



ESCUELA UNIVERSITARIA DE POSGRADO

**INTELIGENCIA EMOCIONAL Y AUTOEFICACIA COMO PREDICTOR DE
NOMOFOBIA EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD ESTATAL DE LIMA
METROPOLITANA**

**Línea de investigación:
Salud pública**

Tesis para optar el Grado Académico de Doctora en Psicología

Autora

Franco Guanilo, Roxana Lorena

Asesor

Livia Segovia, José Héctor

ORCID: 0000-0002-4681-3440

Jurado

Castillo Gómez, Gorqui Baldomero

Mendoza Huamán, Vicente Eugenio

Vásquez Vega, Eda Jeanette

Lima - Perú

2025



INTELIGENCIA EMOCIONAL Y AUTOEFICACIA COMO PREDICTOR DE NOMOFOBIA EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD ESTATAL DE LIMA METROPOLITANA.

INFORME DE ORIGINALIDAD

22%	21%	10%	10%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	hdl.handle.net Fuente de Internet	3%
2	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	2%
3	dspace.ucuenca.edu.ec Fuente de Internet	1%
4	Submitted to Universidad Nacional Federico Villarreal Trabajo del estudiante	1%
5	www.researchgate.net Fuente de Internet	1%
6	repositorio.continental.edu.pe Fuente de Internet	1%
7	revistas.usil.edu.pe Fuente de Internet	1%
8	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	1%
9	Submitted to Universidad Ricardo Palma Trabajo del estudiante	<1%
10	worldwidescience.org Fuente de Internet	<1%
11	eprints.ucm.es Fuente de Internet	<1%



ESCUELA UNIVERSITARIA DE POSGRADO

**INTELIGENCIA EMOCIONAL Y AUTOEFICACIA COMO PREDICTOR DE
NOMOFOBIA EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD ESTATAL DE LIMA
METROPOLITANA**

Línea de Investigación:

Salud pública

Tesis para optar el Grado Académico de Doctora en Psicología

Autora

Franco Guanilo, Roxana Lorena

Asesor

Livia Segovia, José Héctor

ORCID: 0000-0002-4681-3440

Jurado

Castillo Gómez, Gorqui Baldomero

Mendoza Huamán, Vicente Eugenio

Vásquez Vega, Eda Jeanette

Lima – Perú

2025

Dedicatoria

A mis amados padres, mi familia y especialmente
a mis hijos Rossi, Pedrito, Arianna y Joaquín,
fuente inagotable de fortaleza y motivación.

Agradecimientos

Agradezco a Dios, porque siempre me fortalece en los momentos más difíciles, motivándome a continuar, aunque los tiempos sean adversos.

A mi Alma Mater, Universidad Nacional Federico Villarreal, me brindó la oportunidad de formarme profesionalmente, siendo parte de su comunidad académica.

Agradezco especialmente a mi asesor Dr. José Livia Segovia, con su paciencia, conocimiento y orientación, inspirando mi crecimiento en investigación.

Agradezco a mis padres, a mi familia que, incondicionalmente me animan a alcanzar mis sueños y finalmente a mis hijos Rossy, Arianna y Joaquín, fortaleza que día a día me impulsan a esforzarme más allá de mis propios límites.

ÍNDICE

Resumen.....	viii
I. Introducción	1
1.1. Planteamiento del problema.....	1
1.2. Descripción del problema.	6
1.3. Formulación del problema	8
1.4. Antecedentes	9
1.5. Justificación de la investigación.	25
1.6. Limitaciones de la investigación.....	26
1.7. Objetivos	26
1.8. Hipótesis.....	27
II. Marco Teórico	29
2.1. Marco conceptual.....	29
2.1.1. Inteligencia emocional	29
2.1.2. Autoeficacia.	40
2.1.3. Nomofobia.	45
III. Método	53
3.1. Tipo y diseño de investigación.....	53
3.2. Población y muestra.	53
3.3. Operacionalización de variables.	55

3.4. Instrumentos.....	58
3.5. Procedimiento	63
3.6. Análisis de datos	63
3.7. Consideraciones éticas	64
IV. Resultados	65
V. Discusión de resultados.....	86
VI. Conclusiones.....	96
VII. Recomendaciones.....	98
VIII. Referencias.....	99
IX. Anexos.....	120

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla	1.	Distribución de la muestra según género.	65
Tabla	2.	Operacionalización de variables.	68
Tabla	3.	Dimensiones de la Escala de Inteligencia Emocional Wong and Low.	70
Tabla	4.	Dimensiones del Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q)	73
Tabla	5.	Correlación ítem -test de la escala de Inteligencia Emocional.	77
Tabla	6.	Correlación de ítem -test de la escala de Autoeficacia General.	79
Tabla	7.	Correlación de ítem -test de la escala de Nomofobia.	80
Tabla	8.	Niveles de inteligencia emocional en estudiantes.	81
Tabla	9.	Niveles de nomofobia en estudiantes.	82
Tabla	10.	Media y desviación estándar de la conductas de inteligencia emocional en estudiantes.	83
Tabla	11.	Media y desviación estándar de la conductas de autoeficacia en estudiantes.	84
Tabla	12.	Media y desviación estándar de la conductas de nomofobia en estudiantes.	85
Tabla	13.	Media y desviación estándar de puntajes totales y por áreas de la inteligencia emocional, de la nomofobia y la autoeficacia.	87
Tabla	14.	Análisis de normalidad de variables de estudio.	88
Tabla	15.	Análisis comparativo de las variables de estudio según sexo en estudiantes.	90
Tabla	16.	Correlación entre inteligencia emocional, autoeficacia y nomofobia según Áreas en estudiantes.	92
Tabla	17.	Análisis de Regresión Lineal Múltiple para la variable para la predicción de la variable nomofobia en estudiantes.	95

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1.	Análisis de redes entre los componentes de inteligencia emocional, autoeficacia y nomofobia.....	93
-----------	---	----

RESUMEN

El miedo irracional al sentirse desconectado o lejos del móvil, evidencia una dependencia psicológica creciente de nuestra sociedad virtual. Sí bien los smartphones facilitan la comunicación, su uso excesivo genera dependencia, deteriora la capacidad de concentración, la productividad y fomenta el aislamiento social. Se analizó el grado de predicción de la inteligencia emocional y la autoeficacia sobre los niveles de nomofobia. El estudio fue no experimental, de tipo predictivo transversal y correlacional. La muestra no probabilística, conformada por un total de 507 estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana, de ambos sexos, con edades comprendidas entre los 16 y 24 años. Los instrumentos fueron la Escala de Inteligencia Emocional Wong y Law (WLEIS-S), la Escala de Autoeficacia General de Baessler y Schwazer (EAG) y el Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q) de Yildirim, y Correia, evidenciando propiedades psicométricas adecuadas. Se diseñó un modelo predictivo, basado en regresión lineal múltiple, analizando el coeficiente de determinación de variables. Finalmente, se concluyó que la dimensión percepción interpersonal de la inteligencia emocional y la autoeficacia, presentan un impacto significativo en la predicción de la nomofobia. La capacidad predictiva de las variables equivale a un $R^2 = 0.189\%$ ($F = 24.659$, $p < 0.001$). El análisis de redes corroboró que una de las dimensiones de la inteligencia emocional (percepción interpersonal) y la autoeficacia son predictores de la nomofobia. No se evidenciaron diferencias significativas en función al sexo en las variables Autoeficacia, Nomofobia e Inteligencia Emocional en general, a excepción de la dimensión percepción intrapersonal.

Palabras clave: nomofobia, inteligencia emocional, autoeficacia general, universitarios.

ABSTRACT

The irrational fear of feeling disconnected or far from mobile phone demonstrates a growing psychological dependence on our virtual society. While smartphones facilitate communication, their excessive use creates dependency, impairs concentration and productivity, and fosters social isolation. The predictive value of emotional intelligence and self-efficacy on nomophobia levels was analyzed. The study was non-experimental, cross-sectional, and correlational. The non-probability sample consisted of a total of 507 students from a state university in Metropolitan Lima, of both sexes, aged between 16 and 24. The instruments were the Wong and Law Emotional Intelligence Scale (WLEIS-S), the Baessler and Schwazer General Self-Efficacy Scale (EAG), and the Yildirim and Correia Nomophobia Questionnaire (NMP-Q), demonstrating adequate psychometric properties. A predictive model based on multiple linear regression was designed, analyzing the coefficient of determination of variables. Finally, it was concluded that the interpersonal perception dimension of emotional intelligence and self-efficacy have a significant impact on the prediction of nomophobia. The predictive capacity of the variables is equivalent to an $R^2 = 0.189\%$ ($F = 24.659$, $p < 0.001$). The network analysis corroborated that one of the dimensions of emotional intelligence (interpersonal perception) and self-efficacy are predictors of nomophobia. No significant differences were found based on sex in the variables Self-efficacy, Nomophobia, and Emotional Intelligence in general, with the exception of the intrapersonal perception dimension.

Keywords: nomophobia, emotional intelligence, general self-efficacy, university students

I. INTRODUCCIÓN

1.1. Planteamiento del problema

En el mundo actual, en permanente cambio, globalizado, competitivo y digital, es indispensable el empleo de las Tecnologías de la información (TIC), internet y las redes sociales, siendo necesarios para una gran parte de las actividades académicas, laborales, sociales o de comunicación. Resulta innegable que la tecnología y la presencia de la inteligencia artificial, ha generado un gran impacto en el comportamiento humano, propiciando también diversas consecuencias, como el desarrollo de conductas con tendencias adictivas, vinculadas al uso y sobre exposición de dispositivos electrónicos y la necesidad de la permanente conexión a internet. Entonces es así como se configuran algunas conductas con características adictivas al uso constante de redes, creando una epidemia invisible debido al uso excesivo de los dispositivos tecnológicos, sin embargo, encontramos que en el Manual Estadístico de Trastornos Mentales Quinta Edición (DSM -5, 2014) no se considera la adicción a internet entre sus diagnósticos, a pesar de ello la comunidad científica se esfuerza por identificar conductas adictivas como la nomofobia y su interacción con otras variables. En relación con ello Echeburúa y De Corral (2010) sostienen que las TICs simplifican diversas áreas de la vida, sin embargo, se pueden generar ciertas complicaciones como desarrollar algunas conductas con tendencias obsesivas, como la necesidad imperiosa de adquirir lo último en tecnología. Los mismos autores mencionan que la permanente interacción social, las respuestas rápidas y las recompensas inmediatas resultan muy atractivas para la generación actual. Es debido al uso permanente del internet, de las redes sociales, su facilidad de acceso y la tendencia actual, que nos orilla a la interacción instantánea de esta era tecnológica y digital, refiere Marco y Chóliz (2017), que posee grandes beneficios y su vez resulta controvertido, generando una alarma social, por su potencial adictivo.

Resulta ampliamente conocido que, aplicaciones en línea en la actualidad inician sus procesos de creación, teniendo una visión orientada al marketing prospectivo, basado en conductas de consumo y creando perfiles en base a necesidades que buscan reforzar conductas. Generando una dependencia al móvil y su conexión a la red, es así como se presenta la dependencia al móvil, como una adicción tecnológica (Griffiths, 2005). Siendo considerada un tipo de adicción comportamental, cuyo objeto de dependencia no surge del consumo de una sustancia nociva, sino de la emisión constante de una conducta repetitiva, que proporciona satisfacción, aliviando la tensión emocional.

Es entonces la nomofobia descrita como una ansiedad provocada por el temor a sentirse desconectado o lejos del teléfono inteligente. Sostienen al respecto Bragazzi y Del Puente (2014) en sus investigaciones que las manifestaciones de fobias específicas son indicadores de ansiedad, expresada como depresión o abuso de sustancias tóxicas, previos a trastornos psiquiátricos. Resulta entonces necesario desarrollar diversas habilidades que permitan sobrevivir en este universo tecnológico. La nomofobia traducción del acrónimo (“no mobile phone” y “phobia”). Término acuñado por primera vez en una investigación realizada en 2008, solicitada por Oficina de Correos del Reino Unido, la cual informó que el 53% de los encuestados mostró síntomas de ansiedad frente a situaciones como perder el móvil, quedarse sin señal o baterías, interrupción en las llamadas, no recibir correos electrónicos o mensajes. (SecurEnvoy, 2012).

Se evidencia que el DSM - 5 (2014) describe a las fobias específicas, como un trastorno de ansiedad caracterizado por temores irracionales desencadenado por un estímulo concreto, ya sea un objeto o situación determinada. El trastorno de la fobia social como un trastorno de ansiedad de evolución y pronósticos crónicos, caracterizada por una ansiedad intensa y marcada en situaciones sociales que involucran contacto e interacciones interpersonales, actuación pública o ambos, puede causar ansiedad extrema o interferencia aguda en la vida

diaria de un individuo. El DSM-IV subraya que para que se realice una evaluación formal; el trastorno debe resultar en una interferencia significativa en al menos un área importante de la vida del individuo, incluyendo actividades académicas, del entorno laboral y social.

En los últimos estudios presentados por The We Are Social Hootsuite (2024) se informa que existen 5.610 millones de personas haciendo uso de teléfonos móviles en el mundo, representando aproximadamente el 60,4% de la población mundial. De igual forma reportan que 5,35 mil millones son usuarios de internet, siendo el equivalente al 66 % de la población mundial, incrementándose en 1,8% con respecto al año anterior. Respecto a la incidencia de usuarios de redes sociales, indican que más de cinco mil millones de la población mundial, correspondiente al 62,3%, mostrando un incremento anual de 5,6%. En la misma línea The We Are Social Hootsuite (2023), reportó que, de los 5,160 millones de usuarios de internet a nivel global, 4,760 millones son las personas que usan redes sociales, es decir (94.9%). Identificando a la red social Facebook como aquella que mostró el mayor número de usuarios.

El mismo portal informa a través del Digital Report (2022) en su informe, respecto a las tendencias digitales, las redes sociales y los móviles, que luego de la pandemia por COVID 19, el crecimiento de usuarios en redes sociales sigue en aumento. Mencionando que, en enero del 2022, se reportaron 4,950 millones de internautas conectados a nivel mundial, siendo el 62,5% del total de la población, donde 4,620 millones los que hacen uso del internet a nivel mundial y 5,310 millones utilizan dispositivos móviles.

Por otro lado, reporta la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Clasificación de Enfermedades Mentales (CIE -10), que las fobias sociales tienen su inicio en la etapa de la adolescencia con igual frecuencia en varones y mujeres, las cuales suelen estar acompañadas de baja autoestima y de miedo a las críticas, con presencia de malestar emocional significativo que pueden ser excesivos o irracionales.

En este contexto King et al. (2010) presenta uno de los primeros estudios sobre nomofobia, señalándole como un fenómeno que provoca incomodidad o ansiedad al sentirse desconectado del dispositivo móvil (King et al., 2014, p. 52). Los autores ampliaron la definición describiéndola como un grupo de comportamientos o síntomas relacionados al uso del móvil, se refieren a ella como una fobia social relacionada con la agorafobia.

En la misma línea Cía (2013) refiere que las adicciones conductuales generen cambios de conducta, de forma similar tal como lo sucede en las adicciones químicas, los individuos podrán experimentar abstinencia, identificado por manifestaciones de malestar emocional (disforia en el estado de ánimo, insomnio malestar en general e irritabilidad) debido a la imposibilidad de ejecutar la conducta. Continúa el autor, las adicciones conductuales avanzadas podrán generar que los individuos manifiesten comportamientos automáticos, pobre control cognitivo y emocionalmente impulsivos.

Acorde con el autor diremos que quien padece nomofobia, no solo pierde la posibilidad de comunicación, incluye también una privación temporal de su propia identidad social y conexión con los otros (González-Cabrera et al., 2017). Es importante destacar que son con más frecuencia los jóvenes y adolescentes quienes desarrollan mayor propensión a la conducta de nomofobia, dado que están en una etapa de desarrollo o en búsqueda de su propia identidad. Así como la permanente interacción social a través de las redes sociales y de su tendencia a permanecer hiperconectado en la actual sociedad digital.

Dentro de este marco se intentó describir los factores asociados a los diversos niveles de nomofobia, así como también las variables con las que se correlaciona. Refiere Bragazzi (2014) que identificar predictores psicológicos tiene una gran relevancia, tanto para el diagnóstico como para su pronóstico. Así mismo Bianchi y Philips (2005), sostuvieron que los predictores psicológicos de los problemas con el uso del móvil, podrían ser; edad, opiniones auto negativas, autoestima y bajo nivel de autoeficacia. Menciona el mismo autor

manifestaciones de excitación desregulada, entendida como el estado emocional con altos niveles de activación de energía o motivación, que se manifiesta en la búsqueda constante de estimulación social o, por el contrario, orillarse a la intensa necesidad de aislamiento. La impulsividad, el sentido de urgencia y la búsqueda constante de sensaciones, también podrían estar relacionada con el uso excesivo del teléfono móvil. (Bragazzi, 2014). En base a lo propuesto se sostiene que, los estudiantes en la actualidad con una visión del mundo globalizada, altamente tecnológica, manifiestan una gran necesidad de estar conectados y actualizados.

Rodríguez-García et al. (2025) revela que, al realizar el análisis de las conductas relacionadas a los factores de riesgo muestran tendencias repetitivas como revisar el teléfono frecuentemente, verificar mensajes, llamadas perdidas, necesidad de interactuar con otros, revisando perfiles o brindando opinión de estados y actualizaciones. Se asocia por tanto la necesidad imperante de la conexión con la nomofobia, afectando su salud (Gezgin et al., 2018).

Sostiene Galhardo et al. (2023) que los adolescentes con mayor índice de nomofobia mostraban también tendencias adictivas a los smartphones, incluyendo síntomas psicopatológicos y ansiedad. A su vez, investigaciones previas (Lin et al., 2021; Moreno-Guerrero et al., 2020) han señalado que el uso excesivo de dispositivos móviles afecta hábitos alimenticios, genera insomnio y propicia conductas de riesgo.

La tendencia a comunicarse a través de las redes sociales y mantenerse constantemente conectado, suele alejar a las personas con frecuencia de responsabilidades académicas y laborales, provocando la postergación de sus objetivos. Todo ello debido a que las plataformas ofrecen actividades más atractivas, mucho más sencillas y de menor complejidad. Esta dinámica muchas veces favorece el desarrollo de diversas conductas problemáticas, incluyendo las adicciones conductuales.

1.2. Descripción del problema.

La creciente digitalización ha propiciado una sociedad virtual e interconectada, en la que la necesidad de hiperconectividad, se ha convertido en un fenómeno predominante, propiciando una tendencia de comunicación permanente a través del empleo constante de las redes sociales, con acciones que los orientan a la distracción, alejándose con frecuencia de actividades académicas, laborales y de la comunicación frente a frente.

La omnipresencia de tecnología en el mundo actual ha modificado la forma como nos interrelacionamos, el sistema de obtención de la información, la forma de comunicamos y en casi todas las actividades del ser humano, se encuentra presente la tecnología, en la educación, en los entornos organizacionales, en los hogares. Hablar de la cuarta revolución industrial resulta difícil sin considerar a la tecnología como su principal componente, esto ha impactado también y ha generado nuevos problemas en el comportamiento incluso fobias. Una de ellas es la denominada nomofobia, descrita como el temor profundo e irracional de encontrarse lejos del móvil o desconectado de la red, definido como un trastorno de la sociedad en línea y virtual, que genera angustia al sentirse desconectado o alejado del móvil, situación que los orienta al desarrollo de conductas problemáticas u orientadas a las adicciones conductuales.

En Perú un reporte reciente del Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2024), reveló respecto al acceso al internet que, el 77,7% de la población peruana de 06 años y más emplea Internet, lo que refleja un aumento de 2,7 puntos porcentuales en comparación al año 2023. Del mismo modo informó que en comparación con 2019, esta cifra evidencia un incremento muy significativo, en 22,9 puntos porcentuales, indicando un aumento notable de la adopción de tecnología en los últimos años en Lima Metropolitana en el 88,5% de la población, si se compara con el trimestre del 2017. Indicando que el aumento en la población de 06 años a más manifestó contar con acceso a través del teléfono celular, registrando en el área rural con un aumento de 13,6 pasando de 55,2% al 68%. En base a lo revisado

concordamos en indicar que los móviles facilitan la comunicación inmediata, satisfacen necesidades y son cada vez más imprescindibles para toda actividad humana, brinda información, permite mantenerse conectado y actualizado. Sin embargo, es necesario revisar las implicancias de su uso excesivo.

Igualmente reportó el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2022), en el cuarto trimestre del 2022 indicó que, el 95,3% de hogares del país informaron contar al mínimo con una tecnología de información. El 74.1 % de la población total usa internet. Además, se reportó que la población que accede a internet muestra rangos de edades de 19 a 24 años, evidenciando porcentajes de 93,8% y la población de 12 a 18 años de 87.0%, mientras que los usuarios entre 25 a 40 años el 86.9%. Siendo las edades de mayor uso de internet. Respecto al acceso al internet mediante dispositivos móviles según grupo etario, con un 79% de 12 a 18 años, mientras que los usuarios entre 19 y 24 años con un 95.6 % y de 25 a 40 años con un 96,8 %.

En un reporte del diario El Comercio (2024), se informa que un estudio realizado por el portal especializado Nomofobia.com indica que el 50% de los peruanos reporta sentir ansiedad al estar alejados de su teléfono móvil, que 7 de cada 10 encuestados indicó sentir dependencia hacia su smartphone y el 20% refería que el celular es más importante que sus amigos y familia. La encuesta incluyó a más de 3,000 personas de diferentes países latinoamericanos, entre ellos Perú, Argentina, Brasil, Chile, Colombia y México. La información reportada menciona que el 47% de peruanos indicó sentirse perdido si se encontraba lejos de su móvil, el 50 % afirmó que se sentía molesto si el móvil dejaba de funcionar y el 58 % lo revisa con frecuencia, ya que sentía temor de perderse notificaciones importantes. El estudio también aportó información referida a conductas de riesgo relacionadas con el uso frecuente del móvil, evidenciado en el 09% de peruanos que reportó haber usa el teléfono mientras conducía y otro 09% indicó haberse tomado selfis conduciendo.

Es por tanto que resultó de mucho interés identificar los factores que favorecen de manera predictiva la nomofobia, considerando a la inteligencia emocional y la autoeficacia de qué forma su presencia influye en las conductas de la nomofobia en estudiantes universitarios, permitiendo comprender sus niveles de relación, ya que en la actualidad no existen investigaciones que relacionen estas tres variables, poder conocer su relación y los medios para poder mejorar su interacción en diversos escenarios estudiantiles. Como hemos podido observar, algunas investigaciones han correlacionado la nomofobia con otras variables, resultando pertinente relacionarla con la inteligencia emocional y la autoeficacia.

En base todo lo expuesto propuesto se consideró pertinente formular el siguiente problema de investigación.

1.3. Formulación del problema

1.3.1. Problema general

¿La inteligencia emocional y la autoeficacia influyen como factores predictivos en la nomofobia en estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana?

1.3.2. Problemas específicos

¿Cuáles son las características psicométricas de la Escala de Inteligencia Emocional (Wong and Low), de la Escala de Autoeficacia General de Baessler y Schwarzer y del Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q) en estudiantes de una universidad estatal de la Lima

¿Cuáles son las características de la inteligencia emocional, de la autoeficacia y de la nomofobia en estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana?

¿Existen diferencias en inteligencia emocional, autoeficacia y nomofobia según el sexo en estudiantes de un universidad estatal de Lima Metropolitana?

¿Qué relación existe entre las dimensiones de la inteligencia emocional y las dimensiones de la nomofobia en estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana?

¿Existe relación entre las dimensiones de la nomofobia y la autoeficacia en estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana?

¿Existe relación entre las dimensiones de la inteligencia emocional y la autoeficacia en estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana?

¿Qué factores validan el modelo predictivo que vincula la inteligencia emocional y la autoeficacia con la nomofobia?

1.4. Antecedentes

1.4.1. Antecedentes internacionales

Al ser la nomofobia una variable relativamente nueva, la comunidad científica ha mostrado una gran preocupación por comprenderla, así como su interacción con otras variables, investigadores como King et al. (2014) en Brasil, elaboraron una investigación que media la Nomofobia y el impacto del empleo del móvil, describiendo la probable aparición de síntomas en función a la frecuencia de su empleo en pacientes que manifestaban trastorno de pánico y un grupo control. El objetivo del estudio fue examinar la presencia de posibles alteraciones, cambios y síntomas en individuos diagnosticados con trastorno de pánico y agorafobia, que consumían rutinariamente el teléfono móvil, en comparación con un grupo control sin antecedentes psiquiátricos. La muestra se conformó contando 50 pacientes con agorafobia y 70 participantes sanos. Se evaluó la nomofobia empleando un cuestionario estructurado, específicamente diseñado para medir el uso de los móviles, por el grupo de investigación. Los resultados indicaron un aumento significativo en una variedad de síntomas físicos y emocionales, dentro de los cuales se identificaron diversas conductas como temblores,

sudoración, ansiedad, miedo, depresión, todas vinculadas a la ausencia del móvil, comparándolo con el grupo control.

Matosa-Báez y Carballo-Ramírez (2016) en Paraguay, realizan una investigación descriptiva de corte transversal, con el propósito de identificar los niveles de nomofobia en estudiantes de medicina considerando el sexo, edad y rendimiento académico. Fueron evaluados 234 estudiantes de pregrado de diversas facultades de medicina, fueron considerados todos los ciclos de diversas universidades de Paraguay. Los participantes tenían un promedio de edad de 21,9, reportando como resultados que el 43,6% de los participantes obtuvieron un nivel leve de nomofobia, el 40,6% un nivel moderado y el 15,8% un nivel severo.

Igualmente, Gezgin et al. (2018) en Turquía presentan una investigación que buscaba identificar la relación de los niveles de nomofobia y la adicción al internet y sus factores en 929 estudiantes del 9° al 12° de diversas escuelas secundarias de las provincias Afyon, Ankara y Mardin. Los instrumentos fueron la Escala de Nomofobia NMP-Q (Yidirim y Correia, 2015) y una escala de adicción al internet. Los resultados indicaron que los niveles de nomofobia de los estudiantes se encontraban ligeramente sobre el promedio, las participantes mujeres mostraron mayor tendencia a presentar comportamientos nomofóbicos con relación a los varones. La edad y el grado de estudios no mostraron efectos sobre la prevalencia de la nomofobia, se encontró también que mientras más tiempo dure la posesión de un smartphone, mayor será la tendencia a emitir comportamientos nomofóbicos. Se concluyó que las conductas nomofóbicas exhibidas se encuentran relacionadas a los niveles de adicción al internet.

En la misma línea Torres-Salazar et al. (2018) en un estudio desarrollado en México, presentan una investigación que establece relaciones entre la nomofobia y los diferentes indicadores de inteligencia en estudiantes de educación superior, con edades entre 18 y 30 años. El estudio empleó un diseño observacional analítico, de tipo transversal y prospectivo, empleando el enfoque de casos y controles, emparejados por edad y género, en relación con

los participantes fueron seleccionados en dos grupos 70 participantes y 70 grupo control. El objetivo proponía identificar la correlación de la nomofobia y otras variables como la autoestima, indicadores de inteligencia cognitiva y la resiliencia. Los resultados mostraron que aquellos que mostraban un CI medio o por debajo del promedio, mostraba 27 veces más probable el desarrollo de nomofobia, reportando también una relación entre la baja autoestima y la nomofobia.

Durak (2019) presenta un estudio de análisis de regresión múltiple lineal jerárquica realizado en Turquía, teniendo como objetivo determinar cómo los adolescentes utilizaban los teléfonos inteligentes y sus niveles de nomofobia, incluyendo el análisis de variables relacionadas; como el uso y adicción de redes sociales, soledad y percepción del locus de control. La muestra se conformó con 786 hombres y mujeres, estudiantes pertenecientes al 7° y 8° grado de estudios secundarios. Los instrumentos empleados fueron la escala de Nomofobia NMP-Q, la escala de trastorno de redes sociales Van Den Eijnden (2016), la Escala de Soledad de Russell (1978) y la Escala de locus de control (Öngen, 2003). Los resultados reportaron que el modelo era estadísticamente significativo ($p < .000$) que las variables uso y adicción de redes sociales, locus de control y soledad representaban el 59% de la varianza de la nomofobia ($R^2 = .594$, $p < 0,001$). Mientras que el análisis del coeficiente de regresión estandarizado (β), facilitó examinar la capacidad predictiva de las variables asociadas a los comportamientos nomofóbicos, identificando que el nivel de redes sociales constituía el factor predictivo más importante, mostrando coeficientes de correlación con valores entre .063 y .079. En cuanto a la Adicción a las redes sociales, mostró el coeficiente de correlación más alto ($r = .761$, $p < .01$), mientras que la variable locus de control indicó el coeficiente más bajo ($r = .071$, $p < .05$). Adicionalmente, se evidenció la existencia de niveles altos de la vinculación entre la adicción a redes sociales y la nomofobia y mientras que la relación entre nomofobia con el locus de control resultó indicar una naturaleza negativa.

En esta misma línea Daei et al. (2019) en Irán, realizaron un estudio denominado nomofobia y riesgos para la salud: uso de teléfonos inteligentes y adicción entre estudiantes universitarios, buscaron identificar cómo se relaciona el uso frecuente de smartphone con el trastorno de la nomofobia en estudiantes de universidades iraníes, cuya muestra contó con 320 participantes a través de un muestreo por conglomerados, se aplicó el Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q). Los resultados mostraron que el 19,7% un nivel leve, el 73,4% nivel moderado y 6,9% nivel severo. La investigación reportó que la nomofobia tenía una relación importante con el género, el grupo etario y el nivel educativo. En cuanto a la tasa de incidencia del trastorno por nomofobia fue moderada, resaltando la necesidad de implementar estrategias preventivas, así como el desarrollo de programas preventivos orientados a promocionar la salud en la población universitaria. Se recomienda incidir en la promoción del uso adecuado del tiempo libre y las actividades recreativas con el fin de mitigar los efectos negativos del fenómeno.

En otras latitudes se encontró que, en México, Bravo et al. (2019) realizaron una investigación, que buscaba identificar la existencia de relaciones entre la ideación suicida y dependencia al móvil en estudiantes universitarios, en una universidad de Veracruz, se evaluaron 66 participantes con edades comprendidas entre los 18 años a 25. Los instrumentos fueron la escala MMPUS para Nomofobia y MMPI-2-RF para ideación suicida. Se ejecutaron análisis estadísticos ANOVA, Chi cuadrada y correlación de Pearson, en relación con los resultados de 66 participantes de las cuales 54,1% fueron mujeres y 22,7% mostraron nomofobia superior. No se encontró relación entre nomofobia e ideación suicida en estudiantes universitarios, se sugirió la evaluación en individuos con diagnóstico previo de depresión.

En esa misma línea Diaz-Miranda y Extremera (2020) en España, presentan un estudio que buscó identificar cómo se vinculan la adicción al smartphone con los niveles de la inteligencia emocional, incluyendo las variables malestar psicológico actuando como

predictores de la nomofobia. Se aplicaron diversas escalas; la Escala de Ansiedad y Depresión (DASS-21), Escala de Inteligencia Emocional (Wong and Law) y la escala de Adicción al Smartphone (SAS-SV) y el Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q). La muestra se encontró compuesta por 312 adolescentes con edades comprendidas entre los 14 y 20 años, provenientes de las ciudades de Málaga e Ibiza. Se realizaron análisis entre variables haciendo usos del coeficiente de correlación de Pearson y análisis de regresión lineal múltiple jerárquico, que permitió corroborar el grado predictivo de las variables dependientes sobre la nomofobia. Se obtuvo como resultado niveles moderados de nomofobia en los adolescentes, indicando en el análisis de regresión que, tanto la ansiedad, la adicción al smartphone y dos dimensiones de la inteligencia emocional, contribuyen de forma significativa a la explicación de la varianza de la nomofobia.

Por otro lado, Moreno-Guerrero et al. (2020) en España presentan un estudio, que proponía analizar la prevalencia de nomofobia, entre jóvenes y comprobar si el nivel de nomofobia es mayor en hombres o mujeres en aquellos estudiantes que afirman tener una nutrición menos saludable, por el uso de sus móviles. Se empleó el Cuestionario de Nomophobia (NMP-Q). La muestra se conformó con 1743 estudiantes de 12 a 20 años de diferentes etapas educativas de la Ciudad Autónoma de Ceuta. Se concluyó que las tasas más altas de nomofobia se encontraron en relación con la incapacidad para comunicarse y contactar a otros de inmediato. En cuanto al género, las mujeres mostraron tasas más altas de nomofobia que los hombres. En relación con la edad, no hay diferencias significativas, por lo tanto, el problema podría afectar a todas las edades por igual. Se concluye que los estudiantes que piensan que el uso de su teléfono inteligente es perjudicial para su buena nutrición, muestran niveles más elevados de nomofobia.

En esa misma línea en España, Morales et al. (2020) planteó en su investigación, la cual tuvo como objetivo evaluar la adicción a los smartphones y su relación con las dimensiones

emocional, cognitiva y educativa en estudiantes universitarios. Para ello se consideró 144 estudiantes de psicología y educación en la Universidad de Granada universitarios de 19 y 27 años. Emplearon diversos instrumentos para evaluar las variables agrupadas en las siguientes dimensiones: adicción a los teléfonos inteligentes (TDM), inteligencia general (Wonderlic), inteligencia emocional (TMMS-24), motivación (Mape-3), test de inteligencia creativa (prueba CREA) y actitudes hacia las competencias. En cuanto al método se trató de una investigación transversal, descriptiva y con un diseño ex post facto.

Durante el análisis se observó asociaciones directas entre los síntomas de adicción, causados por el uso del smartphone (abstinencia, tolerancia, uso excesivo y problemas causados por el mismo), así como las variables de motivación extrínseca (miedo y evitación de la tarea) y motivación intrínseca (motivación hacia la tarea). Concluyeron el estudio indicando que existen relaciones directas entre los problemas causados por el uso excesivo de teléfonos inteligentes y la ansiedad y la motivación extrínseca hacia el aprendizaje. Sostuvieron los autores también, que tanto la adicción a los smartphones se relacionaba de forma inversa con la dimensión claridad de sentimientos de la inteligencia emocional. Refieren también que la ansiedad provocada por el exceso en el uso de los smartphones se encuentra relacionada con la tolerancia generada por su uso y con las competencias culturales y artísticas.

En Brasil, Oliveira et al. (2020) llevaron a cabo un estudio multidisciplinario, con el propósito de evaluar los niveles de nomofobia, relacionándolos con las características comportamentales de los participantes con dependencia al celular. Emplearon un enfoque mixto deductivo cuantitativo y cualitativo. Los participantes fueron 377 estudiantes universitarios de Administración de Empresas de dos instituciones de educación superior, siendo 52% mujeres (195) y 48 % hombres (182) varones. La edad promedio de los participantes fue de 24 años entre 16 y 48 años. Las conclusiones reportaron que el 35% de los evaluados presentaban niveles moderados o severos de dependencia a los smartphones. Se

confirmó la mayor dependencia obtenida por las mujeres, los más jóvenes y los participantes que se encontraban en los semestres más avanzados.

De forma similar Álvarez-Cabrera et al. (2021) en Chile, aporta evidencia relevante sobre la nomofobia y su relación con el phubbing, descrito como un fenómeno contemporáneo que describe como el uso excesivo del móvil interfiere en la interacción social. La investigación contó con 248 estudiantes de ambos sexos y con edades de 18 a 27 años de una universidad de Arica. El estudio fue de carácter descriptivo correlacional. Fueron empleadas dos instrumentos el Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q) y la escala de Phubbing (Karadag et al. 2016). Combinar ambas variables permitió analizar la relación entre la dependencia del teléfono y la interrupción en la comunicación interpersonal. Los resultados evidenciaron que eran las mujeres las que obtuvieron puntajes más altos en la dimensión “no poder comunicarse” y “obsesión por el teléfono”, lo que podría sugerir que la nomofobia se encuentra más relacionada con la percepción de la conectividad social en mujeres.

Posteriormente en Croacia, Santl et al. (2022) presentan un análisis detallado sobre la nomofobia y su relación con diversos indicadores de salud emocional, mostrando hallazgos significativos sobre su impacto en el bienestar psicológico de los estudiantes. Fueron 257 estudiantes universitarios los participantes, con edades con un promedio de 22 años. Se aplicaron diversos instrumentos validados para evaluar el impacto de la nomofobia en la salud mental, la Escala de Soledad Social y Emocional (SELSA), que evalúa el grado de aislamiento percibido y la desconexión efectiva, el Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q), la Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS) y el Cuestionario de Habilidades Competencias Emocionales (ESCQ-15). Permitiendo una evaluación multidimensional, que afecta la dependencia tecnológica y su impacto en factores cognitivos y emocionales. Los resultados revelaron correlaciones significativas entre la nomofobia y el resto de las variables psicológicas evaluadas, se informó que los participantes con mayor dependencia al móvil evidenciaron

mayores niveles de depresión. Determinando que la nomofobia es un factor importante en la aparición de alteraciones emocionales explicando el 30% de la variabilidad de los síntomas depresivos, el 24% de la ansiedad y el 26 % en los relacionados con el estrés. Finalmente se concluyó que la nomofobia no es sólo un problema de dependencia tecnológica, sino que influye en la salud mental y el desarrollo emocional y que los participantes con mayores manifestaciones de nomofobia mostraron menores competencias emocionales, ansiedad y estrés.

Yilmaz et al. (2022) en Turquía, presenta un estudio de análisis de regresión lineal jerárquica, propone considerar la sensibilización personal y la ideación suicida paranoica, como predictores de la nomofobia en adultos jóvenes. Los participantes se conformaron con 271 estudiantes, hombres y mujeres, con edades entre 18 y 25 años de dos universidades turcas. Se emplearon dos instrumentos validados la Escala SCL-90, que mide síntomas psicopatológicos como ansiedad, depresión y obsesión compulsiva y el Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q) que mide la intensidad de la dependencia emocional al móvil. La investigación reportó en los resultados que las puntuaciones totales de nomofobia correlacionaron significativamente más alto con la sensibilidad interpersonal ($r = .31, p < .001$). Que la segunda correlación más alta fue con la ideación paranoica ($r = .29, p < .001$). Así mismo se encontró que la ansiedad fóbica, la obsesión compulsiva y la depresión mostraban correlaciones altas con las puntuaciones de nomofobia.

En otros contextos como en México, Barraza (2022) en una investigación, que relaciona la Nomofobia con diversas variables sociodemográficas, ofrece una perspectiva sobre la prevalencia del miedo a perder el móvil. Investigación de carácter correlacional y transversal permitió evaluar la edad, el sexo, así como las principales actividades que influyen en el temor por perder el móvil. Se conformó una muestra de 251 participantes, hombres y mujeres con edades de 18 hasta los 70 años. Se empleó la escala Barraza de Nomofobia (Barraza 2020).

Los resultados mostraron que más del 80 % de la población total teme perder el celular, con relación a la nomofobia se presenta en 2.4 % de la población, se estableció que son las mujeres y los más jóvenes los que manifiestan temor a perder el celular.

El estudio de Guimarães et al. (2022) en Brasil, examina la relación entre la nomofobia y la adicción a los smartphones considerando la edad y el género como variables explicativas. El estudio con 316 participantes de los 22 estados brasileños, con un promedio de edad 28,1 años, el género estuvo distribuido de forma equitativa. El estudio fue descriptivo correlacional, se realizó un análisis de regresión jerárquica. Se aplicaron el Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q), adaptado al contexto brasileño por da Silva et al. (2020) y la escala de adicción de teléfonos inteligentes, se incluyeron preguntas demográficas al estudio. Se obtuvo como resultados que los factores de la medida de nomofobia explican la adicción a los teléfonos inteligentes. No se encontraron diferencias significativas en función al género, mientras que, con relación a la edad, se reportó que mientras más joven evidenciaba mayor nivel nomofóbico y mayor tendencia a la adicción a los smartphones.

Sumado a lo descrito en Grecia se reportó que Vagka et al. (2023) elaboran un estudio que muestra como propósitos explorar la prevalencia y factores asociados a la nomofobia, entre los adultos jóvenes de Atenas y sus problemas emergentes. La muestra se conformó con 1408 participantes de 18 a 25 años. El análisis estadístico se realizó mediante técnicas univariadas simples o modelando los datos mediante modelos lineales generalizados. Entre sus hallazgos se encontró que el (99.9%) de participantes, presentaron algún nivel de nomofobia con prevalencia del nivel moderado (57,0 %). Se identificó también que las participantes mujeres que no trabajaban mostraron más probabilidad de un nivel de nomofobia severa (adj PR = 1.57), se agregó también que el 59% con nomofobia severa realizaban revisiones al teléfono de forma muy frecuente ($p < 0.001$). Igualmente se reportó que el 45.8% con diversos niveles de nomofobia reportaban influencia negativa en su rendimiento académico. Asimismo, los

participantes con nomofobia severa empleaban teléfonos más caros en comparación con los participantes de casos leves y moderados de nomofobia. En cuanto a la edad de los participantes, se reportó también que los menores de 20 y 24 años mostraron mayores niveles de nomofobia en comparación con los participantes de mayor edad.

En la misma línea se encontró que Karaoglan et al. (2023) en Turquía, investigó la relación entre nomofobia, inteligencia emocional, resolución de problemas interpersonales, estrés percibido y autoestima entre los estudiantes de pregrado, los participantes fueron 543 estudiantes de pregrado, con una distribución de 57% mujeres y el 43% varones. Reportaron en los resultados que, en función a la mejora de las habilidades interpersonales en resolución de problemas, la nomofobia disminuye. También se encontró que, en base al desarrollo de la inteligencia emocional, aumentan las habilidades interpersonales en resolución de problemas de los estudiantes y que en función del desarrollo de la inteligencia emocional se reduce el nivel de estrés.

Por otro lado, Braña (2023), en España elaboró una investigación, correlacional denominada Nomofobia y FOMO (miedo de perderse experiencias en redes sociales) y sintomatología ansiosa en 225 jóvenes, con edades entre 18 y 25 años. Los resultados evidenciaron que existe una relación positiva entre los síntomas de ansiedad y angustia al estar separados del móvil, evidenciando que estar lejos del móvil les genera ansiedad. Así mismo se demostró que a mayor uso del móvil mayor la probabilidad de presencia de nomofobia, indicaron que las mujeres obtuvieron el puntaje más alto en ansiedad, nomofobia y FOMO.

Asimismo, Jahrami (2023) reportó que en la República Tunecina (Túnez), una investigación, que estableció la relación entre nomofobia, insomnio, cronotipo, teléfono en proximidad, tiempo de pantalla y duración del sueño en adultos: un estudio transversal asistido por una aplicación de teléfono móvil, desarrollada en Bahrein, la cual tuvo como objetivo explorar las asociaciones entre variables y su posible impacto. Los participantes fueron

conformados incluyendo 444 participantes, el 52% fueron mujeres y el 48% varones, se empleó el Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q), el cuestionario Mañana Noche (MEQ) y el Índice de Gravedad del insomnio (ISI), se emplearon también tres aplicaciones de teléfono móvil. La aplicación Plees Tracker, (tiempo en pantalla), y un podómetro permitieron recoger datos sobre la duración del sueño, la cercanía al teléfono y el tiempo que pasaban en pantalla por día. Se obtuvo como resultados una asociación significativa entre nomofobia y tiempo en pantalla, del insomnio y el cronotipo nocturno. Así como una relación entre el tiempo en pantalla y la nomofobia. Se reportó también la nomofobia, el índice de gravedad de insomnio y el tiempo en pantalla aumentan según el cronotipo. No se reportaron diferencias significativas en la duración del sueño según el cronotipo. Se sugiere que la nomofobia podría ser beneficiosa en adultos con cronotipo nocturnos.

En España, García-Masip et al. (2023) elaboraron una investigación denominada Personalidad y Nomofobia: el papel de la creencia obsesivas disfuncionales. La investigación se desarrolló en trabajadores de la ciudad de Tarragona, la muestra estuvo compuesta por 366 trabajadores, compuestas del 55,46% mujeres y 44,54% varones, de 18 y 99 años. La investigación aplicó el Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q), la escala de Evaluación General de la personalidad, instrumento basado en Big Five Factores de personalidad y las creencias obsesivas disfuncionales a través del Inventarios de Creencias Obsesivas (ICO). Se planteó identificar la relación entre los rasgos de personalidad y la nomofobia y las creencias obsesivas disfuncionales como antecedentes de nomofobia. Se reportó como resultados que la nomofobia se encuentra directamente relacionada con rasgo de personalidad, así como la extroversión y que las creencias obsesivas disfuncionales son de gran importancia en el desarrollo de la nomofobia, confirman que los rasgos de personalidad y las creencias obsesivas disfuncionales combinadas, pueden afectar el grado de nomofobia, contribuyendo que las mencionadas variables psicológicas podrían ser predictores de nomofobia.

Igualmente reportó Caba et al. (2023) en México, realizaron una investigación, que buscó validar del Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q) y comparación transcultural con España, los objetivos de la investigación fue adaptar y validar el NMP-Q en una muestra mexicana, analizar el género, la edad y la varianza intercultural, así como la diferencia entre países. En cuanto a la muestra participaron 19,226 mexicanos y 3,897 españoles. Las edades fluctuaban entre los 14 y 19 años. En cuanto a los resultados se alcanzaron índices satisfactorios de confiabilidad, igualmente con la invarianza transcultural respecto al sexo y edad. Finalmente se indicó que los españoles, igual que las mujeres con edades entre 14 y 16 años, fueron quienes mostraron puntajes más elevados.

El estudio realizado por Muiñoz et al. (2024) a través de su investigación propone evaluar la incidencia de la nomofobia y su repercusión en la vida cotidiana de 441 estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de la Coruña, de los que un 85,5% eran mujeres, el 15,4% eran hombres y el 2% declaró ser género no binario, con edades comprendidas entre los 18 y 55 años. Se aplicó la escala de Nomofobia (NMP-Q) y un cuestionario estructurado. Los resultados concluyeron indicando que existe una preocupación por la nomofobia alta en los estudiantes, sin alcanzar niveles alarmantes. Las mujeres presentaron mayor preocupación respecto a la dependencia del smartphone. El grupo de 19 a 22 años mostró los índices más elevados frente a la falta del móvil. El estudio concluye confirmando que la nomofobia es un problema relevante que afecta a la población universitaria.

1.4.2. Antecedentes nacionales

En el ámbito nacional, la nomofobia como variable de investigación no ha sido ampliamente difundida. No obstante, en los últimos años ha emergido un creciente interés por explorar su relación con otros factores, lo que impulsado la ejecución de diversos estudios como la propuesta por Larico (2018) en Juliaca, elaboró una investigación de tipo correlacional

causal, que buscó identificar la influencia de la ansiedad y cuáles eran las posibles consecuencias de la nomofobia y en 337 estudiantes de la Universidad Andina Néstor Cáceres Velásquez. Los resultados obtenidos confirman la existencia de una relación estadísticamente significativa entre nomofobia y ansiedad. Evidenciando que el 62,61% de los participantes obtuvieron niveles leves de nomofobia, obteniendo nomofobia moderada y severa respectivamente el 20,47% y 11,28%. Los resultados referidos a la ansiedad reportaron que el 50,15% obtuvieron niveles bajos de ansiedad, y 34,42% niveles medios de ansiedad.

En la ciudad de Trujillo, Flores (2019) llevó a cabo un estudio orientado a examinar la relación entre la nomofobia y el bajo rendimiento académico. La muestra estuvo conformada por 325 estudiantes de la facultad de Medicina humana de la Universidad Antonio Orrego, contaban con edades promedio de 21,71, de los cuales el 60% fueron mujeres y el 22,2% pertenecientes al tercer año. Se logró evidenciar que 61,8% obtuvieron niveles moderados de nomofobia, mientras que el 23,1% evidenció un bajo rendimiento académico. Se identificaron diferencias significativas entre ambas variables, así como con factores relacionados con la edad, el año de estudios y la metodología académica, con valores de significancia ($p=0.000$, 0.007 y 0.002 respectivamente). Se concluyó el estudio indicando que prevaleció el nivel moderado de nomofobia, mientras que el 23% presentó bajo rendimiento académico. Así mismo se reportó la existencia de una relación entre el bajo rendimiento académico y nomofobia según el nivel de afectación.

Rosales et al. (2019) en Lima, desarrollaron una investigación, de tipo correlacional, la cual tuvo como objetivo identificar los factores y síntomas de la nomofobia y su nivel de interferencia en la vida académica, desarrollada en la Universidad Nacional de Ingeniería (UNI). Se constituyó una muestra compuesta por 461 estudiantes con edades mayores de 17 años de los cuales el 21% fueron mujeres y el 79% varones. El instrumento utilizado fue el “Test of Mobile Phone Dependence (TMD) Questionnaire” (Choliz et al. 2016). Los hallazgos

permitieron identificar tres factores sintomáticos de la nomofobia, al describir la sensación que experimentan cuando sienten la necesidad de estar con sus teléfonos o ante la posibilidad de perderlos, evidenciando patrones de dependencia tecnológica que podrían impactar el desempeño académico. Fueron descritas como sensación de ansiedad, uso compulsivo del móvil y pánico.

En la misma línea, Caro (2020) desarrolló una investigación de corte transversal en estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana, con el propósito de analizar la relación que existe entre la nomofobia y la agresividad. El estudio fue de carácter descriptivo correlacional, se aplicó el Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q) para la recolección de datos. Los participantes fueron 129 estudiantes. Los resultados revelaron la existencia de una correlación significativa y directa con un nivel de significancia bilateral de 0,01 entre nomofobia y agresividad. Se identificó que los participantes con nomofobia moderada mostraban mayor propensión a manifestar conductas agresivas, sugiriendo una interacción relevante entre ambas variables.

En la ciudad de Huancayo, Vera-Prado (2020) llevó a cabo un estudio el cual buscó establecer la vinculación existente entre la nomofobia y el autoconcepto en estudiantes de las facultades de las escuelas de ingeniería civil, industrial y medio ambiente de una universidad privada. Se conformó la muestra con 113 estudiantes del primer ciclo. Se emplearon dos instrumentos para medir el autoconcepto el AF-5 (forma 5) y el de Nomofobia (NMP-Q). Se reportó dentro de los resultados que el 71 % de los participantes mostraron nomofobia moderada y el 72,6% presenta autoconcepto en la categoría tendencia baja. Sin embargo, el análisis estadístico indicó la no evidencia de correlaciones significativas. Sugiriendo que la nomofobia no influye directamente en la percepción del autoconcepto en la población estudiada.

En la misma línea, Rengifo y Arapa (2021) en Juliaca desarrollaron una investigación descriptiva correlacional, con el propósito de examinar la relación entre la nomofobia y la procrastinación académica. La población se conformó con 96 estudiantes de 14 y 17 años, de una institución estatal de Juliaca. Se aplicó el Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q) y la Escala de Procrastinación académica (EPA). Los resultados reportados mostraron que el 35.4% de los participantes obtuvieron un nivel moderado de nomofobia mientras que el 20.8% alcanzó un nivel alto de nomofobia. No obstante, los investigadores concluyeron que no correlacionaron de manera significativa las variables nomofobia y procrastinación.

Por su parte, Manchego (2022) efectuó una investigación descriptiva correlacional con el propósito de analizar la relación y la incidencia de la autoestima y la nomofobia en una muestra de 247 de estudiantes de secundaria en Lima. Para la evaluación se emplearon la escala de autoestima de Rosenberg, el Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q), y se midió la personalidad con el inventario de Eysenck. El estudio concluyó indicando que no inciden de forma significativa (Wald 0,079 α : 0,05) sobre la nomofobia y los factores de la personalidad de estudiantes de la escuela secundaria de Lima.

En esa misma línea, Copaja-Corzo et al. (2022) en una investigación de corte analítica transversal, estableció a través de sus objetivos relaciones entre los factores que se asocian a la nomofobia. El estudio se realizó contando con 3139 alumnos de pregrado de las facultades de medicina de diferentes universidades del Perú, los estudiantes eran de ambos sexos y las edades presentaban una media de 22 años. Los instrumentos empleados fueron el Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q), para medir depresión y ansiedad, la lista de verificación de síntomas de Hopkins-25 (HSCL-25) y una versión abreviada de la escala HSCL-58. El estudio mostró presencia de niveles de nomofobia moderada y grave en 25.7 y 7,4% respectivamente reportando también que los estudiantes mayores o iguales a los 24 años obtuvieron menores puntajes. Concluyeron que la nomofobia se presenta como un problema frecuente, actual y en

ascenso en estudiantes universitarios. Presentándose con mayor frecuencia en entre los más jóvenes asociándose con frecuencia a síntomas de ansiedad y depresión.

Pastor (2022) en la ciudad de Lima, presenta una investigación de tipo descriptiva correlacional multivariada, relacionando la ansiedad, el estrés y la nomofobia. Los participantes fueron 267 estudiantes de educación técnico-productiva, los instrumentos empleados fueron la evaluación de la ansiedad el Inventario de ansiedad: Estado - Rasgo (IDARE), para medir el estrés se empleó la Escala Global de Estrés percibido (EPGE-1) y para la medición de la nomofobia se empleó el Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q). Se reportó que los participantes no presentaban niveles significativos de ansiedad en el nivel estado y rasgo. Sin embargo, se observaron niveles elevados tanto de eustrés como de distrés, lo que sugiere una alta percepción de estrés en la población estudiada. En relación con la nomofobia los hallazgos reflejaron un nivel leve de dependencia al teléfono móvil. La investigación concluyó que la relación entre ansiedad, estrés y nomofobia es variada, con relaciones negativas, positivas, bajas y no significativas.

Navarro y Berrospi (2023) presentaron una investigación con el objetivo de explorar las relaciones entre la nomofobia. La procrastinación académica y el bajo nivel de inteligencia emocional como factor de riesgo de ansiedad estado. La investigación fue aplicada a 168 estudiantes de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán – Huánuco. Se aplicaron diversos instrumentos, el Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q), Escala de Procrastinación Académica (EPA), Escala de Inteligencia Emocional (Trait Meta – Mood Scale) y el Inventario de ansiedad Estado Rasgo (IDARE). Los hallazgos reportaron la existencia de una relación significativa entre procrastinación académica y la baja autorregulación académica, así como con el nivel medio y alto en postergación de actividades. Se informó de la presencia de una asociación significativa entre la nomofobia y la inteligencia emocional. Concluyendo que los niveles elevados de nomofobia y procrastinación académica

se relacionan con una mayor ansiedad. En contraposición se indica que un mayor nivel de inteligencia emocional se vincula con una disminución en los niveles de ansiedad y nomofobia.

1.5. Justificación de la investigación.

La presente investigación como aporte teórico permite ampliar el conocimiento del constructo Nomofobia, al ser una variable relativamente nueva. Durante la investigación no se logró encontrar amplia información teórica que sustente el constructo, sin embargo, se pudo verificar que, en los últimos cinco años, ha evidenciado un fuerte incremento de investigaciones nivel nacional e internacional que la relacionan con diversas variables, entre ellas la inteligencia emocional, el malestar psicológico, la prevalencia en función al sexo y la edad, adicción al teléfono inteligente, así como las dimensiones emocional y cognitiva de estudiantes universitarios y otras muestras.

El estudio evidencia relevancia práctica, en la medida que permite comprender mejor el constructo nomofobia, elementos y sus características, así mismo su relación con otras variables y brinde información relevante a la comunidad científica. La investigación aporta al conocimiento de la relación entre la tecnología y el comportamiento, dado que, al tratarse de un fenómeno relativamente reciente, aún se desconocen aspectos como interacción, implicaciones, efectos y posibles abordajes.

Asimismo, hasta la fecha no se han encontrado investigaciones en nuestro país que examinen la conexión entre la inteligencia emocional, la autoeficacia y la nomofobia, lo que permite ampliar el marco teórico de la variable. Los hallazgos obtenidos en la investigación ofrecen información novedosa y validada entre las variables analizadas, lo que facilitará el diseño e implementación de estrategias preventivas o de intervención orientadas a gestionar tendencias nomofóbicas o de la dependencia excesiva del uso de dispositivos móviles.

En conclusión, esta investigación tiene el propósito de aportar con modelos que contribuyan con el quehacer psicológico brindando validez y confiabilidad de instrumentos empleados en nuestro contexto. Asimismo, propone comprobar el papel de la inteligencia emocional y autoeficacia, como factores predictores de la nomofobia en estudiantes universitarios, con el propósito de facilitar un modelo explicativo para determinados comportamientos. Esto resulta relevante para el diagnóstico y tratamiento en el ámbito de la psicología, permitiendo abordar de forma efectiva la influencia de la tecnología en la conducta humana.

1.6. Limitaciones de la investigación

Una de las principales limitaciones identificadas en la investigación fue la recolección de datos realizada mediante formularios virtuales, debido a que tras la emergencia sanitaria provocada por el COVID 19, las instituciones universitarias realizaban actividades académicas de forma híbrida, es decir las clases se dictan de forma presencial y virtual. Para suplir la mencionada limitación se elaboraron formularios de evaluación virtual, con formularios Google form, los que fueron distribuidos de forma virtual a través de redes sociales y correo electrónico, se realizó el mismo procedimiento los tres instrumentos, se incluyó el consentimiento informado.

Otra limitación encontrada es que los estudiantes por la carga académica presencial o virtual que enfrentaban en determinados momentos del ciclo regular, demoran en responder los instrumentos o lo realizaban con premura. Se debió encontrar horarios oportunos para que el estudiante responda con comodidad.

1.7. Objetivos

1.7.1. Objetivo general

Examinar si la inteligencia emocional y la autoeficacia actúan como factores que predicen la nomofobia en estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana.

1.7.2. *Objetivos específicos*

Analizar las propiedades psicométricas de la Escala de Inteligencia Emocional, (Wong and Low), de la Escala de Autoeficacia General de Baessler y Schwarzer y del Cuestionario de nomofobia (NMP-Q) en estudiantes de una universidad estatal de la Lima Metropolitana.

Caracterizar la Inteligencia Emocional de la Autoeficacia y la Nomofobia en estudiantes de una universidad estatal de la Lima Metropolitana.

Examinar las diferencias en Inteligencia Emocional, la Autoeficacia y la Nomofobia según el sexo en estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana.

Determinar la relación entre las dimensiones de la nomofobia y las dimensiones de la inteligencia emocional en estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana.

Analizar la relación entre las dimensiones de la nomofobia y la autoeficacia en estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana.

Explorar la relación entre las dimensiones de la inteligencia emocional y la autoeficacia en estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana.

Validar el modelo predictivo que vincula la inteligencia emocional y la autoeficacia con la nomofobia mediante indicadores de ajuste y significancia estadística.

1.8. Hipótesis

1.8.1. *Hipótesis general*

La Inteligencia Emocional y la Autoeficacia predicen la Nomofobia en estudiantes de una universidad estatal de Lima.

1.8.2. *Hipótesis específicas*

Existe una relación inversa entre los niveles de nomofobia y la inteligencia emocional en estudiantes de una universidad estatal de Lima.

Existe una relación inversa entre la nomofobia y la autoeficacia en estudiantes de una universidad estatal de Lima.

Se identifican diferencias significativas en los niveles de la inteligencia emocional de acuerdo con el sexo en estudiantes de una universidad estatal de Lima.

Se identifican diferencias significativas en la autoeficacia en función al sexo en estudiantes de una universidad estatal de Lima.

Se identifican diferencias significativas en los niveles de la nomofobia de acuerdo con el sexo en estudiantes de una universidad estatal de Lima.

II. MARCO TEÓRICO

2.1. Marco conceptual

La presente investigación aborda tres variables principales, la Inteligencia emocional y la autoeficacia como predictores de nomofobia. En relación con la Inteligencia emocional se fundamenta en los aportes brindados por la Teoría de Habilidades, propuestas por John Mayer y Peter Salovey, autores que por primera vez introdujeron el término en la literatura científica a través de un artículo publicado en la revista *Imaginación, Cognition and Personality*. (Salovey y Mayer, 1990).

En su momento refería Fernández-Berrocal et al. (2021), el término inteligencia emocional ha evolucionado en diferentes modelos, que podrían resumirse en dos grandes categorías. En primer lugar, los *modelos de habilidad*, referido aquellos que se centran en capacidades mentales que permite interpretar y gestionar la información emocional que permite optimizar los procesos cognitivos. En segundo lugar, los *modelos mixtos*, que combinan habilidades con ciertos rasgos conductuales y dimensiones de la personalidad, integrando aspectos emocionales y sociales en la comprensión del funcionamiento psicológico. En base a ambas perspectivas se realizará una revisión de ambos enfoques que permita comprender mejor el papel de la inteligencia emocional en la predicción de la nomofobia.

2.1.1. *Inteligencia emocional*

El concepto de inteligencia emocional ha evolucionado a lo largo del tiempo, atravesando diversas etapas teóricas, en primer lugar, fue Howard Garner (1983), en su propuesta sobre las inteligencias múltiples, sustentando que las personas manifiestan diferentes formas de inteligencias las cuales se agrupan en siete tipos las cuales sostiene, son independientes una de las otras. Resalta en sus postulados que la inteligencia personal integra la inteligencia intrapersonal vinculada al conocimiento de sí mismo y la inteligencia interpersonal relacionada con la habilidad para interrelacionarse con los demás. A pesar de que

Garner no definiría explícitamente la inteligencia emocional, sus postulaciones sirvieron de base para su desarrollo posterior.

Por otro lado, la Teoría triárquica de la inteligencia presentada por Robert Sternberg (1985) quien postula la presencia de tres formas de inteligencia, cada una con un papel clave en el procesamiento y aplicación del conocimiento.

- Inteligencia analítica (abstracta), relacionada con el pensamiento abstracto y la capacidad de analizar información.
- Inteligencia práctica, que se enfoca en resolver problemas o situaciones cotidianas.
- Inteligencia creativa, vinculada a la generación de ideas novedosas o innovadoras.

Ambas teorías tienen sus raíces basadas en los conceptos brindados por Thorndike (1920), quien postulaba la existencia de una inteligencia social, expresada como la habilidad de comprender y relacionarse de una forma adecuada en las relaciones con otros. Cimentando así las bases de lo que luego conoceremos como, la inteligencia emocional (Mejía 2012).

2.1.1.1. Modelos y conceptualización de la inteligencia emocional. Tras un análisis exhaustivo de literatura científica, se identificaron los principales modelos que fundamentan y explican la inteligencia emocional. Los autores proponen *modelos mixtos*, *modelos de habilidades* y otros *modelos complementarios*, los cuales manifiestan una variedad de enfoques respecto a la inteligencia emocional y su forma como afectan la conducta humana.

2.1.1.2. Modelos mixtos de la inteligencia emocional. Los modelos mixtos de la inteligencia emocional integran no solo habilidades cognitivas, sino también rasgos de personalidad y factores emocionales que influyen en la forma de gestionar las emociones. Estos modelos sostienen que la inteligencia emocional no solo implica la capacidad de percibir y gestionar emociones; sino también la interacción con las características individuales como la

motivación, el control de impulsos, gestión de la ansiedad, la regulación del estrés, integrando elementos conductuales como la asertividad y la persistencia, elementos fundamentales para la adaptación y desempeño eficaz en entornos sociales y profesionales.

Un importante exponente de este enfoque es Goleman (1995) que subrayó la relevancia y popularizó el concepto en diversos ámbitos como el educativo y organizacional. Otro exponente es Reuven Bar-On (1997) quien desarrolla un modelo centrado en el bienestar emocional y ajuste social. Los autores propuestos en sus investigaciones de la inteligencia emocional aportan ideas estrategias y diversos elementos impactando significativamente en el desempeño personal y profesional.

A. Modelo de la inteligencia emocional de Daniel Goleman. El autor establece identificando la presencia de un Cociente Emocional (CE) y un Cociente Intelectual (CI) y que no se oponen entre sí. Define la Inteligencia Emocional como un conjunto de capacidades para identificar y gestionar los propios sentimientos, motivar y monitorear las relaciones con otros y regularlas. (Goleman, 1995). Según Goleman (2005^a), la Inteligencia Emocional se compone de cuatro dimensiones:

- Conciencia de sí mismo: Conciencia de los propios estados internos, reconocer los propios sentimientos y expresión de sus emociones y sentimientos. Descrita como la capacidad de identificar los estados emocionales del individuo.
- Autorregulación: Habilidad para controlar los impulsos y orientar la conducta hacia resultados positivos, gestionando el mundo interno de manera efectiva. Implica la regulación emocional y el sostenimiento del equilibrio psicológico.
- Conciencia Social: Esencial para construir relaciones interpersonales sólidas, implica la capacidad de acercarse y comprender las emociones y necesidades de los demás, fomentando la empatía y la sensibilidad social.

- Regulación de relaciones interpersonales: Comprende el manejo adecuado de las relaciones sociales, la construcción de redes de apoyo y trabajo colaborativo para el logro de objetivos compartidos.

B. Modelo de inteligencia emocional de Reuver Bar-On. El autor (2006- 2010) sostiene que la inteligencia socioemocional comprende un conjunto de competencias y habilidades no cognitivas, que influye en la capacidad de las personas de comprender y relacionarse con los demás, facilitando la manifestación de sus expresiones y confrontar adecuadamente las exigencias de su vida diaria. Según su planteamiento la inteligencia emocional propicia en un alto porcentaje la posibilidad de logros personales, sociales y profesionales. Siendo incluso más relevante que la inteligencia cognitiva. Dentro de su modelo, Bar-On subraya la relevancia de las habilidades comunicativas y sociales, esenciales para la expresión emocional y la interacción interpersonal. Basado en esta perspectiva, el autor desarrolló el modelo Emotional Social Intelligence (ESI), junto con el Inventario de Coeficiente Emocional, una herramienta de evaluación estructurada en cinco dimensiones fundamentales:

- Intrapersonal: Comprende la capacidad de reconocer y comprender las propias emociones, incluyendo aspectos como la autoconciencia emocional, la asertividad, el autoconcepto y la independencia.
- Interpersonal: Se enfoca en la conciencia social y la calidad de las interacciones interpersonales, abarcando la empatía y la responsabilidad social.
- Adaptabilidad: Relacionada con la capacidad de gestionar cambios, adaptarse con flexibilidad y resolver problemas de forma efectiva.
- Manejo del Estrés: Implica el desarrollo de estrategias para tolerar la presión y controlar impulsos.

- Estado de ánimo en general: Se vincula con la motivación para enfrentar la vida con actitud positiva, integrando la felicidad y el optimismo.

Este modelo resalta la relevancia de la inteligencia emocional en su capacidad de adaptación y del bienestar psicológico, ofrece una estructura integral que permite evaluar su impacto en diferentes contextos. El primer componente representa el grupo de habilidades que favorece el autoconocimiento, permitiendo a la persona identificar y comprender sus propias emociones. El segundo componente se manifiesta a través del manejo de emociones intensas las cuales pueden ser propias o la de los otros generando la autorregulación y empatía. Por su parte, el tercer componente se vincula con la capacidad de adaptación a los cambios, fomentando actitudes positivas frente a dificultades o presiones externas. Finalmente, el cuarto y quinto componente acorde con lo propuesto por Bar-On (2000), se relacionan con la capacidad para regular estados de ánimo, abarcando la capacidad para gestionar las emociones y resolver problemas de forma eficaz.

El modelo propuesto por Bar-On describe las habilidades de la inteligencia emocional en cinco componentes, las cuales deben ser organizados en dos grandes categorías

Habilidades básicas: esenciales para el desarrollo de la inteligencia emocional y la interacción con el entorno, la cual incluye la capacidad de establecer vínculos saludables.

Habilidades específicas, las cuales abarcan:

- La Autoevaluación, que es la habilidad de poder reconocer las propias fortalezas y debilidades.
- La asertividad, considera la expresión adecuada de pensamientos, emociones y necesidades. Incluyendo la gestión de resolución de problemas y de enfrentar eficazmente diversos desafíos.

- El manejo y control de impulsos, relacionado a la regulación de emociones y el autocontrol y la flexibilidad, indica la capacidad de adaptarse a diferentes situaciones de cambio. Siendo las mencionadas fundamentales para la existencia y evolución de la inteligencia emocional, permitiendo un adecuado manejo de emociones y la interacción con su entorno.

En el segundo bloque describe las capacidades facilitadoras, siendo aquellas más complejas y dependen del desarrollo previo de las habilidades básicas. Encontramos en primer lugar a la autorrealización como la capacidad de establecer y alcanzar metas personales para el crecimiento personal, en segundo lugar, se encuentra la independencia emocional, entendida como la habilidad que permitiría gestionar las emociones sin depender excesivamente de los demás. Se encuentra en este bloque también la responsabilidad social, que se entiende como el compromiso con el bienestar colectivo y la comunidad, finalmente se incluye a la alegría como una actitud positiva y de satisfacción con la vida, prosigue el autor, como es visible en este segundo grupo, se manifiesta un mayor grado de dificultad, siendo dependientes de las habilidades básicas, concluyendo que existe una relación de codependencia entre ambos grupos, en donde las habilidades básicas son indispensables para el fortalecimiento de la capacidades facilitadoras.

2.1.1.3. Modelo de las habilidades de inteligencia emocional. El modelo de la habilidades destaca que la inteligencia emocional se encuentra sostenida en “habilidades” basado en competencias específicas permitiendo el procesamiento de la información emocional. A diferencia de otros enfoques, el presente modelo no integra rasgos de personalidad, por el contrario, se centra en habilidades concretas que permite gestionar y regular las emociones de forma efectiva. (García-Fernández y Giménez-Mas, 2010).

Modelo de habilidades de Inteligencia Emocional de Mayer y Salovey. Su propuesta se

encuentra centrada en la existencia de habilidades cognitivas, las cuales se ubican en los lóbulos prefrontales y neocórtex los cuales facilitan la percepción, la capacidad de evaluar y el empleo de la capacidad de autorregulación de emociones de forma inteligente sobre la base de normas sociales y de valores éticos. Este enfoque se encuentra enfocado en el procesamiento cerebral de la información emocional y su influencia en la toma de decisiones y bienestar personal. A lo largo de los años, Mayer y Salovey han revisado y reformularon su modelo en diversas oportunidades, desde 1990, que se introduce el componente *empatía*. Es así como desde 1997 hasta el 2000, los autores han realizado diversas aportaciones.

En su primera propuesta los autores plantean tres habilidades clave:

- Percepción y apreciación emocional: Descrita como la habilidad para identificar y poder diferenciar emociones en sí mismo y otras personas.
- Regulación emocional: Habilidad que permite administrar las emociones efectivamente.
- Utilización de la inteligencia emocional: Aplicación de las emociones para facilitar el pensamiento y la resolución del problema (Salovey y Mayer, 1990).

En el transcurso de los años Mayer et al. (2000) revisan su modelo original de la inteligencia emocional ampliándolo de tres a cuatro habilidades principales. La reformulación sostiene que la inteligencia emocional es la capacidad de percibir, comprender, y regular emociones, propiciando la resolución de problemas y la orientación del comportamiento (Salovey et al., 2000).

Durante el periodo 1997 a 2007, Mayer y Salovey reestructuran su enfoque a cuatro áreas claves:

- La Percepción emocional: Habilidad para identificar, reconocer y diferenciar las emociones propias y de los otros.

- La Facilitación emocional del pensamiento: Uso estratégico de las emociones para optimizar el razonamiento y toma de decisiones, permitiendo dirigir la atención hacia información relevante mediante estados emocionales.
- La Comprensión de las emociones: Habilidad para interpretar y analizar las emociones, causas y consecuencias, facilitando la identificación, comprensión y la evolución de las emociones y sus matices complejos.
- Regulación emocional: Competencia para gestionar y modificar las emociones tanto las propias como las ajenas, en busca de un equilibrio emocional.

Las áreas claves destacan las habilidades cognitivas necesarias para una conducta emocionalmente inteligente, basada en habilidades cognitivas específicas. Se describe a continuación en detalle:

a. *Percepción, valoración y expresión de emociones:* Considerada una habilidad básica, que permite identificar emociones y su contenido, incluye la identificación de mensajes emocionales, expresión facial, postura y tono de voz. Se subdivide en:

- Identificación de emociones, vinculada a factores físicos y auto pensamientos internos.
- Reconocimiento de emociones en los demás, interpretando el lenguaje, sonidos y expresiones artísticas.
- Expresión emocional adecuada, facilitando la comunicación de necesidades y sentimientos.
- Diferenciación entre expresiones genuinas y engañosas, para una interpretación precisa del estado emocional.

b. *Facilitación emocional.* Según los autores esta habilidad se encuentra relacionada con la utilización de las emociones como componentes de los procesos cognitivos. Incluye la creatividad y la resolución de problemas, dado que los estados emocionales influyen en la

orientación de la atención hacia determinada información, afectando la forma como se procesa la información y la manera que se afrontan los problemas. La cual se subdivide en:

- Priorizar la orientación del pensamiento a partir de los sentimientos.
- Utilizar las emociones que permite mejorar el juicio y la memoria.
- Adaptabilidad ante cambios emocionales, lo que permite ampliar perspectivas y considerar diferentes puntos de vista.
- Gestión de estados emocionales para enfrentar problemas. Disponer de diferentes estados emocionales con el objetivo de propiciar estrategias que permitan enfrentar dificultades, el razonamiento y la creatividad.

c. *Comprensión de las emociones.* Se vincula con la capacidad de interpretar el significado de las emociones y su influencia en el razonamiento facilitando la toma de decisiones. Comprende:

- Etiquetado de emociones y análisis de interrelaciones.
- Expresión emocional basada en contextos y relaciones.
- Comprensión de emociones complejas y simultáneas, como el amor, la tristeza o la ambivalencia entre el amor y el odio.
- Reconocimiento de la transición entre emociones, por ejemplo, de enojo a satisfacción o de tristeza a esperanza.

d. *Regulación reflexiva de las emociones.* Enfocada en la gestión de estados emocionales, esta habilidad permite mantener el equilibrio y controlar las emociones de manera adaptativa. Incluye:

- Apertura a emociones tanto positivas como negativas, para una experiencia emocional constante.
- Capacidad para acercarse o alejarse de una emoción según su relevancia en el contexto.

- Gestión estratégica de emociones propias y ajenas evaluando su relevancia.
- Manejo emocional equilibrado, evitando exageraciones o represiones en la expresión emocional.

La construcción de diversos instrumentos ha permitido evaluar la inteligencia emocional desde diferentes áreas y con mayor precisión. Escala Multifactorial de Inteligencia Emocional (MEIS) propuesta por Mayer et al. (1999), instrumento que se encuentra compuesta por doce escalas, las cuales miden cuatro habilidades fundamentales de la inteligencia emocional. La escala (MEIS) se distingue por evaluar la conducta real en vez de las respuestas auto reportadas, lo que reduce los sesgos de deseabilidad social. Los resultados reportaron que las subescalas del MEIS mostraban fiabilidad y correlacionaron con variables de medida de inteligencia, empatía y satisfacción vital, siendo considerado una herramienta válida y útil.

En 2002, Mayer et al. (2002) perfeccionan su prueba de inteligencia emocional presentando el Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT) la cual incorpora un proceso de estandarización que permite respaldar su fiabilidad mediante el análisis factorial confirmatorio, verificando que la prueba mide cuatro dimensiones de inteligencia emocional, basada en las teorías propuestas por Mayer et al. (2003). Adicionalmente a la concordancia entre la estructura factorial y la teoría, se ha demostrado que la prueba cumple con los criterios necesarios para ser considerada una medida válida de inteligencia.

Fernández-Berrocal (2022) refiere que los resultados de múltiples investigaciones han concluido aseverando que las personas emocionalmente inteligentes, muestran una tendencia a disfrutar múltiples beneficios personales y en su vida laboral, mejor salud física, tienden a ser más felices, mejor rendimiento académico y emplean diversas estrategias de regulación emocional (Fernández-Berrocal y Cabello, 2021; Fernández-Berrocal et al., 2022).

Asimismo, García Morales (2022) reseña una revisión sistemática sobre la evolución investigativa de la Inteligencia emocional, concluyó que esta variable se relaciona positivamente con la salud, la calidad de vida, la satisfacción laboral y el desempeño académico. Además, se encontró evidencia de su relación negativa con la psicopatología y el Burnout.

Sobre la base de las investigaciones con esta variable, en el ámbito infantil, Acosta y Clavero (2017) encontraron en una investigación que buscó identificar los factores que predicen la inteligencia emocional y su vínculo con el rendimiento académico en la infancia. La muestra estuvo compuesta por 404 niños con edades entre 6 a 12 años de la Ciudad de Ceuta, provenientes de cuatro centros educativos diferentes, reflejando la pluriculturalidad. Se aplicaron varias escalas como la prueba de Inteligencia Emocional de Mayer et al. (2009), se consideró los puntajes promedios de los estudiantes. Los resultados mostraron niveles medio-altos en ambas variables y confirmaron relaciones significativas entre la Inteligencia emocional y el rendimiento académico, evidenciando que a mayor puntaje en inteligencia emocional se asocia con un mejor desempeño escolar.

Siguiendo la misma línea de investigación, De Alba (2012) resalta en su investigación que buscó examinar la relación entre la inteligencia emocional, la depresión y el rendimiento académico en una muestra de 76 participantes. Para la evaluación se emplearon el Trait Meta Mood Scale y el Inventario de Depresión de Beck, mientras que el rendimiento académico, se determinó a partir de los promedios ponderados de los participantes. En cuanto a los resultados evidencia una relación negativa significativa entre la claridad emocional, la reparación emocional y los niveles de depresión. Sin embargo, no se encontró una asociación significativa entre las habilidades de Inteligencia emocional y el rendimiento académico. No obstante, se evidenció que el rendimiento académico presentaba una correlación negativa con los niveles de depresión

Pacheco y Berrocal (2004) destacan la importancia de examinar las interacciones entre la inteligencia emocional (evaluada mediante autoinforme y habilidad) la calidad de relaciones interpersonales y la empatía. Se consideró la posibilidad de considerar la variable inteligencia emocional como un posible predictor de estas dimensiones. La muestra la conformaron 184 estudiantes de diversas universidades de España, quienes fueron evaluados a través del Trait Meta-Mood Scale-24, una medida autoinformada de inteligencia emocional), una subescala del MSCEIT, se empleó también un inventario de redes sociales que permite evaluar la calidad de las relaciones interpersonales y el índice de reactividad interpersonal, destinada a medir la empatía. Se comprobaron las hipótesis propuestas a través de análisis de correlaciones y regresión múltiple obteniendo como resultado la existencia de asociaciones significativas entre la inteligencia emocional y la calidad de las interacciones sociales, así como la capacidad de comprender y responder eficazmente a las emociones ajenas.

2.1.2. Autoeficacia.

La segunda variable de la presente investigación se encuentra referida a la autoeficacia, y se fundamenta en los postulados de la teoría cognitiva social desarrollada por Bandura (1977). Desde esta perspectiva la autoeficacia se refiere a la percepción que tienen los individuos sobre su propia competencia, eficacia y capacidad para afrontar las demandas que les plantea la vida. Esta percepción se manifiesta como confianza en la habilidad personal, tanto en el propio rendimiento como en los acontecimientos del entorno. Precizando conceptos, Bandura (1997) define la autoeficacia como “las creencias de la propia capacidad para realizar y ejecutar acciones requeridas para manejar situaciones futuras que producirán ciertos logros o resultados” (p.3). Es así como sustenta que alcanzar y mantener estándares de desempeño, mejora la autoeficacia. Refiere, que las personas con elevada autoeficacia tratan de manera más efectiva acontecimientos y situaciones adversas.

Es así como el autor desde un punto de vista teórico le brinda un lugar de gran importancia a la capacidad de autorregulación, postulando que toda interacción personal corresponde a la relación persona-conducta-ambiente. Esta teoría se enmarca en el modelo del determinismo triádico o recíproco (Bandura, 1994), el cual sostiene la existencia de una interacción dinámica y bilateral entre sus tres elementos clave; el entorno, la conducta y los factores personales, tales como las cogniciones, las emociones y los aspectos biológicos. En este sentido las personas con elevada autoeficacia tienden a enfrentar los desafíos con perseverancia, a mantenerse enfocadas en sus metas y a desplegar un mayor nivel de desempeño. Según la teoría las personas tienden a percibir los obstáculos como oportunidades de superación más que como amenazas, lo que potencia su capacidad para resolver problemas y utilizar estrategias cognitivas más eficaces.

Resalta el autor respecto a una elevada autoeficacia que, disminuye el temor al fracaso, eleva las aspiraciones y propicia el aumento de capacidades de solución de problemas y del pensamiento analítico. Mientras que las personas con baja autoeficacia suelen experimentar sentimientos de impotencia, percibiendo como incapaces de ejercer control sobre las circunstancias. Esta percepción puede llevarlas a desistir ante dificultades al considerar cualquier esfuerzo infructuoso. Con frecuencia tienden a rendirse con rapidez, sin intentar afrontar la situación. Es así como sostiene Bandura (1995) que la baja autoeficacia podría disminuir profundamente la motivación y limitar las aspiraciones, bloqueando las capacidades cognitivas de forma adversa e interferir con la salud.

En su modelo de aproximación a la personalidad Bandura (1997) propone dos aspectos importantes del yo, el auto reforzamiento y la autoeficacia. El auto reforzamiento hace referencia al proceso mediante el cual el individuo se administra recompensas o sanciones a sí mismo en función al cumplimiento de sus propias metas y estándares. Mientras que la autoeficacia alude a la convicción interna de estar adecuadamente preparada para afrontar los

retos de la vida. Ambos elementos son determinantes en la autorregulación de la conducta, ya que influyen directamente en los procesos cognitivos, emocionales y fisiológicos del individuo, en permanente interacción con el ambiente. El modelo sustenta que las personas evalúan, interpretan y regulan sus propias experiencias, pensamientos y emociones a través de un sistema interno que actúa como guía para su comportamiento (Velásquez, 2012)

Desde esa perspectiva sustentada en su teoría Bandura (1997) que la autoeficacia no debe ser descrita de forma general, por el contrario, sostiene que la autoeficacia puede adecuarse según las competencias necesarias en diferentes situaciones. Al respecto sustentada que las personas muestran niveles bajos de eficacia tenderán a presentar expectativas negativas, que los orienta a abandonar sus esfuerzos, mostrando apatía, resignación e impotencia. Por otro lado, destaca que el individuo con alta autoeficacia, en situaciones de un entorno sensible tienden a manifestar resultados satisfactorios. Siendo un factor fundamental en la personalidad. La autoeficacia se obtiene, aumenta o disminuye en función a cuatro factores o su combinación.

2.1.2.1. Factores que influyen en la Autoeficacia (Bandura 1997)

a. *Experiencias propias:* La autoeficacia se ve influenciada en gran medida por las experiencias previas del individuo. Cuando el individuo logra completar tareas con éxito, la confianza en sus propias capacidades se refuerza. Mientras que, por el contrario, los fracasos tienden a disminuir su percepción de eficacia, principalmente si ha invertido gran esfuerzo en su ejecución. Incluyendo que los logros alcanzados de forma independiente resultan tener mayor impacto que aquellos que se lograron con acompañamiento.

b. *Modelos sociales:* Aunque los modelos sociales no siempre contribuyen al incremento de la autoeficacia, podrían afectar al incremento de la ineficacia. Observar el éxito de otras personas con habilidades similares podría fortalecer la confianza en sí mismo, mientras que presenciar el fracaso de otros podría debilitarla.

c. Persuasión social: La opinión de los demás puede influenciar en la percepción de la autoeficacia del individuo ya sea reforzando o disminuyéndola. Para que la persuasión sea efectiva, es indispensable que la persona confíe en quién transmite el mensaje. La fuente confiable tiene mayor poder de eficacia que aquella que carece de credibilidad.

d. Estados físico-emocionales: Las emociones intensas pueden afectar de forma negativa la capacidad de interacción de una persona. Los sentimientos como el miedo, la ansiedad, el estrés elevado podrían reducir las expectativas de eficacia, lo que dificulta el desempeño en diversas actividades.

Galicía (2012) refiere que uno de los aspectos clave de la autoeficacia es la **magnitud**, vinculándola con el nivel de dificultad de las situaciones que una persona enfrenta y la percepción de éstas para superarlas.

Por otro lado, Borges et al. (2012) destacan que la autoeficacia influye en el pensamiento, ya que el grado de confianza que tiene un individuo en sus propias habilidades podría afectar su capacidad cognitiva modificando su comportamiento. Además, señalan que los procesos del pensamiento cumplen un rol fundamental en la toma de decisiones, especialmente en aquellas que implican enfrentar situaciones adversas.

En la misma línea Salamanca y Giraldo (2011) subrayan que las personas con alta autoeficacia poseen habilidades que les permite enfrentar dificultades de manera exitosa, por otro lado, quienes carecen de esta percepción, suelen experimentar estrés e incapacidad para controlarlas. Asimismo, la motivación se encuentra estrechamente relacionada con la autoeficacia, dado que influye en el esfuerzo invertido en la tarea, en la formulación de metas y en el tiempo que se destina para alcanzarlas. Es así que el comportamiento de las personas al elegir sus metas o retos desafiantes, se encuentran condicionadas por la percepción y creencias de su propia capacidad. (Grimaldo, 2005).

Factores relevantes que sustentan la autoeficacia:

- **Influencia en el comportamiento:** Bandura enfatiza que las creencias de los individuos afectan directamente la forma como las personas enfrentan sus desafíos, sobre la base de su nivel de esfuerzo, persistencia y resiliencia. Aquellos que poseen alta autoeficacia se encontrarán más motivados para confrontar las dificultades y esforzarse por alcanzar metas, incluso en situaciones de alta presión y estrés. Por el contrario, la presencia de una baja autoeficacia podría generar dudas sobre las propias capacidades, disminuyendo las motivación y aumentando la probabilidad de evitar tareas desafiantes. En tal caso la autoeficacia no sólo impacta el desempeño de diversos aspectos de la vida, sino también, influye en la respuesta emocional y adaptación a situaciones adversas.
- **Autorregulación emocional:** Las emociones, como el miedo o la ansiedad, desempeñan un papel de gran relevancia en la percepción de la autoeficacia. Las personas que desarrollan la habilidad de regular sus emociones de forma efectiva y suelen mantener niveles altos de autoeficacia, lo que le permite enfrentar con mayor efectividad los desafíos que se les presentan.
- **Impacto en el aprendizaje:** Asimismo, señala Bandura que las experiencias tempranas de éxito tienen un papel crucial en el desarrollo y fortalecimiento de la autoeficacia. Las personas que enfrentan desafíos en contextos educativos y lograr superarlos, desarrollan mayor confianza en sus capacidades, lo que refuerza el abordaje de nuevas tareas más complejas con mayor motivación y persistencia.

2.1.3. *Nomofobia.*

La tercera y última variables de la presente investigación es la Nomofobia, término que proviene de una forma abreviada del inglés (No mobile-phone-phobia), la cual hace referencia al temor irracional a no tener acceso al móvil, quedarse sin contacto o estar desconectado. Condición relacionada con un grupo de comportamientos y síntomas vinculados al uso excesivo del dispositivo o la ansiedad generada debido a su ausencia. El término tiene su origen aproximadamente en 2008 cuando una Oficina de Correos de Reino Unido, solicita a la empresa YouGoy, la evaluación a sus usuarios, para determinar si experimentaban ansiedad ante la falta de acceso a sus móviles. Se reportó que el 53% de los 2100 encuestados informaron sentir ansiedad si olvidaban sus móviles, se quedaban sin baterías, no tenían cobertura, no recibían mensajes o correos electrónicos.

King et al. (2010) introducen el término por primera vez como caso clínico, describiéndolo como un trastorno derivado del desarrollo del avance tecnológico, descrita como una ansiedad o incomodidad debido a sentirse desconectado. Podría traducirse como un trastorno de nuestra sociedad actual, virtual y en línea. Fenómeno que se ha convertido en una problemática propia de la sociedad digital actual, marcada por la necesidad permanente de conexión.

Posteriormente, King et al. (2014) redefinen la nomofobia como un miedo o temor moderno a la incomunicación, asociado tanto a la falta de acceso al teléfono móvil, como a la imposibilidad de conexión a internet. Según los autores este miedo puede clasificarse como una fobia situacional, que se encuentra vinculada a la agorafobia, dado que implica comportamientos desadaptativos originados por la ausencia del dispositivo móvil y la incapacidad de mantenerse conectado. Los autores enfatizan respecto a la nomofobia que se configura como una fobia comportamental o situacional, relacionada con la percepción de dependencia tecnológica.

Dixit et al. (2010) refieren que una persona que está sin conexión, se le agota la batería u olvida el teléfono, manifiesta ansiedad y esta ansiedad afecta negativamente su nivel de concentración. De manera similar Bragazzi y del Puente (2014) analizan la nomofobia como la consecuencia del impacto de las tecnologías sobre la comunicación y el comportamiento, describiéndola como un trastorno propio de nuestra sociedad digital, que se caracteriza por impulsividad, malestar, ansiedad, y angustia frente a la desconexión. Por lo ya mencionado León-Mejía et al. (2021) define la nomofobia como el temor a volverse incomunicado, enfatizando su influencia en la conducta y el bienestar emocional de las personas que se encuentran expuestos a entornos altamente digitalizados.

Esta nueva sociedad en línea, que nos orienta cada vez más hacia la rapidez de los procesos, con diversas alternativas digitales; la transformación hacia esta sociedad digital con grandes cambios y propuestas novedosas ha tratado mejoras y beneficios, aunque al mismo tiempo nos plantea preocupaciones y resulta siendo controvertido; es así como Marco y Chóliz (2017) indican que genera alarma social por su potencial adictivo, refieren los autores que el internet y el empleo de la tecnología no sin valorar sus aportes, señalan sus inconvenientes como la posibilidad de afectar la capacidad de control el cual junto con otros factores, posibilitan el uso abusivo o inadecuado propiciando el desarrollo de conductas adictivas, afectando el bienestar psicológico y la autonomía personal.

Dentro de este contexto surgen las adicciones tecnológicas, término referido por primera vez por Griffiths (1995), definiéndose como adicciones no químicas, las cuales generan una interacción excesiva hombre-máquina, a lo que Marks (1990) considera un subconjunto de las adicciones conductuales, destacando su impacto en la vida cotidiana y el comportamiento de los individuos.

Los móviles facilitan la comunicación instantánea, permiten que las personas se mantengan conectadas brindando accesos permanente a la información (Yildirim 2015). Sin

embargo, los dispositivos móviles impactan en la conectividad y el consumo digital, debido a que su uso se ha extendido a diversos ámbitos como la comunicación, el aprendizaje, el trabajo y el entretenimiento, consolidándose como herramientas esenciales para la vida cotidiana. Resulta de gran importancia subrayar que las aplicaciones móviles son diseñadas con tecnología que tiene la capacidad de crear **perfiles de usuarios**, a partir de la recopilación de información, incluye preferencias, patrones de consumo y hábitos digitales, lo que permite anticipar o predecir comportamientos de consumo, facilitando la orientación hacia determinados productos, servicios o contenido. Como resultado se refuerzan conductas que podrían fomentar un uso excesivo o indiscriminado del teléfono inteligente, incrementando así la dependencia tecnológica.

La evolución de la sociedad digital ha transformado y agilizando diversos ámbitos de la vida personal, social, académica y laboral ofreciendo soluciones inmediatas a diversas necesidades. La incorporación y desarrollo de la inteligencia artificial, que nos muestra un futuro dinámico pero incierto, un mundo en donde mantenemos cada vez con más frecuencia la vista y la atención en las pantallas, descuidando capacidades de interacción, desarrollo social y cognitivo de los individuos. Dentro de este escenario la dependencia al móvil se ha convertido en una de las manifestaciones más recurrentes de las denominadas adicciones tecnológicas (Griffiths 2005) considerándose como un tipo de adicciones conductuales, en las que no se abusa ni se depende de sustancias tóxicas, la dependencia es comportamental relacionada a la presencia o ausencia de un artefacto tecnológico y su interacción. La presencia o su ausencia puede afectar el bienestar y las relaciones interpersonales.

Autores como Yildirim & Correia (2015) en base a diversas investigaciones describen las dimensiones de la nomofobia de la siguiente manera:

2.1.1.4. Dimensiones de la Nomofobia Yildirim y Correia (2015)

a. Incapacidad para comunicarse: se refiere a la falta de poder contactar con otras personas, relacionado con la sensación de pérdida de comunicación instantánea y la imposibilidad de usar sus servicios. Relacionada a la ansiedad generada frente a la imposibilidad de establecer contacto con otros.

b. Pérdida de conexión: referida a sentimientos o malestar provocado por la falta de conexión con el entorno digital, sobre todo lo referido a su propia identidad en línea y las redes sociales, generando percepción de aislamiento.

c. Incapacidad para acceder a la conexión: vinculado al malestar o angustia que produce no poder obtener de forma inmediata datos o contenidos a través del dispositivo móvil

d. Renunciar a la comodidad: Se vincula con el malestar que genera la ausencia del acceso constante al dispositivo, lo cual interfiere con la sensación de seguridad, control y confort psicológico que proporciona la disponibilidad continua de internet, la cobertura o la batería.

Adnan y Gezgin (2016) destacan que, si bien la tecnología móvil ofrece múltiples beneficios, también podrían acarrear consecuencias negativas como adicciones, malestar emocional, ansiedad y dependencia. Desde su perspectiva la nomofobia representa una fobia contemporánea, caracterizada por un miedo irracional frente a la imposibilidad de acceder al teléfono. Refieren los autores que la ansiedad generada por la nomofobia podría afectar la concentración en las tareas diarias de los individuos, así como también cambiar hábitos comportamentales diarios y generar bajo rendimiento académico en los estudiantes.

De forma complementaria Chóliz et al. (2016) sostiene que las dificultades más comunes en el empleo disfuncional del móvil, es que podrían propiciar en los más jóvenes, conductas adictivas.

2.1.1.5. Síntomas de la Nomofobia (Chóliz, 2010b)

- Exceso de su uso, tanto en costos como llamadas y mensajes.
- Dificultades interpersonales con relación al uso.
- Interferencias en actividades académicas y laborales.
- Aumento intenso y gradual de uso y la necesidad de obtener los últimos modelos del mercado.
- Manifestación de síntomas de abstinencia y necesidad urgente de usar el móvil, con alteraciones emocionales si no logra conectarse.
- Ausencia de control frente a un comportamiento adictivo.

Páez (2016) sostiene que los teléfonos inteligentes se emplean en cualquier contexto, logrando que las personas los usen de manera excesiva e invadiendo momentos de privacidad, mostrando una necesidad permanente de estar conectados y mantener constante comunicación, evidenciando en diversas oportunidades, preocupación o excitabilidad frente a la desconexión, no tener cerca el smartphone o baja batería, mostrando conductas de dependencia hacia la tecnología. Refiere el autor que las personas con estas tendencias incumplen las normas que restringen el uso del celular mostrando conductas de renuencia, negándose a apagarlo o mantenerlo en silencio.

Refiere Durak (2019) que los teléfonos inteligentes hoy en día, son parte de la vida cotidiana, satisfacen necesidades y se han convertido en una necesidad, a pesar de ello su uso intensivo ha traído consecuencias psicológicas, sociales, académicos incluyendo las conductas adictivas. Sostiene que las investigaciones reportan que, su uso constante entre los adolescentes incrementa la posibilidad de manifestar nomofobia, por su tendencia y necesidad de mantenerse conectados. Refiere la autora que experimentan ansiedad y trastornos psicosociales. Cuando la frecuencia de la conducta nomófoba en las personas aumenta, se verá afectada negativamente su rendimiento académico, el proceso de aprendizaje y sus relaciones

familiares y sociales. King et al. (2013) conceptualizan la nomofobia como una fobia situacional caracterizada por el miedo intenso ante contextos específicos relacionados con la imposibilidad de utilizar el teléfono móvil. En esa misma línea Salehan y Negahban (2013) la describen como una adicción de naturaleza conductual, que se manifiesta mediante síntomas tanto psicológicos como físicos. En su mayoría los autores coinciden en definir la nomofobia a partir de criterios propios de las adicciones conductuales, basado en la presencia de comportamientos compulsivos, malestar emocional y dificultad en el control del uso del móvil.

Torres-Salazar et al. (2018) refiere que el uso indiscriminado del smartphone se encuentra asociado a síntomas como el insomnio, el estrés, la depresión o tendinitis crónica. Los autores infieren que la clave para determinar si realmente existe un desorden, es identificar el impacto que podría tener en la vida cotidiana. Reportan los autores que las estrategias de intervención para la prevención en adolescentes radican en la detección de factores emocionales. Así mismo afirman que se ha identificado relaciones entre la nomofobia y la inteligencia emocional, sin embargo, no existen datos suficientes que la asocien con la inteligencia cognitiva para fines diagnósticos. La nomofobia ha sido propuesta para ser incorporada al DSM-V, a pesar de ello, no ha sido reconocida con un criterio diagnóstico o como una patología (Bragazzi & Del Puente, 2014).

La necesidad de escapar de los sentimientos de soledad de los adolescentes, así como sus conflictos personales, sociales o académicos los orienta a refugiarse en internet (Gezgin et al., 2018). A nivel mundial son los más jóvenes quienes se adaptan mejor a los nuevos dispositivos tecnológicos (Gezgin et al., 2018) lo sustentan los últimos informes estadísticos en Turquía. (Google Turquía, MEB [Ministerio de Educación Nacional] 2015). Según los diversos estudios presentados en Australia, el uso de los smartphones ha aumentado significativamente entre los jóvenes, que se ha consolidado como un elemento esencial en su vida cotidiana. Sin embargo, este incremento se ha acompañado con una mayor prevalencia de

la nomofobia entre los adolescentes (Walsh et al., 2008). Se ha observado que la dependencia juvenil hacia los dispositivos móviles se encuentra vinculada a la presión social y la permanente vinculación a la interacción social.

Plantea Gutiérrez et al. (2019) explican que la nomofobia se caracteriza por el temor de salir de casa sin el móvil, lo que puede afectar diversos ámbitos de la vida, incluyendo las relaciones sociales, académicas y laborales como consecuencia de la dependencia excesiva a los smartphones. La autora resalta la importancia de evaluar la prevalencia de este fenómeno en estudiantes de enfermería, resulta ser de gran importancia, dado que el uso inadecuado del smartphone en la práctica clínica podría provocar distracciones, comprometiendo la salud y seguridad de los pacientes, incluyendo el bajo rendimiento académico.

Galhardo et al. (2020) sostiene que la nomofobia se configura como un fenómeno emergente en la actualidad. De forma similar Van Velthoven et al. (2018) sustenta que el uso constante e inadecuado del smartphone, lo que podría considerarse un problema de salud pública, derivados de los avances de la modernidad. Es así como Bragazzi y Del Puente (2014) identifican entre los síntomas característicos de la nomofobia debido al empleo prolongado del dispositivo móvil, la posesión de múltiple y la necesidad permanente de disponer de un cargador, así como la manifestación de ansiedad ante la posibilidad de perder el teléfono o sentirse desconectado.

King et al. (2013) sostienen que la verificación constante de la proximidad del teléfono constituye un mecanismo de seguridad en individuos con predisposición a la ansiedad. Dicho comportamiento podría contribuir al desarrollo de síntomas patológicos asociados. Así mismo postulan los investigadores que, aquellas personas que previamente han manifestado conductas vinculadas con la ansiedad presentan mayor propensión a manifestar conductas de nomofobia, dado que niveles elevados de ansiedad, influenciados por ciertos factores de vulnerabilidad, pueden acentuar la problemática

Nascimento da Silva et al. (2020) sostienen que la nomofobia se entiende como una ansiedad por separación, lo que motiva al usuario a mantener siempre cerca el teléfono, concluyendo junto con otros autores que las personas nomófoba podrían experimentar algunos síntomas como dificultades respiratorias, inquietud, sudoración, taquicardia y temblores. Indican que estas personas evitan intencionalmente espacios y situaciones en las que se prohíbe el uso de smartphone, buscando estar conectados las 24 horas del día haciendo uso de este. (Nascimento da Silva et al., 2020).

2.1.1.6. Dificultades causadas por la nomofobia

Nuestra sociedad actual digital y en línea, la cual se encuentra caracterizada por su naturaleza rápida e interconectada, ha sido moldeada por el avance tecnológico, proporcionando múltiples beneficios, comodidades y facilidades en diversas áreas de la vida humana. No obstante, un uso inadecuado o excesivo de la tecnología deriva en significativas dificultades, las cuales podrían desencadenar problemas de índole cognitivo, conductual, físicos y psicológicos

- Dolores de cabeza. (Güzel, 2018).
- Problemas oculares. (Güzel, 2018).
- Alteraciones del sueño debido a la visualización continua de una pantalla. (Kwon et al., 2013).
- Reducción de la comunicación cara a cara debido al monitoreo permanente de pantallas, móviles o PCs y que provoca que las personas se aíslen. (Kwon et al., 2013).
- Provoca accidentes en el hogar, el lugar de trabajo y el tráfico debido a elementos que distraen (Nasar et al., 2008).

III. MÉTODO

3.1. Tipo y diseño de investigación.

El presente estudio se realizó con un enfoque cuantitativo, se sustenta en el análisis de datos mediante métodos estadísticos avanzados, permitiendo abordar la problemática planteada con precisión. Se aplicó un diseño no experimental de tipo transversal, lo que implicó analizar las variables sin intervención directa y se recolectaron los datos en un único momento (Hernández et al., 2010). Asimismo, conforme a la clasificación propuesta por Ato et al. (2013), se consideró una investigación predictiva, ya que su objeto fue identificar relaciones entre variables que actúan como predictores de otras variables dentro del estudio, con el objeto de pronosticar o explicar el comportamiento. En este sentido se adoptó un diseño correlacional, lo que permitió examinar los fenómenos en su contexto original y poder analizar la relación entre dos o más variables sin manipularlas, que propone determinar la fuerza y dirección de asociación.

Según Hernández y Mendoza (2018), este tipo de estudio es útil para identificar patrones y tendencias sin establecer causalidad, lo que facilita el análisis de interdependencias entre múltiples factores, permitiendo una interpretación detallada de sus asociaciones. Finalmente, el diseño metodológico se desarrolló a través de un estudio observacional sin intervención experimental, garantizando que las variables fueran analizadas en su entorno habitual sin restricciones externas, lo que refuerza la validez de los hallazgos (Hernández-Sampieri et al., 2014).

3.2. Población y muestra.

La población analizada de este estudio fue conformada por 12,890 estudiantes matriculados una universidad pública de Lima Metropolitana., abarcando tanto hombres como mujeres, en un rango de edad entre los 16 y 26 años. Los participantes se encontraban distribuidos en los seis niveles académicos de la formación profesional. La muestra se

seleccionó empleando el muestreo no probabilístico, de tipo intencional, una técnica que según Hernández -Sampieri et al. (2014) permite enfocar la elección de los sujetos a partir de criterios específicos, asegurando que los participantes compartan características clave específicas y relevantes para la investigación. Se diseñó un cuestionario estructurado para la recolección de datos sociodemográficos, que garantice la sistematización del proceso de obtención de datos.

Muestra: En cuanto a la muestra se encontró conformada por 507 estudiantes universitarios de ambos sexo, los cuales se encontraban entre los 16 y 26 años. La distribución demográfica mostró una prevalencia femenina del 69.4%, mientras que el 30.6% correspondió a participantes masculinos. La edad media de los sujetos fue de 1,69 años, con una desviación estándar de 0.461. Todos los participantes se encontraban matriculados en los seis años académicos de formación profesional, siendo seleccionados bajo criterios de homogeneidad, asegurando que se encuentren matriculados en el semestre vigente, reforzando la validez y representatividad de la muestra dentro del contexto institucional.

Para determinar el tamaño óptimo de la muestra, se recurrió al software G*Power, aplicando parámetros rigurosos para su cálculo. Lo supuestos metodológicos empleados incluyeron: a) una pruebas estadística de regresión lineal, b) un análisis de potencia a priori con un nivel de significancia de $\alpha = 0.05$, una potencia estadística de 0.95, dos predictores y un tamaño del efecto moderado (0.15). La incorporación de estos criterios permitió estructurar un diseño analítico preciso, asegurando la solidez de los hallazgos obtenidos.

Criterios de inclusión:

- Estudiantes matriculados en una universidad pública de Lima
- Personas de ambos sexos.
- Jóvenes entre los 16 y 24 años.
- Estudiantes que cuenten con acceso a teléfonos móviles.
- Participantes que otorguen su consentimiento informado.

Criterios de exclusión:

- Estudiantes fuera de rango de edad (menores de 16 o mayores de 24)
- Personas con una condición académica no regular.
- Individuos que no dispongan de teléfonos móviles.
- Estudiantes que no hayan proporcionado consentimiento informado.

Tabla 1*Distribución de la muestra según género. (n = 507)*

Género	Frecuencia	%
Hombre	155	30,6%
Mujer	352	69,4%
Total	507	100.0%

3.3. Operacionalización de variables.

Para el presente trabajo se consideró las siguientes variables Inteligencia emocional, Autoeficacia y nomofobia siendo esta última la Variables Independientes

3.3.1. Inteligencia emocional

Constructo psicológico referido a la habilidad de procesar información emocional a través de la percepción, interpretación y regulación de emociones propias y ajenas. Habilidad que facilita la adaptación a diferentes entornos, desempeñando un papel fundamental en el desarrollo integral, propicia el crecimiento a diversos niveles, tanto en el aspecto cognitivo como emocional. (Mayer y Salovey, 1997)

3.3.2. Autoeficacia

Constructo psicológico que se conceptualiza como la percepción que los individuos tienen sobre su propia capacidad, facilita la ejecución de acciones con éxito, sustentada en la confianza en su competencia y eficiencia. Se relaciona con la autopercepción de adecuación y el sentido de dominio sobre diversas situaciones, favorece la resiliencia y la consecución de metas personales. (Bandura, 1997).

3.3.3. *Nomofobia*

Trastorno asociado a la ansiedad que surge como consecuencia de la interacción constante con las tecnologías de la información y comunicación, se caracteriza por un temor extremo e irracional ante la incapacidad de acceder o utilizar el teléfono móvil. Este fenómeno se manifiesta a través de una angustia significativa, cuando el individuo se encuentra sin cobertura, batería o conexión, generando respuestas fisiológicas y emocionales similares a los de otros síntomas de ansiedad. (King et al., 2013).

Tabla 2*Operacionalización de Variables*

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Escala de Medición
Inteligencia Emocional	Constructo psicológico referido a la habilidad de procesar la información emocional, a través de la capacidad de percibir, comprender y regular las emociones, tanto propias como ajenas, promoviendo un crecimiento emocional e intelectual. (Mayer y Salovey, 1997)	Será medida a través de las puntuaciones alcanzadas en la Escala de Wong and Low Inteligencia Emocional.	a. Evaluación de las propias emociones o percepción intrapersonal b. Evaluación de las emociones de los demás o percepción interpersonal c. Uso de las emociones o asimilación d. Regulación de las emociones	Intervalo
Autoeficacia	Confianza que desarrollan las personas de su propia capacidad, sentimientos de adecuación eficiencia y capacidad de afrontar la vida los logro y resultados (Bandura, 1997).	Será medida a través de las puntuaciones alcanzadas en la Escala de Autoeficacia General de Baessler y Schwarzer.	Unidimensional	Intervalo
Nomofobia	Trastorno que produce ansiedad vinculado de la interacción de las personas con la tecnología de la información y comunicación por sentirse desconectado. Las personas manifiestan temor profundo, irracional y desproporcionado por no poder usar su teléfono móvil o quedarse sin cobertura y/o batería. (King et al., 2013).	Será medida a través de las puntuaciones alcanzadas en el Cuestionario de Nomofobia	a. No ser capaz de acceder a la información b. Renunciar a la comodidad a. No poder comunicarse b. Pérdida de conexión	Intervalo
Edad	Tiempo transcurrido desde el nacimiento a la actualidad expresado en años.	Edad registrada en el formato.	Unidimensional	Razón
Sexo	Condición orgánica que distingue a los hombres y mujeres	Cualitativa	Masculino Femenino	Nominal

3.4. Instrumentos

3.4.1. Instrumento 01: Wong and Law, Emotional Intelligence Scale (WLEIS).

La Emotional Intelligence Scale (WLEIS) fue creada por Wong and Law (2002) es un instrumento de autoinforme, la escala fue diseñada para evaluar la inteligencia emocional basado en el marco teórico de Mayer y Salovey (1997). El WLEIS se encuentra compuesto por 16 ítems breves, organizados bajo un formato de respuesta tipo Likert de 7 puntos, donde 1 representa “totalmente en desacuerdo” y 7 “totalmente de acuerdo”, su propósito es medir la percepción individual sobre la propia inteligencia.

Los estudios han evidenciado que el WLEIS cuenta con una estructura robusta de cuatro factores (Wong, 2015). Se ha validado también que cuenta con validez convergente en relación con otras medidas de Inteligencia Emocional, relacionadas (Law et al., 2004). El WLEIS fue creado originalmente en Asia, ha sido traducido posteriormente a varios idiomas. Incluyendo el portugués (Carvalho et al., 2016), árabe marroquí (El Ghoudani et al., 2018), italiano (Iliceto y Fino, 2017) y del inglés al español (Extremera et al., 2019).

El análisis factorial del constructo de Inteligencia Emocional identificó cuatro dimensiones esenciales, las que reflejan la estructura conceptual del fenómeno.

- Percepción Interpersonal: Capacidad de evaluación y reconocer las propias emociones.
- Percepción Intrapersonal: Habilidad para identificar y comprender las emociones de los demás.
- Uso de las emociones o asimilación: Capacidad para integrar y utilizar aspectos emocionales en procesos cognitivos y toma de decisiones.
- Regulación emocional: Habilidad para gestionar y controlar las propias emociones de manera efectiva.

En los resultados evidenciaron que la consistencia interna de la puntuación total del WLEIS presentó un coeficiente $\alpha = 0.92$, lo que refleja un alto nivel de fiabilidad. En cuanto a las subescalas los coeficientes de fiabilidad oscilaron entre 0.69 para dimensión percepción intrapersonal y 0.79 para regulación emocional, lo que sugiere una adecuada estabilidad interna de las mediciones.

Tabla 3.

Dimensiones de la Escala de Inteligencia Emocional Wong and Low, Emotional Intelligence Scale (WLEIS).

	Dimensiones	Ítems
1	Percepción Intrapersonal	1, 5, 9 y 13
2	Percepción Interpersonal	2, 6, 10 y 14
3	Regulación Emocional	3, 7, 11 y 15
4	Asimilación Emocional	4, 8, 12 y 16

3.4.2. Instrumento 02: Escala de Autoeficacia General de Baessler y Schwarzer. (EAG)Autoeficacia

La Escala Autoeficacia fue desarrollada por Judith Baessler y Ralf Schwarzer (1996) con el propósito de evaluar las creencias respecto a las competencias personales que permite responder eficazmente a diferentes situaciones consideradas estresantes. En su versión original alemana, el instrumento constaba de 20 ítems, la cual fue reducida posteriormente a 10 ítems (Jerusalem y Schwarzer, 1992). La prueba tuvo su versión española, la cual fue elaborada por estudiantes bilingües, traduciendo las versiones en alemán e inglés al castellano mediante un proceso de traducción directa e inversa, comparando sus versiones entre sí, para asegurar la

equivalencia lingüística y conceptual. Para la calificación se emplea un formato de respuesta tipo Likert de cuatro puntos. (1=incorrecto, 2=apenas cierto, 3=más bien cierto, 4=cierto). Las puntuaciones oscilan entre 10 y 40. La administración puede ejecutarse de forma colectiva o individual.

La escala en su versión original mostró evidencias de validez de criterio, utilizando medidas de depresión, ansiedad y optimismo (Baessler & Schwarzer, 1996). Los resultados evidenciaron la presencia de una correlación negativa significativa entre la autoeficacia y la depresión ($r=-.57$), lo que sugiere que los niveles elevados de autoeficacia se encuentran asociados con menor presencia de síntomas depresivos. Asimismo, el análisis de fiabilidad evidenció robustez psicométrica, mostrando un Coeficiente de Alfa de Cronbach de 0.81, lo que evidencia una alta consistencia interna.

A nivel local, Grimaldo (2005) llevó a cabo un estudio que buscó determinar la validez y confiabilidad de la Escala de Autoeficacia General de Baessler & Schwarzer. Para ello se ejecutó un muestreo intencional, seleccionando una muestra conformada por 589 estudiantes de secundaria en Perú, de ambos sexos y con edades entre 14 y 17 años. Durante la investigación se aplicaron dos instrumentos psicométricos: La escala de Autoeficacia General y la Escala de Calidad de vida de Olson y Barnes. La validez del constructo fue analizada a través de un análisis factorial confirmatorio, mientras que la validez divergente se empleó el coeficiente de correlación de Pearson. En cuanto a la confiabilidad el análisis evidenció un coeficiente al alfa de Cronbach de 0.75, lo que indicó una adecuada consistencia interna del instrumento.

Grimaldo (2021) llevó a cabo un estudio complementario con el propósito de analizar las propiedades psicométricas de la Escala de Autoeficacia General (EAG). La investigación contó con una muestra compuesta por 907 estudiantes universitarios de Lima, pertenecientes a instituciones públicas y privadas, con edades que fluctúan entre los 17 y 26 años de las cuales

53.4% fueron mujeres. El estudio estableció a través del análisis factorial confirmatorio, se estableció la unidimensionalidad del constructo, confirmando su validez estructural.

3.4.3. Instrumentos 03: Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q)

El cuestionario de Nomofobia (NMP-Q) fue desarrollado por Yildirim, y Correia (2015). Con el propósito de evaluar el nivel de nomofobia en individuos. Los investigadores González-Cabrera et al. (2017) llevan a cabo en España, un estudio que incluyó la fiabilidad y validación del instrumento, así como la traducción y adaptación, conteniendo la rigurosidad científica, que permitió garantizar la equivalencia conceptual y lingüística. El instrumento consta de 20 ítems organizados bajo un escalamiento tipo Likert de 7 puntos, donde 1 representa “totalmente en desacuerdo” y 7 “totalmente de acuerdo”. Las puntuaciones obtenidas oscilan entre 20 y 140 puntos, siendo las puntuaciones más altas indicativas de mayores niveles de nomofobia.

El cuestionario se compone de cuatro dimensiones principales:

- Incapacidad para comunicarse (06 ítems). Evaluación de la angustia generada por la imposibilidad de acceder a servicios de comunicación inmediata.
- Pérdida de conexión (05 ítems). Evalúa las emociones asociadas con estar desconectado, incluyendo la percepción de pérdida de conexión con la identidad digital, principalmente con sus redes sociales.
- No ser capaz de acceder a la información (04 ítems). Evalúa la incomodidad que surge al no disponer de acceso inmediato a la información deseada por medio del smartphone, generando frustración en situaciones de búsqueda de datos
- Renunciar a la comodidad (05 ítems). Analiza el malestar generado por la falta de acceso rápido a información y a la imposibilidad de localizar datos relevantes en el momento requerido, lo que impacta la sensación de control sobre el entorno digital.

El estudio psicométrico del Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q) se llevó a cabo mediante el Análisis factorial exploratorio y un análisis de componentes principales, lo que permitió identificar una estructura factorial compuesta por cuatro dimensiones, que explican el 64,6% de la varianza total. Respecto a la consistencia interna se evidenció un alfa de Ordinal para la puntuación total fue de 0,95, y valores entre 0,75 y 0,92 para los diferentes factores. Posteriormente León-Mejía et al. (2021) ejecutaron un análisis factorial confirmatorio, verificando un modelo de cuatro factores interrelacionado que conforman un factor general de segundo orden. Los índices de fiabilidad para cada dimensión oscilaron entre 0,78, y 0,92 (Omega ω). Además, se comprobó la invarianza de cuestionario en función al sexo y edad. Los puntos de corte se definieron utilizando los percentiles; sin nomofobia (percentil 15), riesgo de nomofobia (percentil 80) y nomofóbico (percentil 95). Se concluye según el estudio presentado que el cuestionario (NMP-P), es una herramienta adecuada que permite identificar problemas de nomofobia. Para evaluar la validez, se llevaron cabo análisis estadísticos descriptivos de las puntuaciones obtenidas en la versión española del NMP-Q considerando variables como el sexo, la edad, lugar de estudio y nivel educativo. Asimismo, se examinaron las puntuaciones con el propósito de identificar posibles diferencias en función del sexo, empleando para ello la prueba *t* para muestras independientes o un análisis de la varianza (ANOVA).

Tabla 4.

Dimensiones del Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q).

	Dimensiones	Ítems
1	No poder comunicarse	10,11,12,13,14,15
2	Pérdida de conexión	16,17,18,19,20
3	No ser capaz de acceder a la información	1,2,3,4,
4	Renunciar a la comodidad	5,6,7,8,9

3.5. Procedimiento

Para la ejecución de la investigación, se llevaron a cabo los siguientes procedimientos.

- Se solicitó autorización a la autoridad de la Institución.
- Se identificó a los participantes acorde con la muestra calculada.
- La recolección de datos se realizó mediante la participación voluntaria de los sujetos, quienes otorgaron su consentimiento informado.
- Los datos recopilados fueron custodiados de forma confidencial y sus derechos serán plenamente respetados.
- La aplicación de los instrumentos se efectuó a través de formularios Google Form la cual se hizo llegar a través de coordinación y comunicación previa con coordinadores de diversos grupos de la muestra definida.
- La aplicación y recolección de los datos se realizó de forma virtual, individual y colectiva en una sola sesión y de forma anónima.
- Se depuró y evaluó la información recabada, posteriormente se procedió a la estructuración de las bases de datos y la ejecución de los análisis estadísticos pertinentes. Todos los procedimientos fueron ejecutados por la investigadora.

3.6. Análisis de datos

Los datos recabados mediante el formulario Google Forms fueron descargados en formato Excel, luego exportados posteriormente y recodificados en el paquete estadístico para ciencias sociales del (SPSS) versión 29. En primer lugar, se llevó a cabo un análisis de ítems considerando la correlación ítems-total, seguido de la evaluación de la confiabilidad mediante el cálculo del coeficiente Alfa de Cronbach, lo que permitió examinar la consistencia interna del instrumento. Se realizó la descripción de cada variable, utilizando, medidas de tendencia central, (media) una Medida de dispersión (DS), así como tablas y gráficos, lo cual

permitió comprender cómo se comportan las variables de cada una de las pruebas. Con los datos de los instrumentos, se verificó el análisis de supuestos de normalidad y homogeneidad, se tomó en cuenta el número total de participantes en la investigación para determinar el empleo de pruebas paramétricas o no paramétricas. Realizando el análisis de normalidad con la prueba Kolmogorov- Smirnov

Los datos fueron analizados con un nivel de significancia de $p < .05$, criterio mínimo para establecer validez estadística en investigaciones sociales y psicológicas. Para el procesamiento estadístico, se empleó el software SPSS versión 29 para Windows. Con el objetivo de determinar la ecuación matemática que describe las variables independientes con las dependientes, se consideró el Coeficiente de Correlación de Spearman. Posteriormente se efectuó un Análisis de Redes, con la finalidad de estudiar las relaciones e interacciones entre las variables consideradas. Finalmente, al evidenciarse que no todas las variables predecían la nomofobia, se llevó a cabo una regresión por pasos a través del método de Regresión Lineal Múltiple, con el fin de examinar la relación entre la variable dependiente y el conjunto de variables independientes.

3.7. Consideraciones éticas

Consentimiento informado: Se garantizó que los participantes, lean y completen el consentimiento informado antes de su participación en el estudio. En cumplimiento del principio de autonomía, se les informó que tenían la libertad de retirarse de la investigación en el momento que lo consideren pertinente, sin que ello afecte su desempeño posterior o genere consecuencias inadecuadas.

Asimismo, se aseguró la privacidad y protección de datos, proporcionando información clara sobre su uso y tratamiento adecuado de los datos recopilados, una vez concluido el proceso de recolección.

IV. RESULTADOS

4.1. Características psicométricas de los instrumentos.

4.1.1. Validación Escala de Inteligencia Emocional The Wong and Low.

El análisis de la escala de Inteligencia emocional evidenció que los 16 ítems se correlacionan positivamente, con coeficientes que van de .614 a .799. Estos resultados reflejan una adecuada consistencia interna y una sólida relación entre los ítems y el puntaje total, lo que contribuye a la validez del constructo medido. Se observa que el ítem N° 10 es el que menor contribución a la escala, mientras que el ítem N°05 es el que aporta de manera más significativa a la medición. (Tabla 5).

Tabla 5.

Correlación ítem – test de la Escala de Inteligencia Emocional en estudiantes de una Universidad estatal de Lima Metropolitana.

Ítems	Media	Desviación estándar	Correlación ítem - test	Alfa de Cronbach
1	4.93	1.410	0.707	0.949
2	4.84	1.183	0.641	0.951
3	5.06	1.252	0.742	0.949
4	4.69	1.302	0.720	0.949
5	4.84	1.255	0.799	0.948
6	5.08	1.285	0.697	0.950
7	4.81	1.318	0.726	0.949
8	4.71	1.286	0.796	0.948
9	4.77	1.267	0.775	0.948
10	5.07	1.285	0.614	0.951
11	4.82	1.294	0.686	0.950
12	4.62	1.339	0.664	0.950
13	4.94	1.334	0.762	0.948
14	4.92	1.244	0.754	0.948
15	4.95	1.302	0.762	0.948
16	4.64	1.312	0.768	0.948

Confiabilidad

Respecto a las dimensiones Escala de Inteligencia Emocional The Wong and Low, se determinaron los valores de fiabilidad y sus respectivos intervalos de confianza. Respecto a la fiabilidad del instrumento, el análisis reveló un coeficiente de Alfa de Cronbach con un puntaje total $\alpha = .952$ (IC 95% = .948 - .951), lo que indica una elevada consistencia de las puntuaciones de la escala, evidenciando niveles adecuados de fiabilidad.

4.1.2. Validación escala de Autoeficacia General de Baussler y Schwarzer

Respecto a la escala de Autoeficacia reveló una correlación positiva entre los 10 ítems, con coeficientes que oscilan entre de .493 a .729. Estos resultados reflejan una adecuada consistencia interna y una fuerte asociación entre los ítems y el puntaje total, lo que contribuye a la validez del constructo medido. Cabe destacar que el ítem N° 01 presenta la menor contribución a la escala, mientras que el ítem N° 07 es el que aporta de forma más significativa a la escala. (Tabla 06).

Tabla 6.

Correlación ítem – test de la Escala de Autoeficacia en estudiantes de una Universidad estatal de Lima Metropolitana.

Ítems	Media	Desviación estándar	Correlación ítem - test	Alfa de Cronbach
1	2.80	0.728	0.493	0.894
2	3.27	0.718	0.604	0.887
3	2.90	0.769	0.595	0.888
4	2.91	0.790	0.693	0.881
5	3.00	0.728	0.676	0.882
6	2.82	0.767	0.673	0.882
7	2.89	0.757	0.729	0.879
8	3.17	0.704	0.650	0.884

9	2.90	0.718	0.665	0.883
10	2.95	0.761	0.612	0.887

Confiabilidad

El análisis de las dimensiones de la escala de Autoeficacia General de Baussler y Schwarzer permitió identificar los valores de fiabilidad y sus respectivos intervalos de confianza. En cuanto a la fiabilidad del instrumento, se obtuvo un coeficiente de Alfa de Cronbach de $\alpha = .895$ (IC AL .95% = .879 - .894), lo que evidencia la consistencia de las puntuaciones de la escala y respalda su adecuado nivel de confiabilidad.

4.1.3. Validación del Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q).

Respecto al Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q) se encontró que los 20 ítems se correlacionan positivamente, obteniendo correlaciones ítems – puntaje total y consistencia interna adecuada, con puntajes que varían de .631 a .810, contribuyendo a la medición del constructo. Siendo el ítem N° 01 el que menos aporta y el ítem N°16 el que aporta más a la escala. Tabla 7.

Tabla 7.

Correlación ítem – test de la Escala de Nomofobia en estudiantes de una Universidad estatal de Lima Metropolitana.

Ítems	Media	Desviación estándar	Correlación ítem - test	Alfa de Cronbach
1	3.70	1.463	0.631	0.964
2	3.89	1.480	0.662	0.964
3	3.10	1.503	0.723	0.963
4	3.79	1.525	0.712	0.963
5	3.21	1.537	0.772	0.963
6	2.97	1.566	0.767	0.963
7	3.72	1.616	0.695	0.963
8	3.38	1.714	0.737	0.963

9	3.49	1.529	0.743	0.963
10	3.91	1.524	0.712	0.963
11	4.05	1.539	0.700	0.963
12	3.34	1.546	0.810	0.962
13	3.81	1.551	0.769	0.963
14	3.53	1.596	0.804	0.962
15	3.58	1.579	0.786	0.962
16	2.93	1.499	0.816	0.962
17	2.98	1.553	0.784	0.962
18	3.08	1.570	0.805	0.962
19	3.03	1.613	0.744	0.963
20	3.22	1.636	0.740	0.963

Confiabilidad

El análisis del Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q) permitió identificar sus valores de fiabilidad y los respectivos intervalos de confianza. En cuanto a la fiabilidad el instrumento, hallando un coeficiente de Alfa de Cronbach de $\alpha = .965$ (IC AL .95% = .962 - 964), lo que indica una adecuada consistencia interna. Estos resultados respaldan la estabilidad de las puntuaciones del cuestionario y confirman su alto nivel de confiabilidad.

4.2. Análisis descriptivo de las variables de estudio.

Respecto al análisis de los niveles de la Inteligencia emocional, basado en la tabla 08, se identifica que la mayor proporción de puntuaciones se concentran en los rangos medios, dentro de las diversas áreas evaluadas. Asimismo, se evidencia que el área de percepción interpersonal presenta el porcentaje más alto mayor (34.1%) dentro del nivel bajo, mientras que, en el extremo opuesto, el mismo ámbito muestra menor porcentaje (0.8%) en el área de percepción interpersonal en el nivel muy alto.

Tabla 8

Niveles de la Inteligencia Emocional en Estudiantes de una universidad pública de Lima Metropolitana.

Niveles	Áreas									
	Inteligencia Emocional General		Percepción Intrapersonal		Percepción Interpersonal		Regulación Emocional		Asimilación Emocional	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Muy bajo	93	18,5%	89	17,6%	86	17,0%	18	3,6%	93	18,3%
Bajo	93	18,5%	124	24,1%	173	34,1%	158	31,2%	93	18,3%
Medio bajo	106	21%	138	27,2%	83	16,4%	96	18,9%	99	19,5%
Medio alto	116	23%	114	22,5%	108	21,3%	147	29,0%	116	22,9%
Alto	90	17%	30	5,9%	53	10,5%	18	3,6%	90	17,8%
Muy alto	10	2%	12	2,4%	4	0,8%	10	2,0%	5	1,0%
Total	507	100.0%	507	100.0%	507	100.0%	507	100.0%	507	100.0%

Nota: Frecuencia (f), porcentaje (%)

Respecto al análisis de los niveles de la nomofobia, según los datos presentados se observa en la tabla 09, revela que la mayor proporción que la mayor proporción de la puntuación total (51.3%) recae el nivel de nomofobia moderada, mientras el menor porcentaje (6,9%) corresponde a la ausencia de ausencia de nomofobia. Respecto a los puntajes globales por género, se evidencia que las mujeres alcanzan el nivel nomofobia moderado obtenido el puntaje más alto (35,3), mientras que son los varones presentan puntuación más baja en el nivel ausencia de nomofobia.

Tabla 9

Niveles de la nomofobia en Estudiantes de una universidad pública de Lima Metropolitana.

Niveles	Total		Porcentaje género	
	Frecuencia	Porcentaje	Hombre	Mujer
Ausencia Nomofobia	35	6,9%	2,2%	4,7%
Nomofobia Leve	161	31,8%	8,7%	23,1%
Nomofobia Moderada	260	51,3%	16,0%	35,3%
Nomofobia Severa	51	10,0	3,7%	6,3%
Total	507	100.0	30,6%	69,4%

Nota: Frecuencia (f), porcentaje (%)

4.2.1. Características de la Inteligencia Emocional en Estudiantes de una universidad pública de Lima Metropolitana.

El análisis descriptivo de la media y la desviación estándar de las conductas asociadas a la Inteligencia Emocional según los datos de la tabla 10, se puede observar que el ítem N° 06 relacionado con “ Soy un buen observador de las emociones de los demás.” obtuvo la puntuación más alta con una media de 5.08, indicando el promedio más alto, mientras que el ítem N°12 vinculado a “Me puedo calmar fácilmente cuando me siento enfadado” presentó la puntuación más baja con una media de 4,62, reflejando el promedio más bajo.

Tabla 10.

Media y desviación estándar de las conductas de Inteligencia Emocional en estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana.

Ítems	n	Media	Desviación Estándar
1. La mayoría de las veces sé distinguir porqué tengo ciertos sentimientos.	507	4.93	1.410
2. Conozco siempre las emociones de mis amigos a través de sus comportamientos.	507	4.84	1.183
3. Siempre me fijo metas y luego intento hacerlo lo mejor para alcanzarlas.	507	5.06	1.252
4. Soy capaz de controlar mi temperamento y manejar las dificultades de manera racional.	507	4.69	1.302
5. Tengo una buena comprensión de mis propias emociones.	507	4.84	1.255
6. Soy un buen observador de las emociones de los demás.	507	5.08	1.285
7. Siempre me digo a mí mismo que soy una persona competente.	507	4.81	1.318
8. Soy capaz de controlar mis propias emociones.	507	4.71	1.272
9. Realmente comprendo lo que yo siento.		4.77	1.267
10. Soy sensible a los sentimientos y emociones de los demás.	507	5.07	1.285
11. Soy una persona auto motivadora.	507	4.82	1.294
12. Me puedo calmar fácilmente cuando me siento enfadado.	507	4.62	1.339
13. Siempre sé si estoy o no estoy feliz.		4.94	1.334
14. Tengo una buena comprensión de las emociones de las personas que me rodean.	507	4.92	1.244
15. Siempre me animo a mí mismo para hacerlo lo mejor que pueda.	507	4.95	1.302
16. Tengo un buen control de mis propias emociones.	507	4.64	1.312

4.2.2. Características de la Autoeficacia en Estudiantes de una universidad pública de Lima Metropolitana.

El análisis descriptivo de la media y la Desviación Estándar de las Escala de Autoeficacia General de Baessler y Schwarzer, presentado en la tabla 11, revela que el ítem N° 02, correspondiente a la afirmación “Puedo resolver problemas difíciles si me esfuerzo lo suficiente” alcanzó la puntuación más alta, mostrando una media de 3.27, lo que indica el promedio más alto dentro de la evaluación. En contraste con el ítem N°06, asociado a “Cuando me encuentro en dificultades puedo permanecer tranquilo(a) porque cuento con las habilidades necesarias para manejar situaciones difíciles” registrando la puntuación más baja, obteniendo el menor puntaje indicando una media de 2.82 reflejando el puntaje promedio más bajo.

Tabla 11.

Medias y Desviación Estándar de las conductas de Autoeficacia en estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana.

Ítems	n	Media	Desviación estándar
1. Puedo encontrar la manera de obtener lo que quiero, aunque alguien se me oponga.	507	2.80	0.728
2. Puedo resolver problemas difíciles si me esfuerzo lo suficiente.	507	3.27	0.718
3. Me es fácil persistir en lo que me he propuesto hasta llegar a alcanzar mis metas	507	2.90	0.769
4. Tengo confianza en que podría manejar eficazmente acontecimientos inesperados.	507	2.91	0.790
5. Gracias a mis cualidades y recursos puedo superar situaciones imprevistas.	507	3.00	0.728
6. Cuando me encuentro en dificultades puedo permanecer tranquilo(a) porque cuento con las habilidades necesarias para manejar situaciones difíciles.	507	2.82	0.767
7. Venga lo que venga, por lo general soy capaz de manejarlo.	507	2.89	0.757
8. Puedo resolver la mayoría de los problemas si me esfuerzo lo necesario.	507	3.17	0.704
9. Si me encuentro en una situación difícil, generalmente se me ocurre qué es lo que debo hacer.	507	2.90	0.718
10. Al tener que hacer frente a un problema, generalmente se me ocurren varias alternativas de cómo resolverlo.	507	2.95	0.761

4.2.3. Características de la Nomofobia en Estudiantes de una universidad pública de Lima Metropolitana.

El análisis descriptivo de la media y la desviación estándar de las conductas asociadas a la Nomofobia, según la tabla 12, revela que el ítem N°11, correspondiente a la afirmación “Estaría preocupado porque mi familia y amigos no podrían contactar conmigo”, obtuvo el mayor puntaje mostrando una media de 4,05, indicando el promedio más alto. En contraste con el ítem N°16, relacionado con “Estaría nervioso porque estaría desconectado de mi identidad en línea”, registró la puntuación más baja, con una media de 2.95 mostrando el promedio más bajo.

Tabla 12.

Medias y Desviación Estándar de las conductas de Nomofobia en estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana.

Ítems	n	Media	Desviación estándar
1. Me sentiría mal si no pudiera acceder en cualquier momento a la información a través de mi smartphome.	507	3.70	1.463
2. Me molestaría si no pudiera consultar información a través de mi smartphome cuando quisiera	507	3.89	1.480
3. Me pondría nervioso/a si no pudiera acceder a las noticias a través de mi smartphome.	507	3.10	1.503
4. Me molestaría si no pudiera utilizar mi smartphome y/o sus aplicaciones cuando quisiera.	507	3.79	1.525
5. Me daría miedo si mi smartphome se quedase sin batería	507	3.21	1.537
6. Me daría algo si estuviera a punto de quedarme sin saldo o de alcanzar mi límite de gasto mensual	507	2.97	1.566
7. Si me quedara sin señal de datos o no pudiera conectarme a una red Wi-Fi, estaría comprobando constantemente si he recuperado la señal o logro encontrar una red.	507	3.72	1.616

8. Si no pudiera utilizar mi smartphone, tendría miedo de quedarme tirado/a en alguna parte.	507	3.38	1.714
9. Si no pudiera consultar mi smartphone durante un rato, sentiría deseos de hacerlo.	507	3.51	1.529
10. Sentiría ansiedad sí no pudiera comunicarme instantáneamente con mi familia y/o amigos.	507	3.91	1.524
11. Estaría preocupado porque mi familia y amigos no podrían contactar conmigo.	507	4.05	1.521
12. Estaría nervioso/a por no poder recibir mensajes de texto ni llamadas.	507	3.34	1.535
13. Estaría inquieto por no poder mantenerme en contacto con mi familia y/o amigos.	507	3.81	1.545
14. Me pondría nervioso/a por no poder saber si alguien ha intentado contactar conmigo.	507	3.53	1.585
15. Sentiría ansiedad porque se hubiese roto mi contacto continuo con mi familia y amigos.	507	3.58	1.568
16. Estaría nervioso porque estaría desconectado de mi identidad en línea.	507	2.93	1.490
17. Estaría incómodo porque no podría estar al día con las redes sociales y redes en línea.	507	2.98	1.542
18. Sentiría torpeza porque no podría comprobar mis notificaciones de actualizaciones de mis contactos y redes en línea	507	3.08	1.568
19. Sentiría ansiedad porque no podría comprobar mi correo electrónico	507	3.03	1.599
20. Me sentiría raro porque no sabría qué hacer.	507	3.22	1.641

4.2.4. Características de la Inteligencia emocional, la autoeficacia y la nomofobia de Estudiantes de una universidad pública de Lima Metropolitana.

El análisis descriptivo de la media y la desviación estándar de los puntajes totales y por áreas de las conductas asociadas a la Inteligencia emocional, la autoeficacia y la nomofobia de Nomofobia, según la tabla 13, revela que dentro de la Inteligencia emocional, el área de **percepción interpersonal** que obtuvo el mayor puntaje, mostrando una media de 4.977,

representando el promedio más alto, mientras que el área **asimilación emocional** mostró el puntaje con una media de 4.666 mostrando el promedio más bajo.

En cuanto la media obtenida en los puntajes de Autoeficacia, se registró una media de 29.93. Respecto los puntajes de nomofobia se observa que el área “no ser capaz de acceder a la información” obtuvo el mayor puntaje, con una media 22.21. Por otro lado, el área no poder comunicarse presentó la puntuación más baja, con una media 14.48.

Tabla 13.

Media y Desviación Estándar de los puntajes totales y por áreas de la Inteligencia Emocional, de la Nomofobia y de la Autoeficacia en estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana.

	Áreas	N	Media	Desviación Estándar
Autoeficacia	Autoeficacia General Total	507	29.61	5.340
	IE General	507	4.856	0.985
	Percepción Intrapersonal	507	4.869	1.139
Inteligencia Emocional	Percepción Interpersonal	507	4.977	1.055
	Regulación Emocional	507	4.909	1.116
	Asimilación Emocional	507	4.666	1.129
	Nomofobia General	507	68.70	24.026
Nomofobia	No poder comunicarse	507	14.48	5.156
	Pérdida de conexión	507	16.76	6.648
	No ser capaz acceder información	507	22.21	8.226
	Renunciar a la comodidad	507	15.26	6.989

4.3. Análisis de la Normalidad de los datos de las variables de estudio.

El análisis de la prueba de normalidad de los datos, basados en la prueba de bondad de ajuste de Kolmogórov-Smirnov (K-S) y según los resultados en la tabla 14, indica que el valor se observa en los resultados de probabilidad ($p < 0.05$) conlleva al rechazo de la hipótesis nula (H_0). Esto sugiere que los datos indicando **no siguen a una distribución normal**, por lo que se recomienda realizar el análisis estadístico inferencial no paramétrico (Chackavarti et al., 1967). En relación con la variable Inteligencia Emocional, se observa que el área de **percepción interpersonal** obtuvo el puntaje promedio más alto, mientras que el área **regulación emocional** registró el promedio más bajo. Respecto a la variable Nomofobia, se identificó el área **No poder comunicarse**, obtuvo el puntaje promedio más alto a diferencia del área no ser capaz de acceder a la información, que presentó el menor puntaje promedio.

Tabla 14.

Análisis de normalidad de las variables de estudio en estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana .

Áreas	n	Parámetros Normales		Estadísticos de prueba		Sexo				
		Media	D.S.	K-S	p	H=155		M=352		
						K-S	Sig	K-S	Sig	
Autoeficacia	Auto General	507	29.61	5.340	0.082	0.000	0.074	0.037	0.087	0.000
	IE General	507	4.856	0.985	0.103	0.000	0.096	0.001	0.112	0.000
	Percepción Intrapersonal	507	4.869	1.139	0.126	0.000	0.112	0.000	0.136	0.000
Inteligencia Emocional	Percepción Interpersonal	507	4.977	1.055	0.102	0.000	0.110	0.000	0.114	0.000
	Asimilación Emocional	507	4.909	1.116	0.098	0.000	0.103	0.000	0.103	0.000
	Regulación Emocional	507	4.666	1.129	0.088	0.000	0.095	0,002	0.095	0.000
Nomofobia	Nomofobia General	507	68.70	24.03	0.056	0.001	0.039	0,200	0.066	0.001
	No ser capaz acceder información	507	14.48	5.156	0.095	0.000	0.1	0,001	0.094	0.000

Renunciar a la comodidad	507	16.76	6.648	0.068	0.000	0.085	0.008	0.080	0.000
No poder comunicarse	507	22.21	8.226	0.073	0.000	0.069	0,066	0.083	0.000
Pérdida de conexión	507	15.26	6.989	0.080	0.000	0.075	0,034	0.091	0.000

Nota: M: media aritmética, DS: desviación estándar, $p > .005$

4.4. Análisis Comparativos de las variables de acuerdo con el sexo.

Con el propósito de comparar las medianas obtenidas por los estudiantes de una universidad pública según el sexo en relación con la Inteligencia Emocional, la autoeficacia y la Nomofobia, tanto de manera general y por dimensiones específicas, se aplicó la prueba no paramétrica **U de Mann Whitney**. Según los resultados de la tabla 15, el análisis comparativo de la **Autoeficacia General** revela que no existen diferencias significativas entre los grupos de hombres y mujeres.

En cuanto a la Inteligencia Emocional General, las puntuaciones de ambos grupos tanto de hombres como de mujeres, indican la ausencia de diferencias significativas. Asimismo, en el análisis En cuanto a las áreas de la inteligencia emocional no muestran diferencias significativas entre los grupos de hombres y mujeres, a excepción del área de percepción intrapersonal ($p= 0.001$) que sí obtuvo una diferencia significativa entre hombres y mujeres. Se observa que el valor de la media en mujeres (5,250) es superior a la observada en a la media de los hombres (5,000) lo que sugiere que las mujeres manifiestan mayor capacidad en el desarrollo de las habilidades interpersonales. Con relación a la Nomofobia en General y por dimensiones, los resultados no evidenciaron diferencias significativas entre hombres y mujeres.

Tabla 15.

Análisis comparativo de las variables de estudio según sexo en estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana .

	Áreas	n	Sexo	Mediana	Rangos	U. de Mann Whitney	p
Autoeficacia	Autoeficacia General	155	Hombre	30,00	270.05	24793.0	0.101
		352	Mujer	29,00	246.93		
	IE General	155	Hombre	5,000	245.03	25889.5	0.360
		352	Mujer	5,000	257.95		
Inteligencia Emocional	Percepción Intrapersonal	155	Hombre	5,000	255.34	25889.5	0.891
		352	Mujer	5,000	253.41		
	Percepción Interpersonal	155	Hombre	5,000	222.57	22409.0	0.001
		352	Mujer	5,250	267.84		
	Asimilación Emocional	155	Hombre	5,000	241.30	25311.0	0.194
		352	Mujer	5,000	259.59		
	Regulación Emocional	155	Hombre	4,750	256.65	26869.0	0.786
		352	Mujer	4,750	252.83		
	Nomofobia General	155	Hombre	69,00	258.91	26518.5	0.616
		352	Mujer	70,00	251.84		
Nomofobia	No ser capaz acceder información	155	Hombre	16,00	264.14	26768.5	0.300
		352	Mujer	15,00	249.54		
	Renunciar a la comodidad	155	Hombre	17,50	257.91	26673.5	0.689
		352	Mujer	17,00	252.28		
	No poder comunicarse	155	Hombre	22,00	248.12	26368.0	0.548
		352	Mujer	24,00	256.59		
Pérdida de conexión	155	Hombre	15,00	265.93	25431.0	0.223	
	352	Mujer	15,00	248.75			

4.5. Correlación entre Inteligencia emocional, Autoeficacia y Nomofobia según áreas en estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana.

El análisis de correlación, presentado en la tabla 16, evidenció relaciones significativas entre las variables evaluadas. Se observa una correlación negativa y significativa entre las variables nomofobia y autoeficacia ($r = -.244, p \leq 0.00$), lo que indica que a medida que aumenta la autoeficacia, existe la probabilidad de reducción de los niveles de nomofobia. De igual forma se evidencia una correlación negativa y estadísticamente significativa entre las variables

nomofobia e inteligencia emocional ($r = -.393, p \leq 0.0$), lo que sugiere que el incremento de la Inteligencia Emocional se asocia con una disminución en el riesgo de nomofobia.

Por otro lado, se observa una correlación positiva entre autoeficacia e inteligencia emocional ($r = .506, p \leq 0.0$). lo que indica que a medida que aumenta la Inteligencia Emocional, aumenta, también se eleva la Autoeficacia.

Tabla 16.

Correlación entre Inteligencia emocional, Autoeficacia y Nomofobia según áreas en estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana.

	Inteligencia Emocional					Autoeficacia	Nomofobia				
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1. Inteligencia Emocional	1,000										
2. Percepción Intrapersonal	,918**	1,000									
3. Percepción Interpersonal	,821**	,686**	1,000								
4. Asimilación Emocional	,881**	,760**	,641**	1,000							
5. Regulación emocional	,906**	,799**	,644**	,731**	1,000						
6. Autoeficacia	,506**	,436**	,345**	,507**	,463**	1,000					
7. Nomofobia	-,393**	-,368**	-,376**	-,332**	-,349**	-,244**	1,000				
8. No ser capaz de acceder a la comunicación	-,353**	-,322**	-,315**	-,300**	-,335**	-,209**	,821**	1,000			
9. Renunciar a la comodidad	-,379**	-,348**	-,348**	-,326**	-,347**	-,226**	,927**	,750**	1,000		
10. No poder comunicarse	-,312**	-,299**	-,325**	-,241**	-,264**	-,207**	,888**	,619**	,763**	1,000	
11. Pérdida de conexión	-,388**	-,368**	-,373**	-,341**	-,329**	-,247**	,902**	,676**	,796**	,714**	1,000

Nota: rho: correlación de Spearman; $p < 0.05$ *, $p < 0.01$ **

4.6. Análisis de redes.

Se llevó a cabo un análisis de redes con la finalidad de estudiar las relaciones e interacciones entre las variables de estudio: Nomofobia, autoeficacia e inteligencia emocional "nodos", y las conexiones entre ellas, conocidas como "aristas" o "enlaces." En la figura 1 se presenta la visualización del análisis de redes y las relaciones entre las variables las líneas que conectan las variables indican la relación entre ellas y el grosor de las líneas representan la fuerza de las relaciones.

- Autoeficacia: Parece tener conexiones importantes con otras variables.
- Nomofobia: También está conectada con varias otras variables, indicando su influencia en la red.
- Percepción Interpersonal y Percepción Intrapersonal: Variables que muestran conexiones que pueden ser cruciales en el análisis.

La centralidad nos permite identificar y medir la importancia de una variable dentro de una red. Medirá cada métrica incluyendo Betweenness, Closeness, Strength y Expected Influence. Se interpretó cada una de ellas por separado:

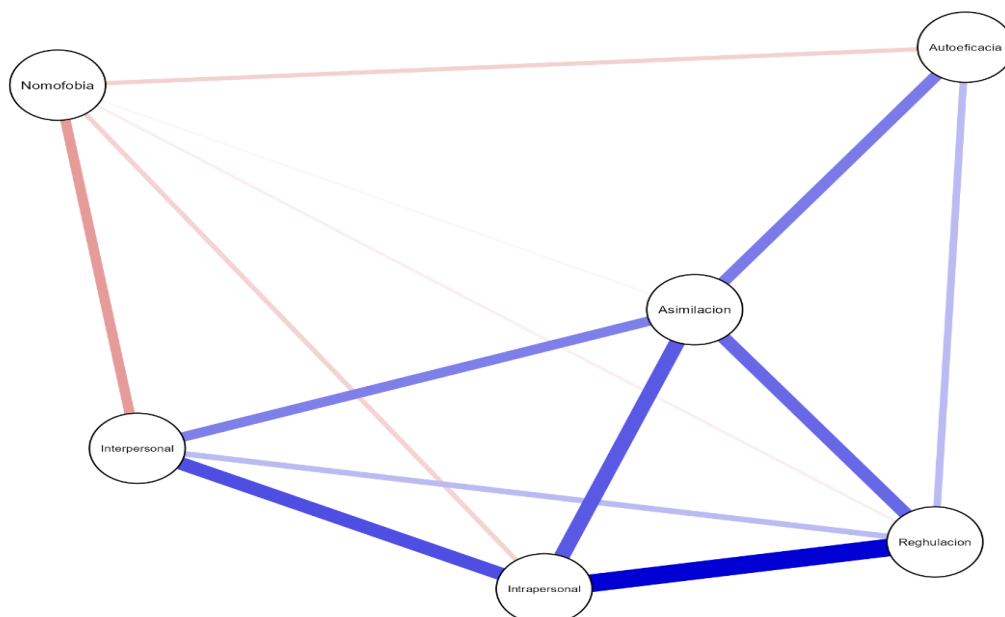
- Betweenness (Intermediación) Esta medida cuantifica la frecuencia con la que una variable funciona como un nodo de enlace en el camino más eficiente entre dos o más variables dentro de la red.
- Nomofobia: Tiene un valor alto, lo que indica que actúa como un importante intermediario en la red.
- Autoeficacia: También muestra un valor notable, sugiriendo un papel crucial en conectar otras variables.
- Closeness (Cercanía) Mide que tan cerca estará una variable de todas las demás variables en la red.

- Strength (Fuerza) Mide la suma de los pesos de las conexiones directas de una variable con otras.
- Nomofobia y Autoeficacia: Tienen altos valores de fuerzas sugiriendo que tienen muchas conexiones directas e importantes con otras variables
- Expected Influence: (Influencia esperada) Considera tanto las conexiones directas como las indirectas y sus influencias esperadas.
- Nomofobia: Tiene una alta influencia esperada, lo que indica su fuerte impacto en la red en general.
- Autoeficacia: También tiene una influencia esperada alta, subrayando un papel significativo en la red.

Se concluye que la Nomofobia y la Autoeficacia parecen ser variables clave en esta red, con altos valores de centralidad en varias métricas, lo que indica su importancia en las relaciones con otras variables. La interpretación de estos gráficos puede ayudar a identificar las variables más influyentes y sus interrelaciones dentro del modelo.

Figura. 1

Análisis de redes entre los componentes de la inteligencia emocional, autoeficacia y nomofobia.



4.7. Análisis explicativo de las variables de estudio

El análisis predictivo se realizó a través del método de Regresión Lineal Múltiple (tabla 17). Se buscó explicar si la inteligencia emocional y la autoeficacia predicen la nomofobia.

- Constante (129.498): Valor de Nomofobia cuando todas las variables independientes son cero.
- Intrapersonal (-2.662): No significativo ($p = 0.096$), indicando un impacto no significativo sobre la Nomofobia.
- Interpersonal (-5.834): Significativo ($p < 0.001$), indicando un impacto significativo y negativo en Nomofobia.
- Asimilación (-0.060): No significativo ($p = 0.968$), indicando un impacto no significativo sobre la Nomofobia.
- Regulación (-0.831): No significativo ($p = 0.579$), indicando un impacto no significativo sobre la Nomofobia.
- Autoeficacia (-0.494): Significativo ($p = 0.019$), indicando un impacto significativo y negativo en Nomofobia.

Tabla 17.

Análisis de regresión lineal múltiple para la variable dependiente nomofobia

R ² Ajustado	0.189			$p = .000$						
F	24.659									
TE[IC95%]	[0.134 – 0.259]									
f^2	0.24533			$1 - \beta = 1.00$						
Variables en la ecuación										
Variables	Coeficientes no estandarizados		Coeficientes estandarizados	t	Sig.	IC 95.0% B		Colinealidad		
	B	Error típ.	Beta			Li	Ls	Tolerancia	VIF	
Constante	129.498	6.184		20.940	0.000	117.348	141.648			
Percepción Intrapersonal	-2.662	1.595	-0.126	-1.669	0.096	-5.796	0.472	0.280	3.566	
Percepción Interpersonal	-5.834	1.375	-0.256	-4.242	0.000	-8.537	-3.132	0.439	2.277	
Asimilación Emocional	-0.060	1.471	-0.003	-0.041	0.968	-2.95	2.83	0.343	2.913	
Regulación Emocional	-0.831	1.495	-0.039	-0.556	0.579	-3.769	2.107	0.325	3.080	
Autoeficacia General	-0.494	0.210	-0.110	-2.354	0.019	-0.906	-0.082	0.737	1.357	

Al observarse que no todas las variables resultaron predictoras de la nomofobia, se llevó a cabo una regresión por pasos, cuyos resultados se presentan a continuación:

- **R² ajustado = 0.189**: Similar al R² pero ajustado por el número de predictores.
- **F = 24.659, p < 0.001**: Lo que confirma que es estadísticamente significativo, lo que sugiere que al menos una de las variables independientes está asociada significativamente con la variable dependiente.
- **Variables Significativas**: Interpersonal y Autoeficacia son predictores significativos de Nomofobia, con coeficientes negativos, indicando que a mayor Interpersonal y Autoeficacia, menor Nomofobia.
- **Durbin-Watson = 1.918**: Indica que no hay autocorrelación significativa en los residuos.
- **Tolerancia y VIF**: Los valores obtenidos indican que no hay problemas severos de multicolinealidad, garantizando la estabilidad del modelo.

El coeficiente de determinación (R² ajustado = 0.189) indica que aproximadamente el 18.9% de la variabilidad de la nomofobia es explicada por las variables independientes. Aunque las variables predictoras no explican la totalidad de la variabilidad en la nomofobia, cumplen un papel importante. Así mismo el tamaño del efecto ($f^2 = 0.24533$) implica un nivel moderado según los criterios de Ferguson (2009). En cuanto al análisis de autocorrelación de (Durbin Watson = 1.918), los resultados muestran que no existe autocorrelación significativa en los residuos, lo que confirma la adecuación del modelo de regresión lineal. Además, el análisis de varianza (ANOVA) evidencia que el modelo es estadísticamente significativo (F = 24.659, p < 0.001), indicando que al menos una de las variables independientes muestra un impacto relevante en la variable dependiente.

En cuanto los coeficientes estandarizados indican el impacto de cada variable independiente con la variable dependiente (Nomofobia). Siendo así entonces se indica que, si todas las variables fueran cero, el valor de la nomofobia sería (Constante =129.498). En relación con la variable Percepción intrapersonal con un coeficiente (-2.662) y un ($p=0.096$), sugiere que no existe suficiente evidencia, que indique un impacto significativo sobre la nomofobia. En cuanto la variable Percepción interpersonal con un coeficiente (-5.834) y un ($p=0.001$), sugiere que es estadísticamente significativo, indicando que la variable muestra un impacto significativo y negativo sobre la nomofobia. En relación a la variable Asimilación emocional con un coeficiente (-0.060) y un ($p=0.968$), sugiere que no existe suficiente evidencia, que indique su impacto estadísticamente significativo sobre la nomofobia.

Con relación a la variable Regulación emocional con un coeficiente (-0.831) y un ($p=0.579$), sugiere que no existe suficiente evidencia, que indique su impacto estadísticamente significativo sobre la nomofobia.

Por otro lado, se observa que la variable Autoeficacia con un coeficiente (-0.494) y un ($p=0.019$), sugiere que es estadísticamente significativo, indicando que la variable muestra un impacto significativo y negativo sobre la nomofobia.

Asimismo, en el análisis a la Tolerancia y VIF (factor de inflación de varianza) indican que no existe presencia de problemas severos de multicolinealidad en el modelo, sugiriendo que las estimaciones del coeficiente son fiables.

Finalmente se concluye que el modelo de regresión es significativo, lo que se logra confirmar con el valor de F en el ANOVA. Lo que sugiere que al menos una de las variables tiene un efecto significativo sobre los niveles de nomofobia, respaldando la validez del análisis y la pertinencia de los predictores evaluados.

Así mismo que tanto la Percepción Interpersonal y la Autoeficacia son predictores significativos de la Nomofobia, ambos muestran un impacto significativo negativo en la nomofobia, lo que significa que mejorar las relaciones interpersonales y la autoeficacia ayudará a reducir o presentar menores niveles de nomofobia. Mientras que las variables Percepción intrapersonal, Asimilación y Regulación emocionales no mostraron un impacto significativo en la presente investigación.

V. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

El objetivo principal de esta investigación fue analizar el grado de predicción de la Inteligencia Emocional y la Autoeficacia sobre los niveles de la Nomofobia, la cual es definida como un conjunto de conductas desadaptativas, que surgen ante la ausencia del teléfono móvil (King et al., 2014).

Para alcanzar el objetivo de investigación se diseñó un modelo predictivo, basado en la regresión múltiple, analizando el coeficiente de determinación de las variables de la Inteligencia emocional - Percepción intrapersonal, Percepción Interpersonal, Asimilación y Regulación emocional – junto con la Autoeficacia General, como variables predictoras y la Nomofobia como variable dependiente. Se buscó comprobar que los factores de inteligencia emocional predicen la nomofobia, encontrando en el coeficiente de regresión que la Percepción interpersonal y la Autoeficacia, presentan un impacto significativo en la predicción de la nomofobia.

En líneas generales se demuestra que el modelo es significativo, indicando que Percepción Interpersonal y la Autoeficacia muestra un efecto significativo e inverso sobre la nomofobia, de lo que se desprende que las personas que mejoran las relaciones interpersonales y desarrollan altos niveles autoeficacia, tienden a reducir o presentar menores niveles de nomofobia. Así mismo se encontró que las variables Percepción intrapersonal, Asimilación y Regulación emocional no mostraron un impacto significativo en la presente investigación.

En concordancia con los hallazgos obtenidos, se rechazó la hipótesis nula y corroboró parcialmente la hipótesis de investigación. Para ello se elaboró un análisis de redes corroborando que una de las áreas de la inteligencia emocional (percepción interpersonal) y la autoeficacia son predictores de la nomofobia. Los resultados corroboran lo planteado por Diaz-Miranda y Extremera (2020), quienes en su investigación concluyen que mínimamente dos dimensiones de la inteligencia emocional, la ansiedad y la adicción a los smartphones explicaban

niveles altos de nomofobia. En la misma línea sostienen Yilmaz y Erdogdu (2022), quienes sostienen que una mejora en las habilidades de resolución de problemas interpersonales entre estudiantes universitarios está asociada con una disminución en los niveles de nomofobia

El resultado concuerda también con lo propuesto por García-Masip et al. (2023), quienes postulan que la estabilidad emocional se relaciona negativamente con la nomofobia, evidenciando vínculos entre esta dimensión y el miedo a la falta de comunicación a través del smartphone

Es importante referir en el siguiente apartado que, durante la investigación no se logró encontrar amplia investigación teórica, que sustente o relacione los constructos nomofobia y autoeficacia, sin embargo, se ha podido observar que la autoeficacia general se asocia con diversas variables, relacionándose significativamente de manera directa, positiva e inversa. Si bien es cierto que, en el presente estudio la autoeficacia muestra un efecto significativo e inverso sobre la nomofobia, sugiriendo que las personas que dependen del móvil para realizar tareas cotidianas probablemente no desarrollen habilidades para llevar a cabo tareas en ausencia del dispositivo, lo que podría afectar negativamente la concentración y el compromiso académico y el desempeño laboral. Lo descrito concuerda con lo propuesto por Casanova et al. (2024), en su estudio encontró que la autoeficacia y el compromiso académico correlaciona positiva, fuerte y significativamente sosteniendo que, la necesidad de permanecer atento al móvil podría distraer a los individuos de tareas y actividades, afectando y disminuyendo la autoeficacia.

Continuando con la rigurosidad metodológica establecida en la investigación se procedió a determinar las propiedades psicométricas de las tres escalas empleadas en el estudio. En primer lugar, la Escala de Inteligencia Emocional, (Wong and Low), encontrando resultados adecuados en cuanto a fiabilidad y validez, demostrando que todos los ítems se correlacionan positivamente. En relación con la fiabilidad del instrumento se evidenció un coeficiente de

Alfa de Cronbach con un puntaje total .952, señalando un adecuado nivel de confiabilidad. Estos hallazgos se alinean con otros estudios como el propuesto por Extremera et al. (2019) quienes reportaron una adecuada consistencia interna y validez de criterio. Además, su análisis factorial confirmatorio, reveló una estructura de cuatro factores, evidenciando un buen ajuste. En la misma línea los resultados concuerdan con un estudio en el ámbito local, propuesto por Merino et al. (2016) reportando una confiabilidad del coeficiente α altamente satisfactoria en todas las subescalas, alcanzando magnitudes superiores a .85. Una estructura satisfactoria de cuatro factores y altas cargas factoriales de los ítems, mostrando las correlaciones inter factores altas y adecuada consistencia interna.

Se llevó a cabo un análisis psicométrico de la escala de Autoeficacia General (Baussler y Schwarzer, 1995) con el propósito de evaluar la consistencia interna, se empleó el coeficiente de Alfa de Cronbach obteniendo un valor de .895, señalando un adecuado nivel de confiabilidad. Los datos encontrados concuerdan con otros estudios como el propuesto por Padilla et al., (2006) indicando resultados con alta consistencia interna con una alfa .89 y una fiabilidad adecuada. Los hallazgos obtenidos coinciden también, con un estudio local en estudiantes universitarios, propuesto por Grimaldo et al. (2021), el cual sostuvo la unidimensionalidad de la Escala Autoeficacia General. Además, dicho estudio demostró la confiabilidad del instrumento por consistencia interna, mostrando coeficientes adecuados. Se concluye que la Escala de Autoeficacia General.

En la misma línea, se determinaron las propiedades psicométricas del cuestionario de nomofobia (NMP-Q) encontrando que los 20 ítems del cuestionario se correlacionan positivamente y consistencia interna adecuada. En términos de fiabilidad se obtuvo un coeficiente de Alfa de Cronbach de 0,965 reflejando una excelente consistencia interna y un alto nivel de confiabilidad.

Hallazgos congruentes con lo propuesto por León-Mejía (2021), quien a través un análisis factorial confirmatorio, identificó cuatro factores correlacionados, explicados por un modelo de segundo orden. Los índices de fiabilidad obtenidos oscilan entre ,78, ,85, ,86 y 92 (Omega ω), lo que respalda la solidez del instrumento. De forma similar en el ámbito local Franco-Guanilo y Hervías-Guerra (2022) corroboraron la estructura de cuatro factores del NMP-Q, validando un modelo de segundo orden, además de un modelo de primer orden. El estudio, evidenció un coeficiente de alfa de Cronbach .964, con índices de fiabilidad superiores a 0,70 en cada factor, con una alta confiabilidad compuesta (CF) y una varianza promedio extraída (AVE) con valores superiores a 0,50, lo que confirma adecuada convergencia en todas las dimensiones evaluadas.

Con relación al objetivo específico referido al análisis descriptivo de las características de Inteligencia emocional, Autoeficacia y Nomofobia se encontró que en relación con la Inteligencia emocional el área de Percepción Interpersonal presentaba el mayor puntaje, con una media de 4.977, indicando que los participantes enfrentan mayores dificultades para integrar y manifestar su emociones y procesos cognitivos. El área de Asimilación Emocional fue la que presentó menor puntaje, con una media de 4.666, de lo que se infiere que, en promedio los participantes presentan mayores dificultades para integrar y emplear sus emociones en procesos de pensamiento. Este hallazgo es consistente con lo propuesto por Mayer y Salovey (1997), quienes definen la Inteligencia Emocional como la habilidad para reconocer, interpretar y expresar emociones, generar sentimientos que faciliten el pensamiento. Además, enfatiza la importancia de comprender los estados emocionales y regular las emociones, con el fin de fomentar el desarrollo emocional e intelectual.

Continuando con el análisis descriptivo de las características de la Autoeficacia general al ser un instrumento unidimensional, se observó los participantes se sienten bastante seguros de su capacidad enfrentar dificultades, siempre que se esfuercen lo suficiente, dado que fue

esta área la que presentaba el mayor puntaje, con una media de 3.27. mientras que aquellos que manifiestan sentirse menos seguros en su capacidad para mantener la calma en situaciones difíciles, a pesar de contar con habilidades necesarias, dado que obtuvieron el puntaje promedio más bajo. Asimismo, se observa que la Autoeficacia General alcanzó una media de 29.93, reflejando un nivel general de confianza de sus propias capacidades para ejecutar tareas y enfrentar desafíos, mostrándose seguros de sus habilidades y competencias. Estos resultados coinciden con lo propuesto por Schwarzer y Jerusalem (1995), las personas con elevada autoeficacia demuestran seguridad en relación con sus capacidades, desarrollan habilidades y estrategias efectivas que les permite enfrentar situaciones estresantes.

Respecto al análisis de las características asociadas a la nomofobia identificando que la dimensión relacionada con la incapacidad de acceder a la información mostró el mayor puntaje con una media 22.21, lo que sugiere que la mayor preocupación de los participantes es la incapacidad de poder acceder a sus dispositivos móviles o estar desconectados. Por otro lado, el área de no poder comunicarse mostró el promedio más bajo con una media de 14.48, a pesar de seguir siendo una preocupación, dentro de las áreas de la nomofobia es la que menos puntúa. Este resultado es consistente con lo planteado por El Islami et al. (2022), quienes sostienen que la presencia de nomofobia puede generar altos niveles de estrés y ansiedad, incluyendo la afectación significativa de la concentración y el rendimiento. Los hallazgos se respaldan con estudios empíricos previsto que han demostrado que hacer uso excesivo o desarrollar dependencia hacia el móvil puede tener efectos negativos del hacia la salud mental y física Muñoz-Carril y Dans (2025) rendimiento académico, sensaciones de ansiedad y molestias por no hacer uso inmediato del smartphone Rodríguez-García et al (2025)

De acuerdo con el objetivo que busca comparar las diferencias en función al sexo de la Inteligencia Emocional, de la Autoeficacia y la Nomofobia. Respecto a la Autoeficacia General las puntuaciones no muestran diferencias significativas. Lo que sugiere que tanto hombres

como mujeres perciben de manera similar la autoeficacia, es decir ambos grupos confían igualmente en sus capacidades para superar desafíos. A pesar de que diversas investigaciones han relacionado diversos constructos y el género, este se presenta como datos secundarios, sin embargo, nos muestra datos importantes de sus hallazgos. En función a ello encontramos el estudio de Paredes-Proañó y Herrera-Granda (2023), que en su investigación correlaciona la autoeficacia y el engagement académico, su reporte indicó no encontrar diferencias significativas en base al género. Lo que concuerda con la presente investigación lo que resalta que tanto hombre como mujeres tendrían niveles similares de confianza en sus capacidades para superar desafíos y comprometerse en sus labores. De forma consistentes otros enfoques, Ospina-Cano (2023), en su estudio de Autoeficacia y engagement desde la perspectiva de género, encontró que no existen diferencias relevantes en función al género.

El análisis de la Inteligencia Emocional en general revela que no existen diferencias en las puntuaciones de hombres y mujeres. Al examinar las dimensiones específicas (Percepción intrapersonal, Asimilación y Regulación emocional) se observa ausencia de diferencias relevantes entre ambos grupos. Sin embargo, en relación con el área de percepción intrapersonal ($p= 0.001$) se identificó una diferencia significativa entre hombres y mujeres. Se observa que el valor de la media en mujeres (5,250) superior a la encontrada en la media de los hombres (5,000), de donde se infiere que las mujeres manifiestan mayor capacidad en el desarrollo de las habilidades interpersonales, sugiriendo que es posible que las mujeres en general reciban un entrenamiento diferencial en el desarrollo de habilidades interpersonales, desde una edad temprana. Las normas culturales pueden influir en cómo hombres y mujeres interactúan y se desenvuelven socialmente. Este resultado concuerda con lo encontrado en el estudio propuesto por López et al. (2018) que reportó que existían diferencias estadísticamente significativas en la inteligencia emocional, específicamente en el área interpersonal en función al género. En la misma línea encontramos el estudio propuesto por Arrivillaga et al. (2022) en

donde se analiza la inteligencia emocional y el uso problemático de las redes sociales analizando las diferencias por género, encontrando que las mujeres puntuaron más alto en área percepción interpersonal.

El análisis de la Nomofobia en términos generales no reveló diferencias significativas entre hombres y mujeres. Sin embargo, al examinar las puntuaciones por dimensiones específicas, se identificó una ligera diferencia en la categoría “No poder comunicarse” en donde son las mujeres, quienes obtienen una mediana ligeramente mayor, no significativa, concordando el estudio de Gutiérrez-Puertas et al. (2019), que reportó puntuaciones más altas en las mujeres en la dimensión “Miedo a no poder acceder a la información”. Contrario a lo observado en nuestro estudio, algunas investigaciones han encontrado que las mujeres tienden a obtener puntuaciones más elevadas quienes puntúan más alto en nomofobia, incluso el género femenino ha sido identificado como un predictor significativo de esta problemática. Resulta de importancia resaltar en este apartado, que se debe tomar en consideración las diferencias culturales, la edad y el método empleado, en cada una de las investigaciones, tal como lo señalan Muñoz-Carril y Dans (2025), Braña y Moral (2022), Lozano y Persad (2021) y León – Mejía et al. (2020).

Respecto al objetivo específico que plantea identificar la relación entre las variables Nomofobia y Autoeficacia, se encontraron correlaciones negativas y significativas ($\rho = -.263$, $p \leq 000$). Indicando que sí la autoeficacia aumenta, existe la probabilidad de una disminución de los niveles de nomofobia. La autoeficacia entendida como la percepción de competencia, eficiencia y capacidad personal para enfrentar los desafíos al afrontar la vida (Bandura, 1977). Expresada también como la creencia de habilidades y competencia que posee el individuo para enfrentar situaciones estresantes (Baessler y Schwarzer, 1996). Los resultados coinciden con investigaciones que relacionan la autoeficacia en correlaciones positivas con variados constructos como, bienestar psicológico (Tomateo, 2019) motivación en el trabajo (Quijano

de Arana, 2000), rendimiento académico (Páez et al., 2017; Casanova et al., 2024), igualmente se encontró investigaciones con correlaciones negativas e inversas como ansiedad, (Villamarín, 1990; Arora et al., 2021; Quintero, 2009; Pereyra et al., 2019) con la dependencia emocional. En concordancia los hallazgos referidos a la Autoeficacia referidos a la capacidad de comprender y gestionar eficazmente la interacción o relaciones con otros y que podría influir en el manejo adecuado de la ansiedad, al encontrarse lejos del móvil o la desconexión digital. En la misma línea se concluye que las personas con niveles elevados de autoeficacia, entendida como los sentimientos de adecuación y eficiencia al afrontar la vida (Bandura, 1977). Por ende, se mostrarán más seguros sin la necesidad permanente de depender de un móvil o mostrar tolerancia a situaciones de desconexión digital.

Respecto al objetivo específico de analizar la relación entre las variables Nomofobia e Inteligencia Emocional, se encontró una correlación (que si bien es moderada) negativa y significativa entre las variables nomofobia e inteligencia emocional ($\rho = -.393, p \leq .00$) lo que indicaría la presencia de una relación inversa entre variables, evidenciando que frente al incremento de la Inteligencia emocional se encuentra asociada a una disminución de conductas de nomofobia. Este resultado concuerda con los hallazgos reportados por Diaz-Miranda y Extremera Pacheco (2020), quienes identificaron una relación negativa y significativa entre los niveles de nomofobia y las dimensiones de la inteligencia emocional “uso de las emociones” y “regulación emocional”. Además, su estudio demostró que mínimamente dos dimensiones de la inteligencia emocional explican el 34.7% de la varianza en los niveles de la nomofobia. En conclusión, el desarrollo de habilidades emocionales se asocia con niveles bajos de nomofobia. Estos resultados igualmente coinciden en el estudio de factores que predicen alto riesgo en el uso problemático de los smartphones (PSU), donde la edad y el género femenino, predicen un alto riesgo del PSU, asimismo asociaciones con otras variables como tener una peor calidad de sueño, niveles altos de estrés e inteligencia emocional baja, la cual

presentó una alta significancia estadística, sin ser el predictor de mayor peso (Arrivillaga y Extremera, 2020).

De forma similar el uso abusivo del internet se ha convertido en una problemática constante y creciente en la población juvenil, con efectos negativos significativos en la salud mental y el bienestar general, generando estados de depresión, ansiedad, estrés y el autocontrol (Romero-Rodríguez, 2021). Concluyendo que influye en la fatiga, presencia de angustia y tensión, coincidiendo con los resultados encontrados en el estudio, dado que se buscaba identificar factores que predicen y se asocian con la nomofobia.

En relación con el objetivo específico que plantea identificar la relación entre las variables Inteligencia Emocional y la Autoeficacia, se encontró una correlación moderada, positiva y altamente significativa entre autoeficacia general e inteligencia emocional ($\rho=.506$, $p\leq.00$), lo que indicaría que, frente al incremento de la Inteligencia Emocional, aumenta el nivel de la Autoeficacia. Igualmente, al realizar el análisis entre la autoeficacia con las dimensiones de la inteligencia emocional como la percepción intrapersonal ($\rho=.436$, $p\leq.00$), se encontró una correlación moderada, positiva y altamente significativa, lo que nos llevaría a inferir que a medida que aumenta la autoeficacia de una persona para comprender y percibir sus propias emociones, tenderá a aumentar su autoeficacia. Respecto a la correlación entre la autoeficacia y la percepción interpersonal ($\rho=.345$, $p\leq.00$), mostró una correlación leve, positiva y altamente significativa, indicando que, a medida que aumenta la capacidad de percibir adecuadamente las emociones de otros, tenderá a aumentar su autoeficacia, pero en menor grado. Respecto a la correlación entre autoeficacia y asimilación emocional ($\rho=.507$, $p\leq.00$), se observó la existencia de una correlación moderada, positiva y altamente significativa, indicando que integrar las emociones con el pensamiento y las acciones se relaciona directa y significativamente con la autoeficacia. En cuanto a la correlación de la regulación emocional y la autoeficacia ($\rho=.463$, $p\leq.00$), se encontrándose una correlación

moderada, positiva y altamente significativa, indicando que aquellos que tienden a regular sus emociones de forma efectiva, tenderán a manifestar mayor confianza en su capacidad para enfrentar situaciones. Estos hallazgos coinciden con lo descrito por Poaquiza y Manzano (2024), quienes reportaron encontrar correlaciones leves, positivas y significativas entre la Autoeficacia y las dimensiones de la inteligencia emocional en adolescentes. En la misma línea lo propuesto coincide con el estudio de Pérez-Fuentes et al. (2019) que encontraron una relación positiva y significativa entre la autoeficacia, la inteligencia emocional y la empatía en profesionales del ámbito sanitario.

VI. CONCLUSIONES

6.1. La Escala de Inteligencia Emocional, la Escala de Autoeficacia General y el Cuestionario de nomofobia, presentan adecuadas propiedades psicométricas.

6.2. Respecto a los niveles de la Inteligencia emocional en general, el mayor puntaje se observó el nivel Medio Alto, mostrando el mayor porcentaje de las puntuaciones (23%). Mientras que el área de percepción interpersonal obtuvo el puntaje mayor (34.1%) en el Nivel bajo y puntaje menor (0.8%) en el área de percepción interpersonal.

6.3. Respecto a los niveles generales de nomofobia se obtuvo que el mayor porcentaje de puntuación total (51.3%) recae el nivel de nomofobia moderada y el menor puntaje (6,9%) el nivel de ausencia de nomofobia.

6.4. La Autoeficacia obtuvo un puntaje promedio de 29.61, con el 51 % de los participantes presentando un nivel moderado de esta capacidad.

6.5. El área el área no ser capaz de acceder a la información de la nomofobia mostró el mayor puntaje promedio, mientras que el área no poder comunicarse mostró el promedio más bajo.

6.6. No se encontraron diferencias significativas en función al sexo en las variables Autoeficacia y Nomofobia en General. En relación con la Inteligencia Emocional en general, tampoco se observaron diferencias significativas a excepción de la dimensión percepción intrapersonal.

6.7. Se evidenció una correlación negativa y significativa entre las variables Nomofobia y Autoeficacia, sugiriendo que las personas con adecuados niveles de autoeficacia se mostrarán más seguros sin la necesidad de depender de sus móviles. Por ende, sí la autoeficacia aumenta, existe la probabilidad de una disminución de los niveles de nomofobia.

6.8. Se identificó una correlación negativa y significativa entre la Nomofobia y la Inteligencia Emocional, al existir una relación inversa entre las variables a medida que aumenta la Inteligencia emocional la probabilidad de riesgo de nomofobia disminuye. Concluyendo finalmente que, a mayores habilidades emocionales, menores los niveles de nomofobia.

6.9. Se hallaron relaciones positivas y altamente significativas entre las variables Inteligencia Emocional y la Autoeficacia, lo que indicaría que los individuos con mejores niveles de Inteligencia emocional, aumenta el nivel de la autoeficacia.

6.10. Se identificaron relaciones positivas y altamente significativas entre la autoeficacia y las dimensiones de la inteligencia emocional, percepción intrapersonal, indica que a medida que aumenta la autoeficacia de una persona para comprender y percibir sus propias emociones, tenderá a aumentar su autoeficacia.

6.11. Se identificó una correlación positiva entre la autoeficacia y la percepción interpersonal, indicando que, a medida una persona mejora su capacidad de interpretar y comprender adecuadamente las emociones de otros, tenderá a incrementar su autoeficacia.

6.12. La correlación entre autoeficacia y asimilación emocional indicaría que integrar las emociones con el pensamiento y las acciones se relaciona directa y significativamente con la autoeficacia. La regulación emocional y la autoeficacia, indicaría que aquellos que tienden a regular sus emociones de forma efectiva, tenderán a manifestar mayor confianza en su capacidad para enfrentar situaciones.

6.13. El análisis evidenció que la dimensión Percepción Interpersonal de la Inteligencia emocional y la autoeficacia, presentan un impacto significativo en la predicción de la nomofobia. Se corrobora parcialmente la hipótesis de investigación, se ejecutó un análisis de redes, corroborando que una de las dimensiones de la inteligencia emocional (percepción interpersonal) y la autoeficacia son predictores de la nomofobia.

VII. RECOMENDACIONES

7.1. Se recomienda llevar a cabo nuevas investigaciones que amplíen la población y la muestra, permitiendo realizar comparaciones más detalladas en términos de edad y género. Aunque en el presente estudio no se identificaron diferencias significativas respecto al género, diversas investigaciones han señalado que las mujeres jóvenes son quienes presentan los niveles más altos de nomofobia.

7.2. Realizar investigaciones de análisis de regresión múltiple y análisis de redes con nuevas variables, que permita identificar relaciones y predictores significativos de los factores que contribuyen al incremento o disminución de las conductas de la nomofobia.

7.3. Promover la ejecución de programas orientados al fortalecimiento de la Inteligencia emocional en diversas poblaciones, propiciando el desarrollo y bienestar emocional a modo de protección frente al incremento de la nomofobia.

7.4. Incluir e integrar estrategias de desarrollo de la inteligencia emocional en los currículos educativos a nivel inicial y primaria, capacitando a educadores y padres de familia, que permita desarrollar y promover habilidades en los estudiantes que permita el desarrollo de factores protectores.

7.5. Elaborar sistemas de evaluación e intervención temprana en estudiantes del nivel primario, que permita detectar posibles tendencias nomofóbicas o de conductas de ansiedad frente a la ausencia del móvil o a la desconexión.

7.6. Elaborar talleres y programas que permitan promover estrategias de bienestar digital, en las organizaciones y comunidades educativas que confronte, explique, evalúe y monitoree estrategias en prevención del aumento de la nomofobia.

VIII. REFERENCIAS

- Acosta, F. P., & Clavero, F. H. (2017). La inteligencia emocional como predictora del rendimiento académico en la infancia: el contexto pluricultural de Ceuta. *Revista Complutense de Educación*, 28(4), 1251-1265. <https://doi.org/10.5209/rced.51712>
- Adnan, M. & Gezgin, D. M. (2016). Una fobia moderna: prevalencia de la nomofobia entre Estudiantes universitarios. *Revista de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Ankara*, 49(1), 141-158 https://doi.org/10.1501/Egifak_0000001378
- American Psychological Association. (2022). *Manual de Publicaciones de la APA*. Editorial El manual moderno.
- American Psychiatric Association. (2000). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (Text revision) (DSM-IVTR). American Psychiatric Association. Inc.
- American Psychiatric Association. (2014). *DSM-5: Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales*. <https://biblioteca.uazuay.edu.ec/buscar/item/75703>
- Álvarez-Cabrera, P. L., Carvallo, R. F. P., Hamdan, R. E. J., & Laura, C. G. A. (2021). Niveles de Nomofobia y Phubbing en estudiantes de la Universidad Santo Tomás de la Ciudad de Arica. *Fides Et Ratio - Revista de Difusión Cultural y Científica de la Universidad la Salle En Bolivia*, 22(22), 91-108. http://www.scielo.org.bo/pdf/rfer/v22n22/v22n22_a06.pdf
- Arora, S., Chaudhary, P., & Singh, R. K. (2021). Impact of coronavirus and online exam anxiety on self-efficacy: the moderating role of coping strategy. *Interactive Technology And Smart Education*, 18(3), 475-492. <https://doi.org/10.1108/itse-08-2020-0158>

- Arrivillaga, C., Rey, L., & Pacheco, N. E. (2020). Uso Problemático del Smartphone y Ajuste Psicológico en adolescentes: El papel clave de la inteligencia emocional. *Know and Share Psychology*, 1(4). <https://doi.org/10.25115/kasp.v1i4.4258>
- Ato, M., López, J. J., & Benavente, A. (2013). *Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. Anales de Psicología*, 29(3), 1038-1059
- Baessler, J., & Schwarzer, R. (1996). Evaluación de la autoeficacia: Adaptación española de la escala de Autoeficacia General. *Ansiedad y estrés*, 2(1), 1-8.
- Bandura, A., & Walters, R. H. (1977). *Social learning theory* (Vol. 1, pp. 141-154). Englewood Cliffs, NJ: Prentice hall.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action. A social cognitive theory*. Prentice Hall.
- Bandura, A. (1994). *Self-efficacy*. (4ta Ed). Academic Press.
- Bandura, A. (1995). *Self-efficacy in changing societies*. Cambridge University Press.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of Control*. Freeman: New York Academic
- Barraza Macías, A., & Chavira Salas, M. G. (2022). Nomofobia (miedo a perder el celular) y su relación con tres variables sociodemográficas. *Perspectivas En Psicología*, 19(1), 23-36. <http://perspectivas.mdp.edu.ar/revista/index.php/pep/article/view/568>
- Bar-On, R. (1997). *The Emotional Quotient (EQ-i) A Test of Emotional Intelligence*. Toronto. Multi-Health Systems.
- Bar-On, R. (2000). *Emotional and social intelligence: Insights from the Emotional Quotient Inventory*. En R. Bar-On & J. D. A. Parker (Eds.), *Handbook of emotional intelligence* (pp. 363-388). Jossey-Bass.
- Bar-On, R. (2006). *The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI)1. Psicothema*, 18(Suplemento), 13–25. <https://reunido.uniovi.es/index.php/PST/article/view/8415>

- Bar-On, R. (2010). Emotional intelligence: An integral part of positive psychology. *South African Journal of Psychology*, 40(1), 54-62. <https://hdl.handle.net/10520/EJC98569>
- Bianchi, A. y Phillips, JG (2005). Predictores psicológicos del uso problemático del teléfono móvil. *Ciberpsicología y Comportamiento*, 8(1), 39-51. <https://doi.org/10.1089/cpb.2005.8.39>
- Borges, M. A., Silva, J. R., & Oliveira, L. F. (2012). Autoeficacia y su impacto en el pensamiento y la conducta. *Revista de Psicología Aplicada*, 14(1), 45-60.
- Braña Sánchez, Á. J., & Moral Jiménez, M. de la V. (2023). Nomofobia Y FOMO en El Uso Del Smartphone en Jóvenes: El Rol De La Ansiedad Por Estar Conectado. *Health & Addictions / Salud y Drogas*, 23(1), 117–130. <https://doi.org/10.21134/haaj.v23i1.707>
- Bragazzi, N. L., & Del Puente, G. (2014). Una propuesta para incluir la nomofobia en el nuevo DSM-V. *Investigación en Psicología y Gestión del comportamiento*, 7, 155-160. <http://dx.doi.org/10.2147/PRBM.S41386>
- Bravo, Cruz, K. E., Rodríguez, E. D., Alarcón, M. E. B., Domínguez, J. E. V., & Rodríguez, P. B. D. (2019). Relación entre ideación suicida y dependencia al teléfono móvil en estudiantes universitarios. *Revista argentina de clínica psicológica*, 28(5), 815-822. <https://doi.org/10.24205/03276716.2019.1117>
- Caba-Machado, V., Díaz-López, A., Baridon-Chauvie, D., Machimbarrena, J. M., Ortega-Barón, J., & González-Cabrera, J. (2023). Nomofobia en México: validación del Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q) y la comparación transcultural con España. *Current Psychology*, 1-13. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-04451-1>
- Carvalho, C., Guerrero, S., Chambel, M. J., & González-Rico, P. (2016). Validación de la WLEIS en portugués: Adaptación y evaluación en diferentes contextos culturales. *Revista de Psicología Aplicada*, 22(3), 125-138.

- Casanova, J. Sinval, J. & Almeida, L. (2024). Academic success, engagement and self-efficacy of first-year university students: personales variables and first-semester performance. *Anales de Psicología*, 40(1), 44-53.
<https://dx.doi.org/10.6018/analesps.479151>
- Caro Castro, T. E. (2021). *Nomofobia y agresividad en estudiantes de una universidad nacional de Lima Metropolitana, 2020*. [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio UCV. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/64355>
- Cía, A. H. (s.f.). Las adicciones no relacionadas a sustancias (DSM-5, APA, 2013): un primer paso hacia la inclusión de las Adicciones Conductuales en las clasificaciones categoriales vigentes. *Revista Neuro-psiquiatría*, 76(4), 210
<https://doi.org/10.20453/rmp.v76i4.1169>
- Copaja-Corzo, C., Aragón-Ayala, C. J., Taype-Rondan, A., & Nomotest-Group. (2022). Nomophobia and its associated factors in Peruvian medical students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(9), 5006.
<https://doi.org/10.3390/ijerph19095006>
- Chóliz, M. (2010b). Adicción al teléfono móvil: un punto de problema. *Adicción* 105, 373-374.
<https://doi.org/10.1111/j.1360-0443.2009.02854.x>
- Chóliz, M., Pinto, L., Phansalkar, S. S., Corr, E., Mujjahid, A., Flores, C., & Barrientos, P. E. (2016). Development of a brief multicultural version of the test of mobile phone dependence (TMD brief) questionnaire. *Frontiers in psychology*, 7, 650.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00650>
- Chakravarti, I. M., Laha, R. G., Roy, J., & Roy, J. (1967). *Manual de métodos de estadística aplicada* (Vol. 1). Wiley.

- Daei, A., Ashrafi-rizi, H., Soleymani, Mohammad, R. (2019) Nomophobia and Health Hazards: Smartphone Use and Addiction Among University Students. *International Journal of Preventive Medicine* 10(1), 202,| https://doi.org/10.4103/ijpvm.IJPVM_184_19
- Da Silva, P. G. N., Machado, M. D. O. S., Estanislau, A. M., Pimentel, C. E., da Fonsêca, P. N., & de Medeiros, E. D. (2020). Nomophobia Questionnaire: Propriedades psicométricas para o contexto brasileiro. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación-e Avaliação Psicológica*, 2(55), 161-172. <https://doi.org/10.21865/RIDEP55.2.12>
- De Alba, U. R., & Colorado, Y. S. (2012). Relación entre inteligencia emocional, depresión y rendimiento académico en estudiantes de psicología. *Psicogente*, 15(28), 348-359. <https://search.proquest.com/docview/1815498808?accountid=40045>
- Diaz Miranda, N y Extremera Pacheco, N. (2020). Inteligencia Emocional, adicción al Smartphone y Malestar Psicológico como predictores de la nomofobia en adolescentes. *Know and Share Psychology* 1(02),4-1, <https://doi.org/10.25115/kasp.v1i2.3195>
- Dixit, S., Shukla, H., Bhagwat, A., Bindal, A., Goyal, A., Zaidi, A. K., & Shrivastava, A. (2010). A study to evaluate mobile phone dependence among students at a medical college and associated hospital of central India. *Indian journal of community medicine. Official publication of Indian Association of Preventive & Social Medicine*, 35(2), 339–341. <https://doi.org/10.4103/0970-0218.66878>
- Dominguez-Lara, S. (2017). Magnitud del efecto en análisis de regresión. *Interacciones Revista de Avances En Psicología*, 3(1), 3-5. <https://doi.org/10.24016/2017.v3n1.46>

- Durak, H. Y. (2019). Investigación de la nomofobia y los predictores de adicción a los teléfonos inteligentes entre adolescentes en Turquía: variables demográficas y rendimiento académico. *The Social Science Journal*, 56(4), 492-517. <https://doi.org/10.1016/j.soscij.2018.09.003>
- Echeburúa, E., & De Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías ya las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 22(2), 91-95. <https://www.redalyc.org/pdf/2891/289122889001.pdf>
- El Comercio (2024, 15 de septiembre). Nomofobia: el 50 % de los peruanos siente ansiedad cuando no está con su celular, según estudio. <https://elcomercio.pe/tecnologia/actualidad/nomofobia-el-50-de-los-peruanos-siente-ansiedad-cuando-no-esta-con-su-celular-segun-estudio-noticia/>
- El Ghoudani K, Pulido-Martos M, Lopez-Zafra E. (2018). Medición de la inteligencia emocional en árabe marroquí: la escala de inteligencia emocional de Wong y Law. *Revista Internacional de Psicología Social*. 33(1), 174-194. <https://doi.org/10.1080/02134748.2017.1385243>
- El Islami, A. Z., Anantanukulwong, R., & Faikhamta, C. (2022). Trends of Teacher Professional Development Strategies: A Systematic Review. *Shanlax International Journal of Education*, 10(2), 1-8. <https://doi.org/10.34293/>
- Extremera, N., Rey, L., & Sánchez-Álvarez (2019). Validation of the Spanish version of the Wong Law Emotional Intelligence Scale (WLEIS-S). *Psicothema*, 31, 94-100. <https://doi:10.7334/psicothema2018.147>
- Ferguson, C. J. (2009). An effect size primer: A guide for clinicians and researchers. *Professional Psychology: Research and Practice*, 40(5), 532–538. <https://doi.org/10.1037/a0015808>

- Fernández Berrocal, P., & Cabello, R. (2021). La inteligencia emocional como fundamento de la educación emocional. *Revista Internacional De Educación Emocional Y Bienestar*, 1(1), 31–46. <https://doi.org/10.48102/rieeb.2021.1.1.5>
- Fernández-Berrocal, P., Cabello, R., Gómez-Leal, R., Gutiérrez-Cobo, M. J., & Megías-Robles, A. (2022). Nuevas tendencias en la investigación de la Inteligencia Emocional. *Escritos de Psicología*, 15(2), 144-147. <https://dx.doi.org/10.24310/espsiesepsi.v15i2.15842>
- Fernández-Berrocal, P., & Cabello, R. (2021). La inteligencia emocional como fundamento de la educación emocional. *Revista Internacional de Educación Emocional y Bienestar*, 1(1), 31–46. <https://doi.org/10.48102/rieeb.2021.1.1.5>
- Faul, F., Erdfelder, E., Lang, A. G., & Buchner, A. (2007). G*Power 3: Un programa flexible de análisis estadístico de potencia para las ciencias sociales, conductuales y biomédicas. *Métodos de investigación del comportamiento*, 39(2), 175–191. <https://doi.org/10.3758/BF03193146>
- Flores, María Teresa (2019). *Nomofobia en relación con el bajo rendimiento académico en estudiantes de medicina*. [Tesis de pregrado Universidad Privada Antenor Orrego Trujillo]. Repositorio Institucional UPAO. <https://hdl.handle.net/20.500.12759/5860>
- Franco-Guanilo, R., & 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). <https://dx.doi.org/10.20511/pyr2022.v10n2.1572>
- Galhardo, A., Loureiro, D., Raimundo, E., Massano-Cardoso, I., & Cunha, M. (2023). Evaluación de la nomofobia: Estudio de validación de la versión europea portuguesa del Cuestionario de Nomofobia. *Revista comunitaria de salud mental*, 56(8), 1521-1530. <https://doi.org/10.1007/s10597-020-00600-z>

- García-Masip, V., Sora, B., Serrano-Fernández, M. J., Boada-Grau, J. y Lampert, B. (2023). Personalidad y nomofobia: el papel de las creencias obsesivas disfuncionales. *Revista Internacional de Investigación Ambiental y Salud Pública*, 20(5), 4128. <https://doi.org/10.3390/ijerph20054128>
- García Morales, E. (2022). ¿Qué papel tiene la inteligencia emocional en el contexto clínico, laboral y educativo? *Escritos de Psicología (Internet)*, 15(2), 148-158. <https://dx.doi.org/10.24310/espsiescpsi.v15i2.14752>
- García Fernández, M. & Giménez-Mas, S.I. (2010). La inteligencia emocional y sus principales modelos: propuesta de un modelo integrador. *Espiral. Cuadernos del Profesorado*, 3(6), 43-52. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3736408>
- Garner, H. (1983). *Frames of minds. The theory of multiple intelligence*. Basic Book.
- Gezgin, DM, Cakir, O. & Yildirim, S. (2018). La relación entre los niveles de prevalencia de nomofobia y la adicción a Internet entre estudiantes de secundaria: los factores que influyen en la nomofobia. *Revista Internacional de Investigación en Educación y Ciencia*, 4 (1), 215-225. <https://eric.ed.gov/?id=EJ1169832>
- González-Cabrera, J., León-Mejía, A., Pérez-Sancho, C., & Calvete, E. (2017). Adaptación del Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q) al español en una muestra de adolescentes. *Actas Españolas de Psiquiatría*, 45(4), 137–144 <https://psycnet.apa.org/record/2017-54572-008>
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. Bantam Books.
- Goleman, D. (1995a). *Emotional intelligence*. Bantam Books.
- Goleman, D. (1998). *Working with Emotional Intelligence*. Bantam Books.
- Goleman, D. (2012). *Inteligencia emocional*. Editorial Kairós.

- Gutiérrez-Puertas, L., Márquez, V., São-Romão, L., Granados, G., (2019). Comparative study of nomophobia among Spanish and Portuguese nursing students. *Nurse education in practice*, 34, 79-84. <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2018.11.010>
- Guía de bolsillo de la clasificación CIE-10: Clasificación de los Trastornos Mentales y del Comportamiento.* (2000). Ed. Médica Panamericana.
- Guimarães, C. L. C., Oliveira, L. B. S. D., Pereira, R. S., Silva, P. G. N. D., & Gouveia, V. V. (2022). Nomophobia and smartphone addiction: do the variables age and sex explain this relationship. *Psico-USF*, 27,319-329. <https://doi.org/10.1590/1413-82712022270209>
- Griffiths, M. (1995, February). *Technological addictions.* In *Clinical psychology forum* (pp. 14-14). Division of Clinical Psychology of the British Psychol Soc. https://www.academia.edu/751805/Griffiths_M_D_1995_Technological_addictions_Clinical_Psychology_Forum_76_14_19
- Griffiths, M.D. (2005). Adicción a los videojuegos: una revisión de la literatura. *Psicología conductual*, 13 (3), 445-462. https://www.academia.edu/751805/Griffiths_M_D_1995_Technological_addictions_Clinical_Psychology_Forum_76_14_19
- Grimaldo, M. (2005). Propiedades Psicométricas de la escala de Autoeficacia General de Baessler y Schwarzer. *Rev. Cultura* 19 (19), 213 – 229
- Grimaldo, M. , Rojas, J. C., & Calderón-De la Cruz, G. (2021). Evidencias psicométricas de la Escala de Autoeficacia General (EAG) en universitarios peruanos. *Ansiedad y Estrés*, 27, 132-139. <https://doi.org/10.5093/anyes2021a18>
- Güzel, Ş. (2018). Fear of the Age: Nomophobia (No-Mobile-Phone). *Journal of Academic Perspective on Social Studies*, (1), 20-24. <https://doi.org/10.35344/japss.519609>

- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw Hill Educación.
- Hernández-Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, M. P. (2014). *Metodología de la investigación* (6ª ed.). McGraw Hill Interamericana Editores.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación* (5ª ed.). McGraw Hill.
- IBM Corp. (2020). *IBM SPSS Statistics for Windows (Versión 27.0)* [Software informático]. IBM Corp.
- Iliceto, P., & Fino, E. (2017). The Italian version of the Wong-Law Emotional Intelligence Scale (WLEIS-I): A second-order factor analysis. *Personality and Individual Differences*, 116, 216-221.
- Instituto Nacional de Estadística e Informática (2024). Uso de Internet en zonas urbanas. En Acceso al Internet en el Perú: Informe anual 2024. https://www.inei.gov.pe/media/MenuRecursivo/boletines/boletin_tics_1t24.pdf
- Instituto Nacional de Estadístico e Informática (2022). Aumentó población que accedió a internet mediante teléfono celular de enero a marzo de 2022. https://www.inei.gov.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1872/COMPENDIO2022.html
- Jahrami, H. (2023). The relationship between nomophobia, insomnia, chronotype, phone in proximity, screen time, and sleep duration in adults: A mobile phone app-assisted cross-sectional study. *Healthcare (Switzerland)*, 11(10). <https://doi.org/10.3390/healthcare11101503>
- Jerusalem, M., & Schwarzer, R. (1992). Self-efficacy as a resource factor in stress appraisal processes. En R. Schwarzer (Ed.), *Self-efficacy: Thought control of action* (pp. 195-213). Hemisphere.

- Karaoglan Yilmaz, F. G., Yilmaz, R., & Erdogan, F. (2023). La relación entre la nomofobia, la inteligencia emocional, la resolución de problemas interpersonales, el estrés percibido y la autoestima en estudiantes universitarios. *Revista de Tecnología en Ciencias del Comportamiento*, 8(1), 27-35. <https://doi.org/10.1007/s41347-022-00282-2>
- King, A. L., Valença, Alexandre M. M. Nardi, Antonio Egidio (2010). Nomofobia: el teléfono móvil en el trastorno de pánico con agorafobia: ¿reducir las fobias o empeorar la dependencia ?, *Neurología cognitiva y del comportamiento*. 23(1) 52-54 <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20299865/>
- King, A. L. S., Valença, A. M., Silva, A. C. O., Baczynski, T., Carvalho, M. R., & Nardi, A. E. (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. L., Valença, A. M., Silva, A. C., Sancassiani, F., Machado, S., & Nardi, A. E. (2014). Nomophobia: impact of cell phone use interfering with symptoms and emotions of individuals with panic disorder compared with a control group. *Clinical practice and epidemiology in mental health: CP & EMH*, 10, 28–35. <https://doi.org/10.2174/1745017901410010028>
- Kwon, M., Lee, J. Y., Won, W. Y., Park, J. W., Min, J. A., Hahn, C., ... & Kim, D. J. (2013). Development and validation of a smartphone addiction scale (SAS). *PloS one*, 8(2), e56936. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0056936>
- Landeau, J. (2007). *Investigación aplicada y su impacto en el conocimiento científico*. Editorial Académica.

- Larico Apaza, Y. C. (2018). *Repercusión de la Nomofobia y su influencia en la ansiedad de los estudiantes de la Universidad Andina Néstor Cáceres Velásquez, Juliaca*. [Tesis doctoral Universidad Andina Cáceres Velásquez]. Repositorio UANCV. <http://repositorio.uancv.edu.pe/handle/UANCV/2302>
- Law, K. S., Wong, C.-S., & Song, L. J. (2004). La validez de constructo y criterio de la inteligencia emocional y su utilidad potencial para los estudios de gestión. *Revista de Psicología Aplicada*, 89(3), 483–496. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.89.3.483>
- León-Mejía, A., C., Gutiérrez-Ortega, M., Serrano-Pintado, I., & González-Cabrera, J. (2021). A systematic review on nomophobia prevalence: Surfacing results and standard guidelines for future research. *PLoS One*, 16(5). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0250509>
- León-Mejía, A., Calvete, E., Patino-Alonso, C., Machimbarrena, J. M., & González-Cabrera, J. (2021). Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q): Estructura factorial y puntos de corte de la versión española. *Adicciones*, 33(2), 137-148. <https://doi.org/10.20882/adicciones.1316>
- Lin, C., Potenza, M. N., Ulander, M., Broström, A., Ohayon, M. M., Chattu, V. K., & Pakpour, A. H. (2021). Longitudinal Relationships between Nomophobia, Addictive Use of Social Media, and Insomnia in Adolescents. *Healthcare*, 9(9), 1201. <https://doi.org/10.3390/healthcare9091201>
- López, R. S., Maciá, C. G., & Juan, M. V. (2018). Inteligencia emocional en alumnado de formación profesional. Diferencias en función del curso, del género y de la edad. *Educar*, 54(1), 229-245. <https://raco.cat/index.php/Educar/article/view/331867>.
- Lozano, Y., & Persad, E. (2021). Nomofobia en jóvenes universitarios. *Sistemas Humanos*, 1(1), 72-80. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9598252>

- Manchego, Lizeth Marilis Sosa. (2022). Autoestima y Personalidad en la Nomofobia en alumnos de una escuela secundaria de Lima. *Horizontes Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 6(23), 466-475. <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v6i23.349>
- Marks, I. (1990). Non-chemical (behavioural) addictions. *British Journal of Addiction*, 85(11), 1389-1394 <https://doi.org/10.1111/j.1360-0443.1990.tb01618.x>
- Matoza-Báez, C. M., & Carballo-Ramírez, M. S. (2016). Nivel de Nomofobia en Estudiantes de Medicina de Paraguay. *Ciencia que Integra Latinoamérica*, 21(1), 28-30. <https://doaj.org/article/fb86ec623edd47df8b8d6dafc2709cde>
- Marco, C., y Chóliz, M. (2017). Eficacia de las técnicas de control de la impulsividad en la prevención de la adicción a videojuegos. *Terapia psicológica*, 35(1), 57-69. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082017000100006>
- Mayer, J. D. & Salovey, P. (1997). *What is emotional intelligence?* In: P. Salovey & D. Sluyter (eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Implications for educators* (pp. 3-31). Basic Books.
- Mayer, J. Salovey, P., Caruso, D. (1999): *MSCEIT Item Booklet* (Research Version 1.1.) Toronto, Canada: Multi-Health Systems.
- Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. (2000). *Models of emotional intelligence*. *Handbook of intelligence*, 2, 396-420.
- Mayer, J. D., Salovey, P. & Caruso, D. (2002). *Emotional Intelligence Test (MSCEIT) user's manual*. Toronto (Canada) MHS Publishers. g
- Mayer, J. D., Salovey, P., Caruso, D. & Sitarenios, G. (2003). Measuring Emotional Intelligence with the MSCEIT V2.0. *Emotion*, 3, 97-105 <https://doi.org/10.1037/1528-3542.3.1.97>

- Mayer, J. D., & Salovey, P. (2007). *Test de inteligencia emocional de Mayer-Salovey-Caruso* (p. 2007). Toronto: Multi-Health Systems Incorporated.
- Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2007). *¿Qué es la inteligencia emocional y qué predice?* En *Extendiendo la inteligencia* (pp. 281-306). Routledge.
- Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2009). *Emotional Intelligence Test (MSCEIT) User's Manual*. Multi-Health Systems Inc.
- Mejía, J. J. (2012). Reseña teórica de la inteligencia emocional: modelos e instrumentos de medición. *Revista científica*, 17(1), 10-32. <https://doi.org/10.14483/23448350.4505>
- Merino Soto, C., Lunahuaná-Rosales, M., & Pradhan, R. K. (2016). Validación estructural del Wong-Law Emotional Intelligence Scale (WLEIS): estudio preliminar en adultos. *Liberabit*, 22(1), 103-110. <https://doaj.org/article/665412b3302941478406745af7ee6769>
- Morales, F. M., Giménez, J. M., Pablo, L. M., & Pérez-Mármol, J. M. (2020). The Influence of Smartphone Use on Emotional, Cognitive and Educational Dimensions in University Students. *Sustainability*, 12(16), 6646. <http://dx.doi.org/10.3390/su12166646>
- Morales, G. D. C. M., & Bucheli, M. G. V. (2022). El impacto de la adicción al celular o nomofobia en estudiantes universitarios: caso de dos universidades mexicanas. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(1), 2123-2138. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i1.1639
- Moreno-Guerrero, A., Aznar-Díaz, I., Cáceres-Reche, P., & Rodríguez-García, A. (2020). ¿Do Age, Gender and Poor Diet Influence the Higher Prevalence of Nomophobia among Young People? *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 17(10), 3697. <https://doi.org/10.3390/ijerph17103697>

- Muñoz-Carril, P. C. y Dans, I. (2025). Nomofobia en estudiantes universitarios gallegos: Análisis de la prevalencia y factores influyentes [Nomophobia Among University Students in Galicia: Analysis of Prevalence and Influencing Factors]. *European Public & Social Innovation Review*, 10, 01-20. <https://doi.org/10.31637/epsir-2025-987>
- Muiños, P. R., Sanmamed, M. G., & Garrido, L. R. (2024). Impacto de la nomofobia en estudiantes universitarios españoles. *Revista Fuentes*, 2(26), 328-340. <https://doi.org/10.12795/revistafuentes.2024.25252>
- Nascimento da Silva, P., Silva M., Mangueira, A., Pimentel, C., Nunes da Fonsêca, P. y Medeiros, E. (2020) Nomophobia Questionnaire: Psychometric Properties for the Brazilian Context. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*. 55(2), 161-172. <https://doi.org/10.21865/RIDEP54.1.01>
- Nasar, J., Hecht, P., & Wener, R. (2008). Mobile telephones, distracted attention, and pedestrian safety. *Accident analysis & prevention*, 40(1), 69-75. <https://doi.org/10.1016/j.aap.2007.04.005>
- Navarro Castillo, J., & Berrospi Rojas, M. (2023). *Nomofobia, procrastinación académica y baja inteligencia emocional como factores de riesgo para ansiedad estado en estudiantes de medicina del segundo al sexto año de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán – Huánuco 2023* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Hermilio Valdizán]. Repositorio Institucional – Universidad Nacional Hermilio Valdizán. <https://hdl.handle.net/20.500.13080/8541>
- Oliveira, T. S., Neto, M, P., Barreto, L, K., Brito L, M., Pinheiro, L, V. (2020). “Tengo celular luego existo” Un estudio de la Nomofobia en la formación de futuros directivos. *Revista Administración Unimed*.

- Ospina-Cano, S., Quiroz-González, E., Villavicencio-Ayub, E., & Arias Rodríguez, G. M. (2023). Autoeficacia y engagement desde la perspectiva de género. *Equidad y Desarrollo*, (41), 1-25. <https://doi.org/10.19052/eq.vol1.iss41.7>
- Padilla, J. L., Acosta, B., Guevara, M., Gómez, J., & González, A. (2006). Propiedades psicométricas de la versión española de la escala de autoeficacia general aplicada en México y España. *Revista Mexicana de Psicología*, 23(2), 245-252. <https://www.redalyc.org/pdf/2430/243020649010.pdf>
- Pacheco, N. E., & Berrocal, P. F. (2004). Inteligencia emocional, calidad de las relaciones interpersonales y empatía en estudiantes universitarios. *Clínica y salud*, 15(2), 117-137. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=180617822001>
- Paredes-Proañón, A. M., & Herrera-Granda, I. D. (2023). Análisis de correlación entre el Engagement académico y la autoeficacia académica, por género, a nivel superior en Ecuador. *Prometeo Conocimiento Científico*, 3(2), e42-e42. <https://orcid.org/0000-0001-5413-8150>
- Pastor Molina, L. (2022). *Ansiedad, estrés y nomofobia en estudiantes de educación técnico - productiva de Lima - 2021*. [Tesis de doctorado, Universidad César Vallejo]. Repositorio UCV. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/81353>
- Páez, J. A. P. (2016) Nomofobia. *Revista Contribuciones a las Ciencias Sociales*. <http://www.eumed.net/rev/ccss/2016/03/nomofobia.html>
- Pérez Cabrejos, R. G. (2022). *Nomofobia y cibercondría en las relaciones interpersonales de los estudiantes universitarios de Cañete, 2021*. [Tesis de doctorado, Universidad César Vallejo]. Repositorio UCV. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/77691>

- Pereyra Girardi, C. I., Páez Vargas, N., del Valle Ronchieri Pardo, C., & Trueba, D. A. (2019). Validación de la Escala de Autoeficacia para el Afrontamiento del Estrés en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología (PUCP)*, 37(2), 473-493. <https://doi.org/10.18800/psico.201902.005>
- Pérez-Fuentes, M. del C., Jurado, M. del M. M., & Gázquez Linares, J. J. (2019). Explanatory Value of General Self-Efficacy, Empathy and Emotional Intelligence in Overall Self-Esteem of Healthcare Professionals. *Social Work in Public Health*, 34(4), 318–329. <https://doi.org/10.1080/19371918.2019.1606752>
- Poaquiza, R. A. L., & Manzano, F. R. G. (2024). Inteligencia emocional y autoeficacia en adolescentes. *Revista Científica Arbitrada Multidisciplinaria pentaciencias*, 6(5), 166-177. <https://doi.org/10.59169/pentaciencias.v6i5.1199>
- Quijano de Arana, S. D. D., & Navarro Cid, J. (2000). La autoeficacia y la motivación en el trabajo. *Apuntes de Psicología*, 2000, 18(1), 159-177. <https://hdl.handle.net/2445/181258>
- Quintero Montelongo, M. A., Pérez Córdoba, E. A., & Correa Gutiérrez, S. (2009). La relación entre la autoeficacia y la ansiedad ante las ciencias en estudiantes del nivel medio superior. *SOCIOTAM. Revista internacional de ciencias sociales y humanidades*, 19(2), 69-9
- Ramos-Soler, I., López-Sánchez, E. & Quiles-Soler, C. (2021). Nomophobia in teenagers: digital life style, social networking and smartphone abuse. *Communication & Society*, 34(4), 17-32. <https://doi.org/10.15581/003.34.4.17-32>
- Rengifo, D., y Arapa, F. (2021). *Nomofobia y procrastinación académica en estudiantes del cuarto y quinto del nivel secundario de una institución educativa pública de la ciudad de Juliaca, 2021*. [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Unión]. Repositorio UPU <http://hdl.handle.net/20.500.12840/4694>

- Rodríguez, E. D., Domínguez, J. E. V., Rodríguez, P.B. D., Santiesteban, G.M., & Alarcón, M. E.B. (2018). Comportamiento epidemiológico de la dependencia del teléfono móvil. *Colombia Forense*, 5(1), 35-42. <https://doi.org/10.16925/cf.v5i1.2362>
- Rodríguez-García, A.-M., García-Carmona, M., Marín-Marín, J.-A., & Moreno-Guerrero, A.-J. (2025). Nomofobia y rendimiento académico: prevalencia y correlación en los jóvenes. *Revista Fuentes*, 27(1), 107–120. <https://doi.org/10.12795/revistafuentes.2025.23121>
- Romero-Rodríguez, J. M., Martínez-Heredia, N., Campos, M. (2021). Influencia de la adicción a internet en el bienestar personal de los estudiantes universitarios. *Health and Addictions/ Salud y Drogas*, 21(1), 171-185. <http://dx.doi.org/10.21134/haaj.v21i1.559>
- Rosales, J. Guzmán, R. Aroni, E. Matos, C. & Castillo, J. (2019). Determining Symptomatic Factors of Nomophobia in Peruvian Students from the National University of Engineering. *Applied Sciences*, 9(9), 1814. <https://doi.org/10.3390/app9091814>
- Salamanca, A., & Giraldo, C. (2011). Modelos cognitivos y cognitivo sociales en la prevención y promoción de la salud. *Revista Vanguardia Psicológica Clínica Teórica y Práctica*, 2(2), 185-202.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 9(3), 185-211. <https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>
- Salehan, M., & Negahban, A. (2013). Social networking on smartphones: When mobile phones become addictive. *Computers in Human Behavior*, 29(6), 2632–2639. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.07.003>
- Salovey, P. & Mayer, J.D. (1990). Emotional Intelligence: Imagination, Cognition and Personality (pp. 185-211). Basic Books.

- Salovey, P., Rothman, A. J., Detweiler, J. B., & Steward, W. T. (2000). Emotional states and physical health. *American psychologist*, 55(1), 110. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0003-066X.55.1.110>
- Santl L, Brajkovic L, Kopilaš V. (2022). Relación entre nomofobia, diversas dificultades emocionales y factores de angustia entre los estudiantes. *Revista Europea de Investigación en Salud, Psicología y Educación*. 2022; 12(7), 716-730. <https://doi.org/10.3390/ejihpe12070053>
- Schwarzer, R., & Jerusalem, M. (1995). Generalized Self-Efficacy scale. In J. Weinman, S. Wright, & M. Johnston, Measures in health psychology: A user's portfolio. *Causal and control beliefs* (pp. 35-37). Windsor, England: NFER-NELSON.
- Sternberg, R. (1985). La teoría triárquica de la inteligencia: comprender el autogobierno mental. Pueyo, A.(1996). Los componentes cognitivos de la inteligencia. Cáp, 5, 97.
- Secur Envoy. (2012, 16 de febrero). El 66% de la población sufre de nomofobia el miedo a estar sin su teléfono. <https://securenvoy.com/blog/66-population-suffer-nomophobia-fear-being-without-their-phone-2/>
- Tomateo, R. (2019). *Bienestar psicológico y autoeficacia en adolescentes de una institución educativa nacional de Lima Metropolitana*. [Tesis Doctoral, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio Institucional – Universidad Nacional Federico Villarreal. <https://repositorio.unfv.edu.pe/handle/20.500.13084/3006>
- Torres-Salazar, Q., Ramírez-Gurrola, A., Castañón-Alvarado, M., Aroña-Campos, A., Betancourt-Araujo, A., Carrillo-Cisneros, M. F., López-Molina, C., Medina-Rosales, J. G. y Carrillo de la Cruz, B. (2018). Asociación entre nomofobia e indicadores de inteligencia en estudiantes de educación superior. *Revista Internacional de Investigación En Adicciones*, 4(2), 19–24. <https://doi.org/10.28931/riiad.2018.2.03>

- Thorndike, R. L. (1920). Intelligence and its uses. *Harper's Magazine*, 140, 227-235.
- Vagka, E.; Gnardellis, C.; Lagiou, A.; Notara, V. (2023). Prevalence and Factors Related to Nomophobia: Arising Issues among Young Adults. *Eur. J. Investig. Health Psychol. Educ.* 13, 1467-1476. <https://doi.org/10.3390/ejihpe13080107>
- Van Velthoven, M. H, Powell, J. y Powell, G. (2018). Uso Problemático de teléfonos inteligentes: enfoques digitales para un problema de salud pública emergente. *Salud Digital*, 4, 1–9. <https://doi.org/10.1177/2055207618759167>
- Velásquez Fernández, A. (2012). Revisión histórico-conceptual del concepto de autoeficacia. *Revista Pequén*, 2(1), 148-160.
- Vera Prado, V. L. (2020). *Nomofobia y autoconcepto en estudiantes de Ingeniería de una Universidad Privada de la Ciudad de Huancayo-2020*. [Tesis de Licenciatura Universidad Peruana los Andes]. Repositorio UPLA. <https://hdl.handle.net/20.500.12848/1940>
- Villamarín, F. (1990). Papel de la autoeficacia en los trastornos de ansiedad y depresión. *Análisis y Modificación de Conducta*, 16(47), 55-79. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7086659.pdf>
- Walsh, S.P., White, K.M. and Young, R.M. (2008) Over-Connected? A Qualitative Exploration of the Relationship between Australian Youth and Their Mobile Phones. *Journal of Adolescence*, 31,77-92 <http://dx.doi.org/10.1016/j.adolescence.2007.04.004>
- We Are Social & Hootsuite. (2022). Digital 2022: Global Overview Report. <https://wearesocial.com/digital-2022>
- We Are Social, & Hootsuite. (2022, enero 26). Digital 2022: El informe sobre tendencias digitales, sociales y mobile. We Are Social.

<https://wearesocial.com/es/blog/2022/01/digital-report-2022-el-informe-sobre-las-tendencias-digitales-redes-sociales-y-mobile/>

We Are Social, & Hootsuite. (2023). Digital 2023: Global overview report. We Are Social.

<https://datareportal.com/reports/digital-2023-global-overview-report>

We Are Social, & Hootsuite. (2024). Digital 2024: Global overview report. We Are Social.

<https://wearesocial.com/us/blog/2024/01/digital-2024-5-billion-social-media-users/>

Wong, C. S., & Law, K. S. (2002). Wong and Law emotional intelligence scale. The leadership quarterly. <https://doi.org/10.1037/t07398-000>

Yildirim, C., & Correia, A. (2015). Explorando las dimensiones de la nomofobia: Desarrollo y validación de un cuestionario auto informado. *Las computadoras en el comportamiento humano*, 49,130–137. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.02.059>

Yilmaz, T. & Bekaroğlu, E. (2022) ¿La sensibilidad interpersonal y la ideación paranoide predicen la nomofobia: un análisis con una muestra de adultos jóvenes? *Curr Psychol* 41, 1026–1032. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01501-4>

IX. ANEXOS

Anexo 01: *Matriz de consistencia.*

TÍTULO	PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	MÉTODO	INSTRUMENTOS
Inteligencia Emocional y Autoeficacia como Predictores de Nomofobia en Estudiantes de una Universidad Estatal de Lima Metropolitana.	General	General	General		
	¿La inteligencia emocional y la autoeficacia influyen como factores predictivos en la nomofobia en estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana?	Examinar si la inteligencia emocional y la autoeficacia actúan como factores que predicen la nomofobia en estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana.	La Inteligencia Emocional y la Autoeficacia predicen la Nomofobia en estudiantes de una universidad estatal de Lima.	Enfoque cuantitativo, descriptivo correlacional. Diseño no experimental de corte transversal.	Adaptación al castellano del Wong and Law's Emotional Intelligence Scale (WLEIS 2002). Validez: Consistencia interna satisfactoria α de Cronbach y Análisis Factorial Confirmatorio Confiabilidad: La confiabilidad del coeficiente omega alta confiabilidad factorial para la escala total ($\Omega = .94$). Cuatro dimensiones 16 ítems. La fiabilidad para la muestra peruana La confiabilidad estimada por el coeficiente α fue altamente satisfactoria en todas las subescalas, alcanzaron magnitudes superiores a .85.
	Específicos	Específicos	Específicos	Población - Muestra	
	<ul style="list-style-type: none"> ¿Cuáles son las características psicométricas de la Escala de Inteligencia Emocional (Wong and Low), de la Escala de Autoeficacia General de Baessler y Schwarzer y del Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q) en estudiantes de una universidad estatal de la Lima? 	<ul style="list-style-type: none"> Analizar las propiedades psicométricas de la Escala de Inteligencia Emocional, (Wong and Low), de la Escala de Autoeficacia General de Baessler y Schwarzer y del Cuestionario de nomofobia (NMP-Q) en estudiantes de una universidad estatal de la Lima Metropolitana. 	<ul style="list-style-type: none"> Existe una relación inversa entre los niveles de nomofobia y la inteligencia emocional en estudiantes de una universidad estatal de Lima. 	La población estará conformada por 12890 estudiantes.	Muestra = 482
	<ul style="list-style-type: none"> ¿Cuáles son las características de la inteligencia emocional, de la autoeficacia y de la nomofobia en estudiantes de una universidad estatal de Lima? 	<ul style="list-style-type: none"> Caracterizar la Inteligencia Emocional de la Autoeficacia y la Nomofobia en estudiantes de una universidad estatal de la Lima Metropolitana. 	<ul style="list-style-type: none"> Existe una relación inversa entre la nomofobia y la autoeficacia en estudiantes de una universidad estatal de Lima. 		
	<ul style="list-style-type: none"> ¿Existen diferencias en inteligencia emocional, autoeficacia y nomofobia según el sexo en estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana? 	<ul style="list-style-type: none"> Examinar las diferencias en Inteligencia Emocional, la Autoeficacia y la Nomofobia según el sexo en estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana. 			
<ul style="list-style-type: none"> ¿Qué relación existe entre las dimensiones de la nomofobia y las dimensiones de la inteligencia emocional en estudiantes de una universidad estatal de Lima? 	<ul style="list-style-type: none"> Determinar la relación entre las dimensiones de la nomofobia y las dimensiones de la inteligencia emocional en estudiantes de una universidad estatal de Lima. 	<ul style="list-style-type: none"> Se identifican diferencia significativas en los niveles de la inteligencia emocional de acuerdo con el sexo en estudiantes de una universidad estatal de Lima. 			

			Estadísticos	Nomofobia
<ul style="list-style-type: none"> ¿Existe relación entre las dimensiones de la nomofobia y la autoeficacia en estudiantes de una universidad estatal de Lima? 	<ul style="list-style-type: none"> Analizar la relación entre las dimensiones de la nomofobia y la autoeficacia en estudiantes de una universidad estatal de Lima 	<ul style="list-style-type: none"> Se identifican diferencias significativas en la autoeficacia en función al sexo en estudiantes de una universidad estatal de Lima. 	Descriptiva. Chi Cuadrado Modelamiento de Ecuaciones Estructurales. Análisis de regresión lineal múltiple.	Cuestionario De Nomofobia (NMP-Q). Yildirim, y Correia (2015). Validez Convergente Análisis Factorial. Consistencia interna: Alfa Ordinal total 0.95. Cuatro dimensiones, 20 ítems.
<ul style="list-style-type: none"> ¿Existe relación entre las dimensiones de la inteligencia emocional y la autoeficacia en estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana? 	<ul style="list-style-type: none"> Explorar la relación entre las dimensiones de la inteligencia emocional y la autoeficacia en estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana. 			
<ul style="list-style-type: none"> ¿Qué factores validan el modelo predictivo que vincula la inteligencia emocional y la autoeficacia con la nomofobia? 	<ul style="list-style-type: none"> Validar el modelo predictivo que vincula la inteligencia emocional y la autoeficacia con la nomofobia mediante indicadores de ajuste y significancia estadística. 	<ul style="list-style-type: none"> Se identifican diferencia significativas en los niveles de la nomofobia de acuerdo con el sexo en estudiantes de una universidad estatal de Lima. 		

Anexo 2: Instrumentos para la recolección de la información.**CONSENTIMIENTO INFORMADO:**

La ficha de consentimiento informado tiene como objetivo brindar información a los participantes de la presente investigación respecto a la naturaleza y propósito en su rol como participante de la investigación denominada INTELIGENCIA EMOCIONAL Y AUTOEFICACIA COMO PREDICTOR DE LA NOMOFOBIA EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD ESTATAL DE LIMA METROPOLITANA, la cual tiene como investigador principal a la Mg. Roxana Franco Guanilo, de lo cual declaro lo siguiente:

1. He sido informado acerca de la investigación que se va a realizar.
2. He recibido el presente documento con el fin de saber mi disposición para apoyar en la investigación mencionada, he podido guardar una de este Consentimiento Informado, fechado y firmado.
3. Se me han explicado las características y el objetivo del estudio, así como los posibles beneficios y riesgos de este.
4. La participación consiste en dar respuesta a las escalas de: Inteligencia emocional, Autoeficacia y Nomofobia.
5. He contado con el tiempo y la oportunidad para realizar preguntas y plantear las dudas que poseía. Todas las preguntas fueron respondidas a mi entera satisfacción.
6. Se me informó que se mantendrá la confidencialidad de mis datos.
7. El consentimiento lo otorgo de manera voluntaria y sé que soy libre de retirarme del estudio en cualquier momento de este, por cualquier razón y sin que tenga ningún efecto negativo sobre mí.

Acepto () No acepto ()

Brindar mi consentimiento para la participación en el estudio propuesto.

Fecha:

Firma del participante:

Anexo 3: Instrumentos para la recolección de la información.

Instrumento N°01

ADAPTACIÓN AL ESPAÑOL DEL CUESTIONARIO DE NOMOFOBIA (NMP-Q)

Joaquín Gonzáles Cabrera (2017)

Indique en qué medida está de acuerdo o en desacuerdo con cada afirmación en relación con su teléfono inteligente.

Totalmente en desacuerdo	Bastante en desacuerdo	En desacuerdo	Ni en desacuerdo ni de acuerdo	De Acuerdo	Bastante de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	2	3	4	5	6	7

01	Me sentiría mal si no pudiera acceder en cualquier momento a la información a través de mi smartphone.	
02	Me molestaría si no pudiera consultar información a través de mi smartphone cuando quisiera	
03	Me pondría nervioso/a si no pudiera acceder a las noticias a través de mi smartphone.	
04	Me molestaría si no pudiera utilizar mi smartphone y/o sus aplicaciones cuando quisiera.	
05	Me daría miedo si mi smartphone se quedase sin batería	
06	Me daría algo si estuviera a punto de quedarme sin saldo o de alcanzar mi límite de gasto mensual	
07	Si me quedara sin señal de datos o no pudiera conectarme a una red Wi-Fi, estaría comprobando constantemente si he recuperado la señal o logro encontrar una red.	
08	Si no pudiera utilizar mi smartphone, tendría miedo de quedarme tirado/a en alguna parte.	
09	Si no pudiera consultar mi smartphone durante un rato, sentiría deseos de hacerlo	
10	Sentiría ansiedad si no pudiera comunicarme instantáneamente con mi familia y/o amigos.	
11	Estaría preocupado porque mi familia y amigos no podrían contactar conmigo	
12	Estaría 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	Sentiría ansiedad porque se hubiese roto mi contacto continuo con mi familia y amigos.	
16	Estaría nervioso porque estaría desconectado de mi identidad en línea.	
17	Estaría incómodo porque no podría estar al día con las redes sociales y redes en línea	
18	Sentiría torpeza porque no podría comprobar mis notificaciones de actualizaciones de mis contactos y redes en línea	
19	Sentiría ansiedad porque no podría comprobar mi correo electrónico	
20	Me sentiría raro porque no sabría qué hacer	

Calificación:

Resuma sus respuestas a cada pregunta. Las puntuaciones más altas indican niveles más graves de nomofobia. Consulte la siguiente tabla para determinar su nivel de nomofobia

Puntaje	Nivel de nomofobia
Puntuación NMP-Q = 20 21 ≤	Ausente
Puntuación NMP-Q < 60 60 ≤	Leve
Puntuación NMP-Q < 100 100 ≤	Moderado
Puntuación NMP-Q ≤ 140	Grave

González-Cabrera, J., León-Mejía, A., Pérez-Sancho, C., & Calvete, E. (2017). Adaptación del Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q) al español en una muestra de adolescentes. *Actas Españolas de Psiquiatría*, 45(4), 137–144 <https://psycnet.apa.org/record/2017-54572-008>

Yildirim, C., & Correia, A. (2015). Explorando las dimensiones de la nomofobia: Desarrollo y validación de un cuestionario auto informado. *Las computadoras en el comportamiento humano*, 49,130–137. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.02.059>

Instrumento N°02

**VERSIÓN AL CASTELLANO DEL
WONG AND LAW
EMOTIONAL INTELLIGENCE SCALE
(WLEIS)**

Instrucciones:

A continuación, encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase e indique por favor el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas.

1	2	3	4	5	6	7
Completamente en desacuerdo	En desacuerdo	Más bien en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Más bien de acuerdo	De acuerdo	Completamente de acuerdo

		Respuesta
1	La mayoría de las veces sé distinguir porqué tengo ciertos sentimientos.	
2	Conozco siempre las emociones de mis amigos a través de sus comportamientos.	
3	Siempre me fijo metas y luego intento hacerlo lo mejor para alcanzarlas.	
4	Soy capaz de controlar mi temperamento y manejar las dificultades de manera racional.	
5	Tengo una buena comprensión de mis propias emociones.	
6	Soy un buen observador de las emociones de los demás.	
7	Siempre me digo a mí mismo que soy una persona competente.	
8	Soy capaz de controlar mis propias emociones.	
9	Realmente comprendo lo que yo siento.	
10	Soy sensible a los sentimientos y emociones de los demás.	
11	Soy una persona auto-motivadora.	
12	Me puedo calmar fácilmente cuando me siento enfadado.	
13	Siempre sé si estoy o no estoy feliz.	
14	Tengo una buena comprensión de las emociones de las personas que me rodean.	
15	Siempre me animo a mí mismo para hacerlo lo mejor que pueda.	
16	Tengo un buen control de mis propias emociones.	

Wong, C. S., & Law, K. S. (2002). The effects of leader and follower emotional intelligence on performance and attitude: an exploratory study. *Leadership Quarterly*, 13, 243–274.

[http://dx.doi.org/10.1016/S1048-9843\(02\)00099-1](http://dx.doi.org/10.1016/S1048-9843(02)00099-1)

Extremera, N., Rey, L., & Sánchez-Álvarez (2019). Validation of the Spanish version of the Wong Law Emotional Intelligence Scale (WLEIS-S). *Psicothema*, 31, 94-100.

<https://doi:10.7334/psicothema2018.147>

Instrumento N°03**ESCALA DE AUTOEFICACIA GENERAL
(EAG)**

Ralf Schwarzer (2014)

Las siguientes afirmaciones se refieren a tu capacidad para resolver problemas. Lee cada una de ellas, y marca la alternativa que consideres conveniente. No hay respuestas correctas, ni incorrectas.

Usa la siguiente escala para responder a todas las afirmaciones.

1	2	3	4
Incorrecto	Apenas cierto	Más bien cierto	Cierto

Ítems		Respuesta
01	Puedo encontrar la manera de obtener lo que quiero, aunque alguien se me oponga.	
02	Puedo resolver problemas difíciles si me esfuerzo lo suficiente.	
03	Me es fácil persistir en lo que me he propuesto hasta llegar a alcanzar mis metas.	
04	Tengo confianza en que podría manejar eficazmente acontecimientos inesperados.	
05	Gracias a mis cualidades y recursos, puedo superar situaciones imprevistas.	
06	Cuando me encuentro en dificultades puedo permanecer tranquilo(a) porque cuento con las habilidades necesarias para manejar situaciones difíciles.	
07	Venga lo que venga, por lo general soy capaz de manejarlo.	
08	Puedo resolver la mayoría de los problemas si me esfuerzo lo necesario.	
09	Si me encuentro en una situación difícil, generalmente se me ocurre qué debo hacer.	
10	Al tener que hacer frente a un problema, generalmente se me ocurren varias alternativas de cómo resolverlo.	

Baessler, J., & Schwarzer, R. (1996). Evaluación de la autoeficacia: Adaptación española de la escala de Autoeficacia General. *Ansiedad y estrés*, 2(1), 1-8. ISSN 1134-7937

Grimaldo, M. (2005). Propiedades Psicométricas de la escala de Autoeficacia General de Baessler y Schwarzer. *Rev. Cultura* 19 (19), 213 – 229