S., Khalique, N., Ansari, M., & Faizi, N. (2017). Prevalence & determinants of Internet Addiction among Indian adolescents. *Indian Journal of Community Health*, 29(1), 89–95.
- Ato, M., López, J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038–1059.
<https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- Barreto, D., & Salazar, H. (2020). Agotamiento Emocional en estudiantes universitarios del área de la salud. *Universidad y Salud*, 23(1), 30–39. <https://doi.org/10.22267/rus.212301.211>
- Barrón, M., & Mejía, C. (2021). Redes sociales y salud mental: vivencias digitales de alumnos de la FES-I UNAM. *Revista CuidArte*, 10(19). <https://doi.org/10.22201/fesi.23958979e.2021.10.19.78044>
- Burga, K., & Tuesta, E. (2021). *Evidencias psicométricas de la Escala de Cansancio Emocional (ECE) en estudiantes universitarios de ingeniería de una universidad estatal de Lima Metropolitana, 2021* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo].
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/71215/Burga_DKR-Tuesta_CEM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Bustos, V., Oliver, A., & Galiana, L. (2015). Validación del autoconcepto forma 5 en universitarios peruanos: Una herramienta para la psicología positiva. *Psicologia: Reflexao e Critica*, 28(4), 690–697. <https://doi.org/10.1590/1678-7153.201528406>
- Carbone, G. (2021). *Relación entre adicción al internet y autoestima en adolescentes escolares de Lima*. https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/14794/Gianinna_Milagros_Carbone_Carrasco.pdf?sequence=1
- Cárdenas, M. (2020). *Uso problemático de las redes sociales y cansancio emocional en estudiantes de secundaria de un colegio de Lima Metropolitana* [Tesis de pregrado, Universidad San Ignacio de Loyola].
- Challco, K., Rodríguez, S., & Jaimes, J. (2016). Riesgo de adicción a redes sociales, autoestima y autocontrol en estudiantes de secundaria. *Revista Científica de Ciencias de La Salud*, 9–15. https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/rc_salud/article/download/236/236/
- Chávez, J., & Peralta, R. (2019). Estrés académico y autoestima en estudiantes de enfermería, Arequipa - Perú. *Revista de Ciencias Sociales*, 25, 1–17. file:///C:/Users/Freddy/Downloads/Dialnet-EstresAcademicoYAutoestimaEnEstudiantesDeEnfermeri-7113737.pdf
- Díaz, M. (2019). *Relación del autoconcepto con el uso de las redes sociales en adultos*. [Tesis de pregrado, Universidad Pontificia Comillas ICAI - ICADE]. In Trabajo para obtener el grado de Máster (Universidad Pontificia de Comillas). <https://repositorio.comillas.edu/xmlui/bitstream/handle/11531/53400/TFM001444.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Dominguez, S. (2014). Escala de cansancio emocional: estructura factorial y validez de los ítems en estudiantes de una universidad privada. *Avances En Psicología*, 22(1), 89–97. <https://revistas.unife.edu.pe/index.php/avancesenpsicologia/article/view/275>

- Dominguez, S., Fernández, M., Manrique, D., Alarcón, D., & Díaz, M. (2018). Datos normativos de una escala de agotamiento emocional académico en estudiantes universitarios de psicología de Lima (Perú). *Educacion Medica*, 19, 246–255. <https://doi.org/10.1016/j.edumed.2017.09.002>
- Echeburua, E., & Corral, P. (2010). Adicciones a las redes sociales. *Revista de Adicciones*, 22, 91–95. <https://www.redalyc.org/pdf/2891/289122889001.pdf>
- García, A., & Puerta, D. (2020). Relación entre el uso adictivo de Facebook y el autoconcepto en estudiantes colombianos. *Revista Virtual Universidad Católica Del Norte*, 59, 27–44. <https://doi.org/10.35575/rvucn.n59a3>
- García, F., & Musitu, G. (2014). *Manual - Autoconcepto Forma 5 (TEA)*. <https://doi.org/10.35575/rvucn.n59a3>
- Hidalgo, A., & Laura, Y. (2020). *Cansancio emocional y bienestar psicológico en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana* [Tesis de pregrado, universidad San Ignacio de Loyola de Perú]. <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/efc45707-4890-4bad-9a54-1764fc581127/content>
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2021, March 26). *Se Incrementó población que utiliza internet a diario. Instituto Nacional de Estadística e Informática*. <https://www.gob.pe/institucion/inei/noticias/534913-se-incremento-poblacion-que-utiliza-internet-a-diario>
- Köse, Ö. B., & Doğan, A. (2019). The relationship between social media addiction and self-esteem among Turkish university students. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 6, 175–190. <https://consensus.app/papers/the-relationship-between-social-media-addiction-and-köse-dogan/c3e4770a004859f39b49a1ebc243edc2/>

- Li, J., Han, X., Wang, W., Sun, G., & Cheng, Z. (2018). How social support influences university students' academic achievement and emotional exhaustion: The mediating role of self-esteem. *Learning and Individual Differences*, 61, 120–126. <https://consensus.app/papers/how-social-support-influences-university-students-li-han/13f73d337fb2545abb94a2f0501beb89/>
- Mamani, X. (2018). *Autoconcepto y adicción a las redes sociales en los estudiantes de 16 - 18 años del colegio la Merced* [Tesis de pregrado, Universidad Mayor de San Andrés de Bolivia]. In Autoconcepto y Adicción a las redes sociales en los estudiantes de 16 - 18 años del colegio la Merced. <https://repositorio.umsa.bo/bitstream/handle/123456789/18094/TG-4183.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Montoya, M., Pinilla, V., & Dussán, C. (2018). Caracterización del autoconcepto en una muestra de estudiantes universitarios de algunos programas de pregrado de la ciudad de Manizales. *Psicogente*, 21(39), 162–182. <https://doi.org/10.17081/psico.21.39.2829>
- Morán, N., & Castaño, F. (2021). Autoconcepto en las redes sociales y su relación con el afecto en adolescentes. *Behavioral Psychology/Psicología Conductual*, 29(3), 611–625. <https://doi.org/10.51668/bp.8321306s>
- Musitu, G., & García, F. (2014). *Manual AF-5 Autoconcepto forma 5*. Madrid, 4 edición, 70. http://www.web.teaediciones.com/Ejemplos/AF-5_Manual_2014_extracto.pdf
- Palacios, J., & Coveñas, J. (2019). Predominancia del autoconcepto en estudiantes con conductas antisociales del Callao. *Propósitos y Representaciones*, 7(2), 1–14. <https://doi.org/10.20511/pyr2019.v7n2.278>
- Pillaca, J. (2019). *Adicción a redes sociales y autoestima en estudiantes de una Universidad Privada de Lima Sur* [Tesis de Pregrado, Universidad Privada de Lima Sur - Perú].

<https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/904/Pillaca%20Pullo%2c%20Jessica%20Emilia.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Ramos, F., Manga, D., & Moran, C. (2005). Escala de Cansancio Emocional (ECE) para estudiantes universitarios: Propiedades psicométricas y asociación. *Interpsiquis*, 6, 1–9. <http://psiqui.com/1-2898>

Rigg, J. S., Day, J., & Adler, H. (2013). Emotional exhaustion in graduate students: The role of engagement, self-efficacy and social support. *Journal of Educational and Developmental Psychology*, 3(2), 138. <https://consensus.app/papers/emotional-exhaustion-in-graduate-students-the-role-of-rigg-day/02707dc9a9ce5cb1bdfd3eeb696ba874/>

Rodríguez, D. A. O., & López-Barranco Pardo, G. (2024). The impact of social media addiction on state self-esteem: A cross-sectional study. *European Public & Social Innovation Review*. <https://consensus.app/papers/the-impact-of-social-media-addiction-on-state-selfesteem-a-rodríguez-pardo/0963e001ac4e5f1dae632a173bc838f9/>

Salas, E., & Escurra, M. (2014). Uso de las redes sociales entre estudiantes universitarios limeños. *Revista Peruana de Psicología y Trabajo Social*, 3(1), 75–90. <https://bit.ly/3bpQTFc>

Vera, V. (2020). *Nomofobia y autoconcepto en estudiantes de ingeniería de una Universidad Privada de la ciudad de Huancayo* [Tesis de pregrado, Universidad Peruana los Andes del Perú]. In *Revista Facultad de Ciencias de la Salud* (Vol. 22, Issue 3). <http://repositorio.upla.edu.pe/handle/UPLA/327>

Vondráčková, P., & Gabrhelík, R. (2016). Prevención de la adicción a Internet. *Revista de Adicciones Conductuales*, 5(4), 568–579. <https://doi.org/10.1556/2006.5.2016.085>

Yi, C. W., & Ahmad, Y. (2024). Relationships between social media addiction and self-esteem among university students in Malaysia. *Journal of Human Development and Communication (JoHDeC)*.

<https://consensus.app/papers/relationships-between-social-media-addiction-and-yi-ahmad/25721951b1c75c7298b6ef74bd8531dd/>

Zer, N., Tanriverd, D., & Zg, S. (2024). The relationship between social media addiction and emotion regulation skills and sleep quality of university students. *Annals of Medical Research*.

<https://consensus.app/papers/the-relationship-between-social-media-addiction-and-zer-tanriverd/add55b5af6d25090bc88fda317907cd7/>