



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

Adicción a las redes sociales y conductas depresiva en  
estudiantes universitarios de la ciudad de Trujillo

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:**

Licenciada en Psicología

**AUTORAS:**

Aguilar Alvarado, Melody Estrella (orcid.org/0000-0002-7350-0212)

Yauli Ponce, Clelia (orcid.org/0000-0003-3029-8883)

**ASESORA:**

Dra. Vera Calmet, Velia Graciela (orcid.org/0000-0003-0170-6067)

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Violencia

**LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:**

Promoción de la salud, nutrición y salud alimentaria

**TRUJILLO - PERÚ  
2023**

## **DEDICATORIA**

Dedicamos este trabajo a Dios por guiar nuestros caminos para poder lograr nuestros objetivos y por la dicha de cumplir una meta más en nuestra vida profesional, además por su bondad y amor en todo momento.

A nuestros padres por brindarnos su apoyo en nuestros planes desde el más simple hasta el más grandioso, de una manera incondicional de seguir adelante en todos los proyectos encaminados que amerita nuestra carrera.

Por último, a nuestra asesora Vera Calmet, Velia Graciela por guiarnos y orientarnos de todas las maneras posibles, para llevar a cabo este trabajo de investigación.

## **AGRADECIMIENTO**

Agradecemos a Dios por darnos salud, protección y bendición, las cuales fueron claves para poder cumplir con nuestras metas trazadas, en estos tiempos difíciles de crisis política que día a día nos ha tocado vivir.

A nuestras familias porque nos brindaron su apoyo moral y económico con el fin de lograr nuestros objetivos trazados y forjarnos en un futuro mejor.

A nuestra asesora Vera Calmet, Velia Graciela por su constante apoyo, quien nos ha sabido conducir de manera didáctica durante el proceso y culminación para la realización de la presente investigación.

Finalmente, a los jóvenes universitarios de Trujillo, que aceptaron formar parte de este estudio y nos apoyaron en este proyecto que hemos concluido con mucho esfuerzo y dedicación.

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice de contenidos	iv
Índice de tablas	v
Índice de gráficos y figuras	vi
Resumen	vii
Abstract	viii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	6
III. METODOLOGÍA	12
3.1. Tipo y diseño de Investigación	12
3.2. Variables y operacionalización	12
3.3. Población, muestra y muestreo	13
3.4. Técnicas e instrumento de recolección de datos	14
3.5. Procedimiento	15
3.6. Método de análisis de datos	15
3.7. Aspectos éticos	15
IV. RESULTADOS	16
V. DISCUSIÓN	23
VI. CONCLUSIONES	27
VII. RECOMENDACIONES	28
REFERENCIAS	29
ANEXOS	36

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Matriz de correlación entre la variable Adicción a las Redes Sociales y la variable Conducta Depresiva	16
Tabla 2. Matriz de correlación entre las dimensiones de la variable Adicción a Redes Sociales y la variable Conducta Depresiva	16
Tabla 3. Niveles de Adicción a las Redes sociales y Conducta depresiva	18

## ÍNDICE DE GRÁFICOS Y FIGURAS

Figura 1. Dispersión de la relación entre adicción a las redes sociales y la y la conducta depresiva en jóvenes universitarios de la ciudad de trujillo	17
Figura 2. Dispersión de la relación entre adicción a las redes sociales y la y la conducta depresiva en jóvenes universitarios de la ciudad de trujillo	19
Figura 3. Dispersión de la relación entre adicción a las redes sociales y la y la conducta depresiva en jóvenes universitarios de la ciudad de trujillo	20
Figura 4. Dispersión de la relación entre adicción a las redes sociales y la y la conducta depresiva en jóvenes universitarios de la ciudad de trujillo	21

## RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo general determinar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y la conducta depresiva en estudiantes universitarios de la ciudad de Trujillo. Se utilizó un enfoque cuantitativo con diseño de investigación básica no experimental y correlacional. La muestra estuvo conformada por 347 estudiantes de ambos sexos que oscilaban entre los 19 a 29 años, a quienes se les aplicó el cuestionario de adicción a redes sociales y el cuestionario de salud del paciente (PHQ-9). Los resultados obtenidos, evidencian que existe correlación directa con tamaño de efecto mediano y estadísticamente significativa .316 entre las variables analizadas. En relación a los niveles, existe un nivel medio con 50.7% tanto en adicción a redes sociales como en conducta depresiva en los estudiantes universitarios de la ciudad de Trujillo.

**Palabras clave:** Adicción, redes sociales, depresión, universitarios.

## **ABSTRACT**

The present investigation had as a general objective to determine the relationship that exists between addiction to social networks and depressive behavior in university students from the city of Trujillo. A quantitative approach with a non-experimental and correlational basic research design was used. The sample consisted of 347 students of both sexes ranging from 19 to 29 years old, to whom the social network addiction questionnaire and the patient health questionnaire (PHQ-9) were applied. The results obtained show that there is a direct correlation with a median and statistically significant effect size of .316 between the variables analyzed. In relation to the levels, there is a medium level with 50.7% both in addiction to social networks and in depressive behavior in university students in the city of Trujillo.

**Keywords:** Addiction, social networks, depression, students.



## I. INTRODUCCIÓN:

Las redes sociales en la actualidad, toman gran notabilidad entre las personas, convirtiéndose en parte esencial de sus vidas, en especial de los más jóvenes, quienes, en su gran mayoría, utilizan con mayor frecuencia dichas plataformas o al menos una de ellas (Martínez et al., 2021). Su uso ha crecido exponencialmente, siendo más personas las que, se conectan a una red social que les permite interactuar con los demás y compartir información y contenido (Iqbal et al., 2022).

Según Román, (2017) la tecnología no solo ha cambiado la forma de tener acceso a la información y al modo de expresarnos, sino que ha dado lugar a diversos problemas con los jóvenes, siendo uno de ellos, las redes sociales (RS) y la adicción a las mismas, la cual interfiere en la vida de los individuos, especialmente cuando no utilizan esta herramienta de manera adecuada; generando problemas de concentración, atención, aburrimiento, insomnio e irritabilidad, sentimientos de soledad y depresión (Jasso et al., 2017). Además, hay pérdida de interés en algunas actividades, afecta la alimentación, el sueño, genera en el individuo incapacidad para experimentar placer o divertirse, deteriorando las relaciones sociales en su familia y amistades (Chávez et al., 2017)

Dicho comportamiento, es conocido como el uso garrafal y problemático de las RS, que cada vez atrae más la atención académica por sus efectos desfavorables, como son dañar el rendimiento académico, el bienestar personal y generar conflictos interpersonales (Wang et al., 2020).

A su vez, su uso en la generación actual de estudiantes, es un recurso que facilita las oportunidades, para compartir ideas, contenido educativo y mejorar la comunicación entre los miembros (Martínez et al 2021). Pese a ello, y a que existen algunos beneficios en su uso, también hay riesgos que deben de analizarse (Valencia et al., 2023).

Dicho esto, a pesar de su utilidad para comunicarse e interactuar, el pasar mucho tiempo en estas plataformas, se está convirtiendo una conducta que genera adicción, causando diversas consecuencias, entre ellas, la depresión (Mallick et al., 2023).

Por su parte, la depresión representa es problema latente que perturba a aproximadamente 450 millones de habitantes a nivel mundial, la causa de dicho desorden es compleja, debido a que interviene factores genéticos, biológicos y psicosociales. Cada año, más personas son diagnosticadas con depresión, en todo el mundo, siendo la población más joven, la que prevalece entre los demás (Corea, 2021).

Tal conducta, es un desorden cognitivo llamado trastorno del estado de ánimo recurrente, el cual se presenta sintomatología negativa que afecta la capacidad de enfrentarse a la vida diaria (Obregón et al., 2020). Se caracteriza por la tristeza, la pérdida del interés, desesperanza, incluso pensamientos suicidas, dicha conducta prevalece más en la adolescencia y aumenta durante la transición a la edad adulta, por ello, la depresión es más común entre los estudiantes universitarios, los cuales están expuestos al estrés académico, por lo cual se convierten en un grupo vulnerable (Öztürk y Öztürk 2023)

En función a lo investigado, se ha identificado que usar en medida extrema las redes sociales, se relaciona con una conducta depresiva; así mismo, la soledad y la ansiedad los principales factores asociados a la conducta depresiva entre los estudiantes durante ese momento crítico, lo cual, contribuyendo su aumento (Iqbal et al., 2022).

Pese a ello, se ha llegado a diferentes conclusiones, entre ellas, que el desarrollo de síntomas depresivos se da por el excesivo uso de redes sociales; sin embargo, existen investigaciones en donde no se ha evidenciado relación entre las variables; además, en la población joven, dicho uso podría disminuir los síntomas depresivos; es decir, estos son beneficiosos para la depresión, siempre y cuando sean adecuadamente utilizados, ya que en cuanto aparece la adicción la ventaja ya no existirá (Gong et al., 2021)

En Europa, Dinamarca es el país más dependiente de internet (98%) siendo el 71% quienes hacen uso de las redes sociales; por su parte, Suecia ocupa el segundo lugar, con el 73% de la población. España por su parte, se coloca en el sexto lugar superando las cifras de conexión. Según las últimas predicciones, hay tendencia al crecimiento en el uso de las RS que superaría el 83% en el año 2025 (Fernández, 2023).

Así mismo, la población española que ha participado más activamente son los jóvenes, de 16 a 24 años siendo el 93% de la población, seguida de los ciudadanos de 25 a 34 años, con más del 80% (Instituto Nacional de Estadística, 2022).

En países como Turquía, los estudios manifiestan que un tercio de la población universitaria, presentan síntomas depresivos, siendo estos quienes tienen mayor tasa de depresión que la población en general (Öztürk y Öztürk 2023).

La depresión, afecta al 5% de la población mundial, siendo en promedio, 280 millones de personas que la sufren y tiene una prevalencia del 50% más en mujeres que en varones, siendo la cuarta causa de fallecimiento en personas de 15 a 29 años (OMS, 2023).

En América Latina, el uso de las conocidas plataformas, ha crecido en la última década. Para finales del 2022, la gran mayoría de países tenía un porcentaje de usuarios superior al 60%. En México, se pronostica que el número de personas inmersas en las RS, supere los 95 millones en el 2025 (Statista Research Department, 2023)

A nivel nacional, 3 de cada 4 adolescentes (72%) se conecta a una red social entre 1 a 3 horas diarias, 1 de cada 5 (20%) de 4 a 5 horas, y el 7% pasa más de 6 horas conectado a una red social. Siendo las plataformas más utilizadas, WhatsApp con 96%, seguida de YouTube con el 82%, Facebook con el 77% y Tik Tok con el 72% (MAPFRE, 2022).

El Instituto de Estadística e Informática (2022) indicó en el último trimestre del 2021 el 55.3% de la población en el país tiene conexión a internet, incrementando en 9.6 puntos porcentuales en comparación con el trimestre del

2020, siendo Lima metropolitana la que pasó del 67.5% a 75.1%, en lugares urbanos del 47.9% al 58.7% y en el área rural de 10.1% al 18.5%.

Frente a esta realidad se observa que pasar mucho tiempo en una red social trae consecuencias perjudiciales en la salud de los adolescentes, a nivel personal y social. Por ello, el Grupo Investigación Formación y Tratamientos psicológicos (GIFT, 2022) mencionó el uso excesivo de las tecnologías o internet tiene la misma consecuencia que consumir drogas y se califica como una enfermedad.

Por consiguiente, se formula esta interrogante: ¿Existe relación entre adicción a las redes sociales y conducta depresiva en estudiantes universitarios de la ciudad de Trujillo?

Es preciso justificar la relevancia del presente estudio. A nivel teórico, permite analizar las variables, determinando su grado de relación y obteniendo mayor información de la problemática en mención. Así mismo, el trabajo será fuente de apoyo para futuras investigaciones, donde se involucren las variables estudiadas, favoreciendo su desarrollo y siendo utilizado como antecedente.

A nivel práctico, presentará resultados actualizados donde se promoverá, formulará e implementará estrategias de interacción enfocados a disminuir la conducta adictiva en el uso de medios virtuales de interacción social, como Facebook, Instagram y otros, el cual será un elemento primordial hacia el desarrollo saludable en los jóvenes para evitar conductas depresivas. Por último, a nivel social, estará a disposición de psicólogos y distintas autoridades universitarias para prevenir y concientizar las variables estudiadas.

Ante lo expuesto, se planteó como objetivo general: determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y la conducta depresiva en estudiantes universitarios de la ciudad de Trujillo. Como objetivos específicos, identificar los datos descriptivos de la variable adicción a las redes sociales y conductas depresivas, y analizar si existe relación entre las dimensiones de adicción de las redes sociales con la conducta depresiva.

Finalmente, se precisó como hipótesis general: existe relación entre la adicción a las redes sociales y la conducta depresiva en estudiantes universitarios en la ciudad de Trujillo. Así mismo, como hipótesis específicas: existe relación entre las dimensiones de la variable adicción a las redes sociales y las conductas depresivas.

## II. MARCO TEÓRICO:

En cuanto a las investigaciones revisadas, a nivel internacional se consideró el estudio de Gong et al. (2021) quienes analizaron el impacto de la Adicción a las redes sociales (ARS) en la depresión, con el objetivo de evaluar el grado de adicción y su correlación con factores psicosociales como la depresión, la soledad y las necesidades interpersonales en estudiantes chinos de medicina. La muestra fue de un total de 1067 universitarios mayores de 18 años. Se utilizó La SNSAS y El Cuestionario (PHQ-9). Señalaron que existe relación entre las variables de estudio de manera directa e indirecta.

El segundo estudio encontrado fue el de Gil y Quintero (2021) con su investigación sobre ansiedad y depresión derivadas del uso excesivo de las RS, buscó presentar la correlacional entre las variables, en donde se incluyeron a 253 ciudadanos colombianos, a quienes se le administraron las pruebas psicométricas que evalúan depresión (HDRS), y ansiedad (BAI). Como resultado, se encontró una correlación directa entre el uso de las RS y la depresión.

Por su parte, Sejido (2022) planteó describir la prevalencia de la adicción a las RS en ciudadanos españoles, siendo un total de 201 participantes que conformaron la muestra. Se aplicó la (BSMAS) y el (CSP). Se concluyó que los sujetos que tenían adicción a las RS, presentaban significativamente mayor sintomatología depresiva.

A nivel nacional, Reyes (2019) estudio las variables depresión y uso de RS en Preuniversitarios de la UNU en Ucayali, con el fin de determinar la correlación de las variables mencionadas. Los participantes fueron 171 estudiantes que respondieron a la Escala de Beck y a la (EARS). Se concluye que existe relación entre los constructos analizados.

Así mismo, Baños (2020) analizó las mismas variables, en universitarios de Lima, con el propósito de hallar su relación. Participaron 219 estudiantes como parte de la muestra, los mismos que resolvieron el cuestionario de adicción

a RS y el Inventario de Beck – II. Los reportes indicaron que existe relación significativa entre ambos constructos y dimensiones.

Por su parte, Cárdenas (2021) abordó a estudiantes de derecho de una Universidad de Ayacucho, con el fin de encontrar el grado de relación de adicción a las RS y la depresión. La muestra fueron 119 estudiantes, a quienes se les aplicó la Escala (ARS) y la de Zung (ZDS). Su estudio dió como resultado una correlación de baja fuerza entre las dos variables.

Finalmente, Castro y Gutiérrez (2022) analizaron las mismas variables, en estudiantes universitarios de Lima, dicho estudio planteó identificar el grado de relación entre ambos constructos. Formaron parte del estudio, 106 universitarios. Se empleó el (BID-II) y el (ARS). Los hallazgos manifestaron la relación directa y significativa de las variables.

En función a la primera variable de estudio, Castaño y Páez (2019) refieren que la adicción es una enfermedad crónica que incluye aspectos genéticos y psicosociales que afectan el desarrollo de la persona y la forma en que evoluciona; además, se caracteriza por falta de control y el deterioro del pensamiento.

Así mismo, Jasso et al. (2017) manifestaron que es el uso que presentan las personas de forma incontrolada y continua de espacios digitales como Facebook, Instagram, WhatsApp, provoca que los sujetos se alejen de lo real, afectando la autoestima, la vida social y la capacidad de autocontrol.

En cuanto a la clasificación de la adicción es como una sola enfermedad, que se divide en cuatro tipos según Vargas et al. (2021), química: considerando drogas legales como alcohol, la nicotina, los psicofármacos, la cafeína y las drogas ilegales con pasta de cocaína, marihuana, heroína, éxtasis; sustancias industriales como solventes, adhesivos, combustibles y sustancias folklóricas como San Pedro, Ayahuasca y Florencia; conexión: se refiere al uso continuo de videojuegos, y redes sociales; diversión: considera el póquer o los juegos de azar, los casinos, las máquinas tragamonedas, las máquinas chinas, los juegos de bingo, la equitación, el billar y la socialización: por ejemplo, automóviles a alta velocidad, música a todo volumen, poder, dinero, actividades de alto riesgo.

Loor, et al. (2018) exponen las etiologías multicausales de la adicción, entre las principales se encuentran las ecológicas: laboratorios clandestinos, así los nidos ecológicos adictógenos, es decir chupodromos, rocódromos. Socioeconómico, cultural y geopolítico: el narcotráfico permea el ámbito de la economía, en el aspecto de la sociedad, política y cultural de los países y genera presión política, manipulación mediática, captación de personas que nada tienen que ver con el conocimiento médico y científico de las enfermedades adictivas; familia: disfunción familiar, anomia, falta de amor, odio, adicción, falta de comunicación y psicológicas: inmadurez extrema, odio a uno mismo y a los demás, soledad, huérfanos, miedo, depresión, ansiedad, estrés, infelicidad y evitación (Rivera y Cahuana 2016).

La persona adicta a las RS tiene el deseo persistente de andar conectado a internet, tiene problemas de sueño, se resiste a la intoxicación, hay abandono o poca interacción con la familia, reduciendo así las actividades del círculo familiar, también se ve afectado su círculo social, laboral y de entretenimiento (Vargas et al; 2021).

En función a las teorías, Ecurra y Salas (2014) hacen mención de 3 componentes de la ARS: la obsesión por las RS, en donde el sujeto se imagina constantemente estar una red social, generando un una sintomatología ansiosa y de preocupación; la falta de control personal, que implica estar conectado gran parte su tiempo a una red social, ignorando sus funciones diarias; por último, el uso excesivo de las redes, que se entiende por la poca capacidad que tiene el sujeto para estar conectado perdiendo su tiempo.

Por su parte, el enfoque cognitivo conductual propone que la ARS, se da como consecuencia de cogniciones no adaptativas, es decir, que existen distorsiones en el pensamiento, lo que conlleva a una interpretación errada de la realidad, afectando el comportamiento del sujeto (Valencia et al., 2021).

La teoría de la motivación enfatiza que dichas conductas adictivas, se dan por las emociones placenteras que las influyen, por lo cual llega a ser adictiva, debido a que la adicción en la conducta humana, no está en función a la



frecuencia del uso, más bien se encuentra en la relación que se tiene con la misma (Arica y Olazábal, 2023).

En relación a la depresión, se indica que es un trastorno mental caracterizado por un estado anímico bajo en donde las personas experimentan cambios de conducta, tienen amplios síntomas emocionales, cognitivos, físicos y conductuales, que incluyen irritabilidad, aislamiento social, y sentimientos de culpabilidad afectando la autoestima y la manera de pensar (Pérez et al., 2017). Además, es un problema multifactorial y precursor de otras enfermedades, considerándose, así como un problema de salud pública (Villarreal et al., 2019).

Del mismo modo, González et al. (2018) nombran la depresión como un estado de desolación, seguido de la decaída del valor de la personalidad con consecuencias dolorosas, reducción de la actividad mental, psicomotora y de órganos, debido a trastornos del pensamiento, por lo que la depresión distorsiona la visión de la realidad, mirándose negativamente a uno mismo, al mundo y al futuro (Navarro et al; 2017).

En los trastornos depresivos, también se presenta desesperanza, pesimismo, el sujeto vive negativo ante la vida, siente culpa, se enoja constantemente, inutilidad e impotencia, por otro lado, hay pérdida de interés en realizar sus actividades como antes solía hacer, sus pasatiempos que antes le resultaba placentero ya no le llama la atención. De igual forma, se acompaña de fatiga, baja energía, dificultad para poder concentrarse, no recuerda detalles, presenta problemas para dormir o despertar, duerme en exceso, come en abundancia o tiene inapetencia y sobre todo presenta pensamientos e intentos suicidas (Páez y Peña, 2018).

Martina et al. (2017) indicaron que algunos de los factores que aumentan el rendimiento o conducen al riesgo que favorecen la depresión abarcan: la falta de autoestima y la dependencia en aumento; eventos traumáticos, como el maltrato físico, violaciones o la pérdida de un ser amado; antecedentes familiares, trastorno bipolar, alcoholismo y suicidio; así como tener una inclinación sexual distinta a lo que se espera y no tener apoyo de la sociedad, lo cual genera sentimientos de inferioridad; una enfermedad grave o crónica, como

el cáncer conlleva a que las personas por el miedo a morir y al no estar con sus seres queridos, presenten una depresión (Apaza et al; 2021)

Cabe resaltar, que las personas deprimidas tienen niveles muy altos de cortisol, varios químicos cerebrales como neurotransmisores, especialmente serotonina, dopamina y norepinefrina, y dichos niveles pueden ser muy altos por razones genéticas (Pérez et al., 2017)

Según Carrasco (2017) los tipos de depresión son los siguientes: Trastorno depresivo mayor, el cual presenta la mayoría de los síntomas y existe una marcada apatía y depresión psicomotora, lo que interfiere en la habilidad para desempeñarse laboralmente, estudiar, dormir, comer y disfrutar de algunas actividades previas; la distimia, una forma menos grave de depresión cuyos síntomas persisten pero no impiden que las personas se mantengan activas; el trastorno bipolar, el tercer tipo, conocido como depresión maníaca, es menos común que los dos primeros, caracterizados por grandes cambios de humor; experimentan ciclos maníacos hiperactivos y, algunas veces, la manía afecta las ideas, nuestro criterio y la conducta de una persona, por lo que eventualmente, pueden conducir a la depresión posparto y del 10% al 15% de las madres primerizas experimentan llanto constante, ansiedad y dificultad para dormir o incluso tomar decisiones simples. (Trunce et al; 2020)

Por otro lado, Morales (2017) indicó que la depresión en la adolescencia puede darse como un problema temporal y generalizado, como una enfermedad peligrosa, por la etapa de desarrollo en la que se da. Con frecuencia los jóvenes presentan mayores molestias relacionadas con el estado de ánimo, debido a que surgen cambios en la personalidad, por ello Sanz y García (2017) mencionan que es difícil determinar la normalidad de este trastorno y que, para diagnosticar la depresión en los jóvenes, es importante conocer la forma y la gravedad de los episodios, así como su relación con la sociedad, su conciencia del trastorno y su capacidad de afrontamiento a la depresión.

Con respecto en su teoría, Rodas, (2021) mencionan que el significado de “depresión” posee diferentes definiciones, pueden referirse a estados anímicos,

cuando se experimentan emociones tristes, ansiedad, sensación de vacío, con la presencia de una patología o un trastorno médico general.

Por su parte, la teoría cognitiva de Beck, propone que es efecto de una forma de pensar errada de las situaciones que tiene que superar el sujeto. Dichos errores, que se originan en la persona deprimida, son el reflejo de esquemas cognitivos disfuncionales, que crean una creencia central. Dichos esquemas, están organizados a partir de conductas y experiencias del pasado que llegan a formar la percepción actual del mundo (Reyes, 2019).

Por otro lado, se plantea que los síntomas de este desorden son efecto de patrones cognitivos negativos. Se emplea como referencia la triada cognitiva, la cual consigna tres patrones vitales que generan en el sujeto alteraciones negativas de como se observa así mismo al mundo y su futuro (Basterra y Cabrera, 2021). El primer patrón se centra en el autoconcepto negativo del paciente, que tiende a atribuir lo desagradable que le suceden a un defecto propio; el siguiente patrón, se basa en la predisposición a interpretar lo que sucede como forma negativa, por lo que sufre infatigablemente de fracaso y frustración; el ultimo patrón, se basa en la perspectiva negativa de su futuro, anticipando que su malestar persistirá de manera indefinida (Sánchez et al. 2023).

### **III. METODOLOGÍA:**

#### **3.1. Tipo y diseño de Investigación**

Se empleó un enfoque cuantitativo, que recoge y analiza datos, teniendo como objetivo comprobar la hipótesis en base a una medición numérica. Además, analiza la realidad de manera objetiva aplicando análisis estadístico con un proceso deductivo, secuencial y probatorio (Vásquez, 2020)

Respecto al diseño, es correlacional, con un enfoque no experimental que permite a los investigadores determinar si existe una relación entre variables mediante el análisis estadístico para evaluar la relación entre ellas (Sánchez et al. 2018)

#### **3.2. Variables y operacionalización**

##### **Definición conceptual**

La ARS son patrones de comportamiento desadaptativos, y repetitivos que llegan a ser placenteros en un primer momento, pero en cuanto se convierte en un hábito, generan estados de necesidad incontrolables, lo que genera malestar clínicamente significativo (Escrura y Salas, 2014).

La depresión es un constructo latente que requiere de intervención, los diagnósticos de trastorno depresivo se presentan con un deterioro del funcionamiento social, laboral y otras áreas esenciales del funcionamiento; además, existe modificaciones en el estado de ánimo o irritabilidad, junto con cambios en el cuerpo y el pensamiento, como la disminución de energía, la pérdida de interés o la incapacidad para sentir placer (Rodas, 2021)

##### **Definición operacional:**

El instrumento de medición utilizado es el Cuestionario (ARS). La encuesta consta de tres dimensiones: obsesión por las redes sociales, falta de control personal y uso excesivo de las redes sociales.

En la medición de la variable conducta depresiva, se empleó la Escala de Salud del Paciente (PHP) la cual está constituida por 9 ítems y es de escala nominal.

### **3.3. Población, muestra y muestreo**

#### **Población**

Viene hacer el grupo específico, delimitado y accesible de individuos que comparten características comunes importantes para la selección de nuestra variable, la población no solo realiza muestras de seres humanos sino también de animales (Arias et al., 2016)

En el presente estudio, la población lo conformaron 347 universitarios, con edades entre los 19 a 29 años, hombres y mujeres residentes del distrito de Trujillo de diferentes universidades.

#### **Criterios de inclusión:**

- Estudiantes universitarios varones y mujeres
- Estudiantes que residan en el distrito de Trujillo
- Estudiantes de 19 a 29 años

#### **Criterios de exclusión:**

- Estudiantes que no hayan desarrollado de manera correcta las preguntas de cada instrumento.

#### **Muestra**

Es el grupo de partes interesadas de quien se recopila datos. La muestra contiene las mismas características que se quiere estudiar en la población (Aspillaga et al., 2021), las personas encuestadas fueron 347 universitarios de 19 a 29 años de edad, de la ciudad de Trujillo, sin tomar en cuenta su estado de civil, soltero, casado.

#### **Muestreo**

Es no probabilístico, bola de nieve, debido a que los primeros participantes fueron elegidos cuidadosamente utilizando criterios específicos para que sea lo más representativo posible (Otzen y Manterola 2017). Siendo los mismos los que van dando pistas de otros participantes que pudieran ser incluidos en la investigación (Hernández, 2021)

### **3.4. Técnicas e instrumento de recolección de datos**

Se hizo uso de la técnica de investigación cuantitativa, a través de la aplicación de encuestas, que permite la recogida de datos de la muestra analizada (López y Fachelli 2016)

#### **Instrumento 01: El cuestionario de adicción a redes sociales**

Se aplicó el (ARS), creada por Miguel Escurra y Edwin Salas en 2014, en Lima, conformado por 24 ítems asociados en 3 factores, 10 ítems obsesión por las RS, 6 ítems faltan en control personal y 8 ítems en uso excesivo de las RS. Su muestra fueron 380 universitarios de Lima, con edades que oscilaban en un rango de 16 y 42 años. Respecto a la validez del instrumento, ésta se obtuvo con el análisis factorial confirmatorio, siguiendo con una máxima verosimilitud con suposición de tres factores significativos, era de 0,975 CFI, 0,071 RMSEA y 0,95 GFI. Finalmente, se encontraron coeficientes aceptables mediante el alfa de Cronbach. El valor de confiabilidad de la variable vendría a ser adecuado ( $\Omega > .700$ ).

#### **Instrumento 02: Cuestionario de Salud del Paciente (PHQ-9)**

Para el constructo depresión, se hizo uso del "Patient Health Questionnaire (PHQ-9), validado en Perú por David Villareal, Anthony Copez, Antonio Bernabé, Melendez Torres y Juan Carlos Bazo, en 2019. Este es un autoinforme tipo Likert que tiene 9 ítems formado a partir de siete criterios revisados por el DSM IV y tiene 4 opciones de respuesta con puntajes que van de 0 a 27.

Se realizó un análisis de datos en donde se incluyeron características demográficas como la edad, estado civil, lugar de residencia y el nivel sociodemográfico y educativo. Así mismo, la estructura factorial se realizó mediante la invarianza de medición a través el AFC para la interpretación de resultados. Se analizó la consistencia interna, alcanzando una confiabilidad optima ( $\alpha = \omega = 0.87$ ) y una correlación de ítem-prueba logrando resultados favorables  $> 0,20$ . Del AFC se mostraron índices propicios en el modelo bifactorial con un 26,451; GFI = 0,969,  $p = 0,067$ ; CFI = 0,991; RMSEA = 0,056, por lo que si es recomendable su uso dentro de la población peruana.

### **3.5. Procedimiento**

En primer lugar, se realizó el análisis y selección de los instrumentos de medición de datos, seleccionando aquellos con adecuada confiabilidad y validez. Seguido de ello, se planteó el objetivo general y específicos, así como la búsqueda de información confiable de artículos y tesis sobre teorías y aspectos relacionados a las variables de estudio.

Así mismo, se obtuvieron los permisos pertinentes para la evaluación de la muestra, contando con el consentimiento informado que permitió que los instrumentos se aplicaran de forma correcta a través de la plataforma de encuestas de Google, que permitió obtener los resultados, los cuales fueron analizados e interpretados.

### **3.6. Método de análisis de datos**

Luego de aplicar los instrumentos de medición, se procesó la encuesta mediante herramientas descriptivas como Excel 2016 y SPSS para conseguir la relación entre las variables y sus dimensiones, las cuales son cualitativas. Los hallazgos son mostrados en tablas de frecuencia que permiten identificar los niveles de los constructos estudiados; así mismo, para apreciar la normalidad se ejecutó medidas de dispersión en simetría y curtosis con valores de  $K_2 > 5.99$  que indican la adecuada distribución, y los valores e  $K_2 \geq 5.99$  señalan una repartición opuesta a la normal.

### **3.7. Aspectos éticos**

Se cumplió con los principios éticos y morales establecidos en el Código de Ética del Psicólogo Peruano. Esto incluye el respeto y la confidencialidad de la información proporcionada por la población encuestada. Así mismo, se consideró la importancia del consentimiento informado por el uso de los datos y garantizar la integridad en los resultados, incluso si no se obtuvieron los resultados que se quisieran obtener. Se hizo énfasis en evitar la adulteración y el plagio (Colegio de Psicólogos del Perú, 2017)

#### IV. RESULTADOS

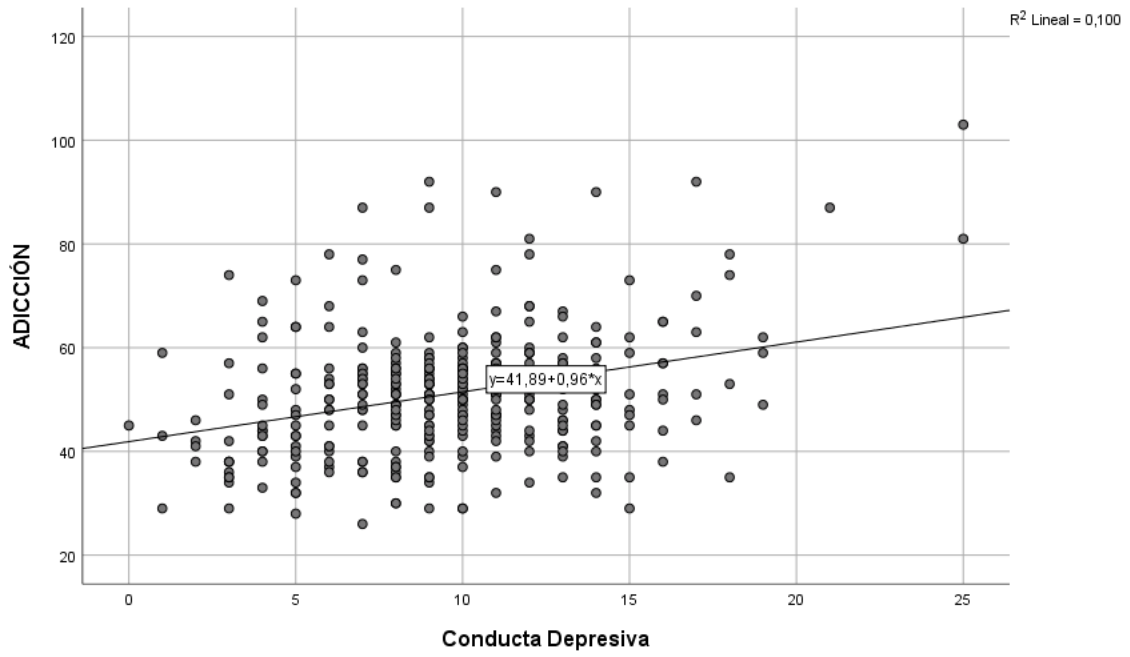
**Tabla 1**

*Matriz de correlación entre la variable ARS y Conducta Depresiva*

		Conducta Depresiva
Adicción a las Redes	r	.316
Sociales	p	< .001

En la Tabla 1 se aprecia una correlación directa con tamaño de efecto mediano y estadísticamente significativa entre las variables de estudio. Ello indica que, a mayor ARS mayor es la conducta Depresiva.





**Figura 1:** *Dispersión de la relación entre las variables.*

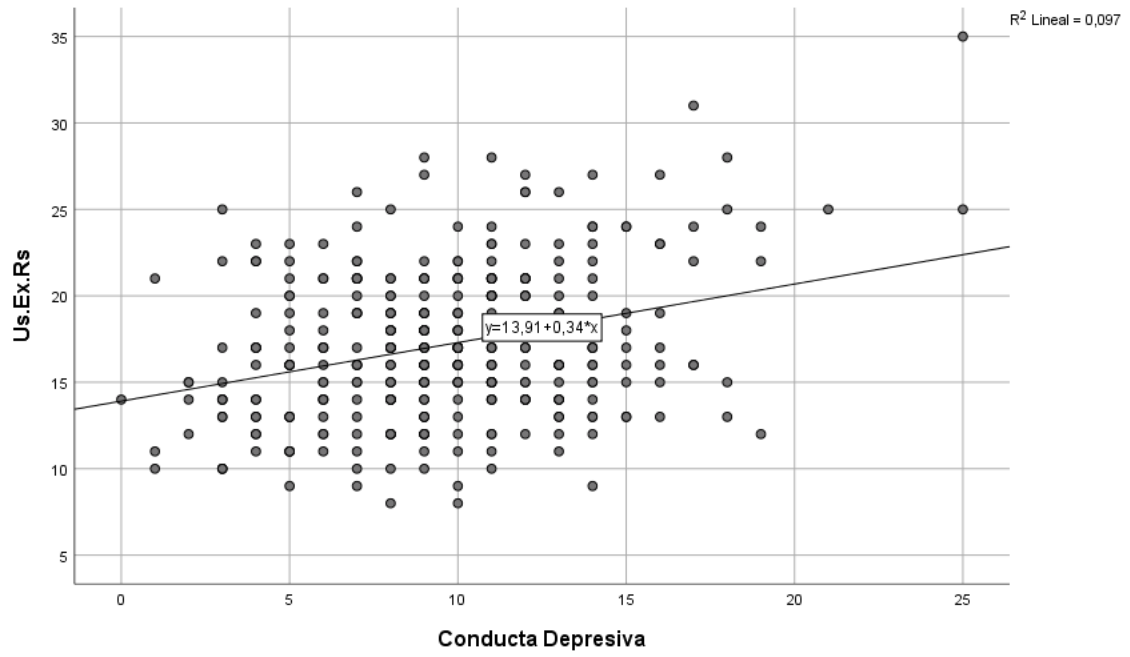
Figura 1, se aprecia una tendencia positiva entre Adicción a las redes sociales y la conducta depresiva.

**Tabla 2**

*Matriz de correlación entre las dimensiones de la variable ARS y Conducta Depresiva*

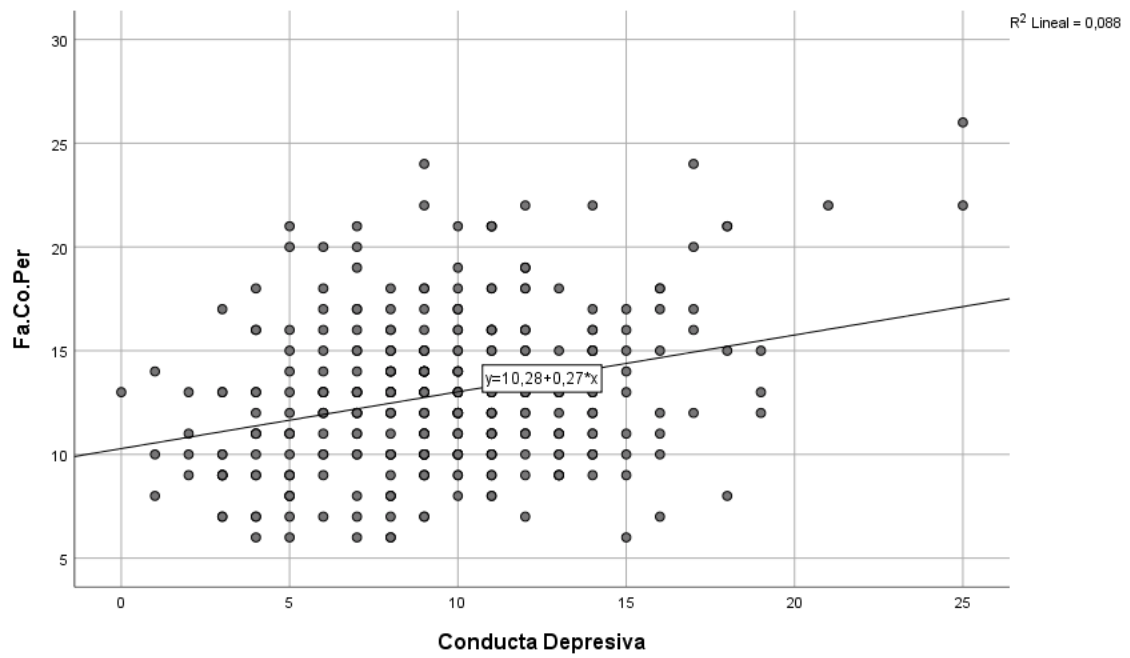
		Conducta Depresiva
Uso excesivo de redes sociales	r	.311
	p	< .001
Falta de control personal	r	.296
	p	< .001
Obsesión por las redes sociales	r	.238
	p	< .001

En la Tabla 2, se aprecia una correlación directa con tamaño de efecto mediano y pequeño, estadísticamente significativa entre las dimensiones de la variable ARS y la variable Conducta Depresiva.



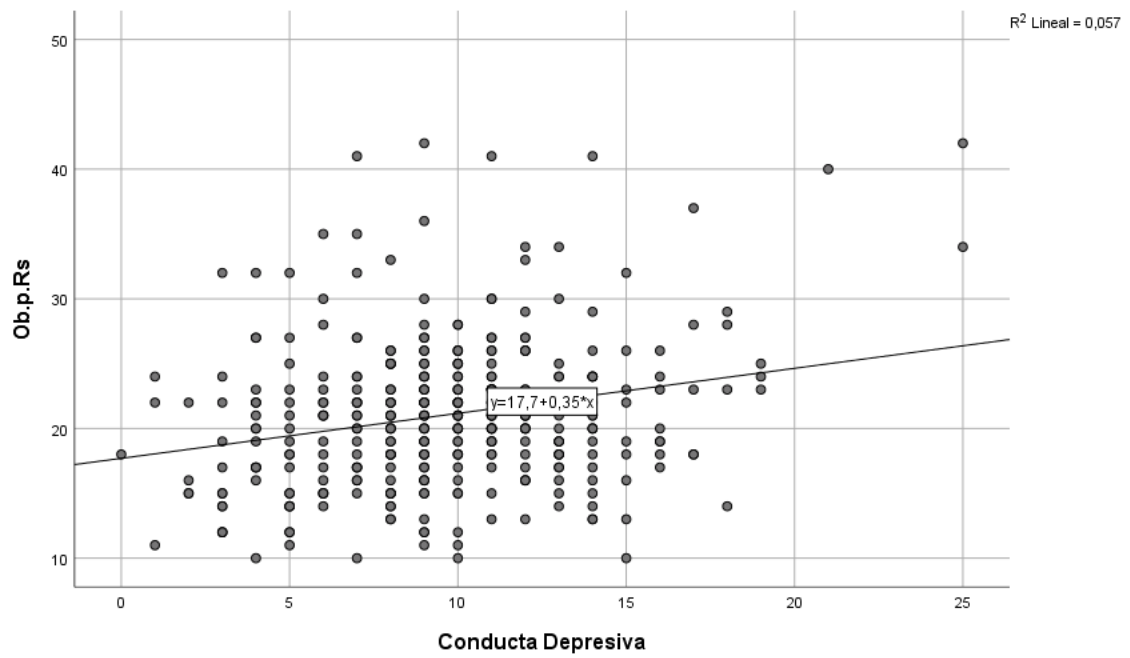
**Figura 2.** *Dispersión de la relación entre las variables de estudio*

Figura 2, se aprecia la tendencia positiva lineal de la dimensión uso excesivo de RS y la variable conducta depresiva. indicando que, a mayor uso excesivo de RS mayor es la conducta depresiva.



**Figura 3.** *Dispersión de la relación de las variables*

Figura 3, se aprecia la tendencia positiva entre la dimensión Falta de Control Personal y la variable Conducta Depresiva. Indicando que, mientras más alta sea la falta de control personal tenga el sujeto, la conducta depresiva incrementa.



**Figura 4.** *Dispersión de la relación entre las variables*

Figura 4, se aprecia la tendencia positiva entre de la dimensión obsesión por las RS y la variable conducta depresiva. indicando que, a mayor obsesión por las RS aumenta la conducta depresiva.

**Tabla 3*****Niveles de Adicción a las Redes sociales y Conducta depresiva***

Nivel	Uso excesivo de redes sociales		Falta de control personal		Obsesión por las redes sociales		Adicción a las Redes Sociales		Conducta Depresiva	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Bajo	80	23	72	20.7	73	21	84	24.2	72	20.7
Medio	170	49	180	51.9	183	52.7	176	50.7	176	50.7
Alto	97	28	95	27.4	91	26.3	87	25.1	99	28.6
Total	347	100	347	100	347	100	347	100	347	100

En la Tabla 3 se detalla que la ARS tiene una tendencia hacia el nivel medio y alto, con menor frecuencia en el nivel bajo. Misma tendencia que sigue la Conducta Depresiva

## V. DISCUSIÓN:

La presente investigación, buscó determinar la relación entre la ARS y la conducta depresiva en estudiantes universitarios de la ciudad de Trujillo, contando con una muestra de 347 alumnos de 19 a 29 años. Se evidenció el cumplimiento de la hipótesis, por lo que se obtuvo una correlación directa con tamaño de efecto mediano y estadísticamente significativa entre las variables de estudio.

A continuación, se detalla el análisis de la comparación entre los resultados obtenidos y las investigaciones previamente realizadas.

En la tabla 1, se muestra una correlación directa con tamaño de efecto mediano y estadísticamente significativa (.316) entre las variables ARS y conducta depresiva, esto permite comprender que, el deseo persistente de estar conectado a una red social, tiene relación con los sentimientos de tristeza experimentados por la depresión (Vargas et al; 2021). Esto quiere decir que mientras mayor sea el uso de las RS, mayor será la depresión en los universitarios, esto se explica según la teoría de la motivación, debido a que estas plataformas, influyen en las emociones satisfactorias momentáneas de los sujetos, la cual genera de manera casi inconsciente, una adicción (Arica y Olazábal, 2023).

Esto se relaciona con lo expuesto por Reyes (2019), quien determinó que existe relación entre las variables, afirmando que aquellos jóvenes que utilizan las redes sociales frecuentemente y sin tomar precauciones, tienen serios problemas depresivos. De igual manera lo corrobora Sejido (2022) quien señala en su estudio, que existen discrepancias significativas, lo cual se corrobora con las investigaciones anteriormente analizadas.

En la tabla 2, nos indica una correlación directa con tamaño de efecto mediano (.311) entre la dimensión uso excesivo de redes sociales y conducta depresiva, esto quiere decir que, el poco control que tienen los universitarios para estar conectados, se encuentra asociado a la conducta depresiva. Esto se corrobora con lo investigado por Castro y Gutiérrez (2022), quien comprobó con sus hallazgos que, existe relación directa entre las variables, esto implica que la

situación en que la persona muestra alteraciones en el estado de ánimo, como señales de abstinencia y recaídas, se relaciona con los sentimientos de tristeza, fracaso e irritabilidad.

Así mismo, los estudios de Gil y Quintero (2021) respaldan los resultados, señalando que, a mayor tiempo de uso de las redes sociales, existe una mayor posibilidad de tener una conducta depresiva.

Así mismo, se muestra una correlación directa con tamaño de efecto pequeño entre la falta de control personal (.296) y la conducta depresiva entre los universitarios; esto indica que, a pesar de no tener mucha relación, hay sujetos que reconocen el tiempo que invierten en redes sociales puede ser problemático, y que el no poder dejar de usarlas con tanta frecuencia, tiene un impacto directo sobre la aparición de la conducta depresiva. Es decir, la autopercepción que tenga de sentirse incapaz de usar excesivamente las redes sociales producirá en él una sensación de tristeza (Chávez et al; 2017). Esto se comprueba con lo encontrado por Cárdenas (2021) quien halló una correlación de baja fuerza entre las variables en mención.

En la dimensión obsesión por las RS, se observa una correlación directa con tamaño de efecto pequeño (.238) con la conducta depresiva; esto quiere decir que, gran parte de los jóvenes universitarios encuestados presenta un deseo persistente del uso de las redes sociales, siéndoles difícil controlarlo (Vargas et al., 2021), lo cual afecta directamente a las horas de sueño y tiempo que les destinan a otras actividades (académicas, de pareja, familiares y personales), así mismo, se genera una disminución en la memoria y dificultad para tomar decisiones simples (Trunce et al., 2020).

A pesar de la poca correlación, entre esta dimensión y la conducta depresiva, es importante considerar que según la naturaleza del ítem se hipotetiza que esté más relacionada a la ansiedad; así mismo, el hecho de descuidar a la familia, amigos o pareja, así mismo, presenta escasa relación con la depresión, probablemente esto se deba a que en las redes sociales también pueden encontrarse interacciones sociales, es decir, habría una compensación



en ese aspecto, lo cual no generaría directamente depresión, más si disminución en las habilidades sociales (Román,2017).

A diferencia de otras adicciones más tradicionales, como drogas ilegales, las redes sociales son de uso frecuente, de fácil acceso y hasta necesario para mantenernos comunicados y actualizados con la información global (Román, 2017), lo cual ha facilitado y normalizado su uso excesivo, así como invisibilizado a la depresión como consecuencia grave, ya que, paradójicamente, los jóvenes intentan usar a las redes sociales como un regulador emocional, aunque sin saber, que les resulta perjudicial.

Es decir, se cumple el siguiente proceso cíclico dañino: la adicción por las redes sociales genera depresión, la depresión lleva al joven a refugiarse nuevamente en las redes sociales, lo cual aumenta su adicción y aumenta la depresión, lo que a su vez lo motiva a recurrir a las redes sociales (Gong et al, 2019).

En la tabla 3, se evidencia los niveles de adicción de estudiantes universitarios, presentando un nivel medio (50.7%) con tendencia a ser bajo (24.2%), lo que hace notar que, los estudiantes persisten en estar conectados a una red social, no solo como fines académicos, sino con fines de entretenimiento, lo cual afecta su interacción con la familia y su círculo social se puede ver afectado (Vargas et al; 2021).

A su vez, en la dimensión uso excesivo de RS existe un nivel medio (49%) con tendencia a ser alto (28%); esto indica que, los estudiantes tienen poco control para conectarse a una red social, y se conectan así sea solo por costumbre o aburrimiento (Escrura y Salas. 2014).

En el territorio peruano, más del 50% de la población tiene acceso a un dispositivo vinculado a internet y en el caso de los jóvenes, comúnmente es el medio principal de comunicación y una herramienta académica, por lo que el uso de las redes sociales es altamente frecuente (González et al., 2017).

En la falta de control personal existe un nivel medio (51.9%) con tendencia a ser alto (27.4%), y en obsesión por las RS un nivel medio (52.7%) con tendencia a ser bajo (21%); lo que significa que los estudiantes dejan sus

actividades diarias de lado, por estar la mayor parte del tiempo en el ciberespacio (Escurra y Salas. 2014).

Así mismo, se observan los niveles de conducta depresiva en estudiantes universitarios, presentando un nivel medio (50.7%) con tendencia a ser alto (28.6), esto indica que los estudiantes presentan características de estado de ánimo bajo, y experimentan diversos síntomas emocionales, cognitivos, físicos y conductuales (Pérez et al., 2017).

Según estos resultados, se indica que la conducta depresiva se genera debido al incumplimiento del rol que los estudiantes universitarios han asumido. En otros términos, el estudiante universitario debe invertir horas en determinadas actividades, pero estar conectado a una red social se lo impide, disminuyendo su rendimiento educativo, entre otras consecuencias; cuando son conscientes de esto se produce una sensación de malestar (depresión), ya que no son capaces de cumplir con lo que se supone deben hacer. Básicamente hay una insatisfacción con las expectativas, ya que no se cumplen (Jasso et al; 2017).

A su vez, las variables de estudio pueden cumplir un doble rol, según la dinámica que el joven vivencie; es decir, pueden ser causas o consecuencias (Martina et al., 2017; Rivera y Cahuana, 2016), la adicción a redes sociales causa depresión, pero un cuadro depresivo puede también ser el motivo de iniciar una adicción a redes sociales. En esta dinámica relacional existen otras variables que explican de mejor manera la etiología, tales como: dinámica familiar, inmadurez psicológica, trastornos psicológicos previos, contexto desfavorable, etc. (Loor, et al., 2018).

Finalmente, la principal limitación a considerar es la ausencia de otros malestares psicológicos en el análisis correlacional (ansiedad, estrés, control de impulsos, entre otros); siendo necesario optar en futuras investigaciones la inclusión de estos. Así mismo, como investigadoras declaramos no tener ningún conflicto en el interés en realizar el presente estudio.

## VI. CONCLUSIONES:

- Existe una correlación directa con tamaño de efecto mediano (.316) entre las variables ARS y conducta depresiva en estudiantes universitarios de la ciudad de Trujillo.
- Se evidencia que existe un nivel medio (50.7%) con tendencia a ser bajo (24.2%) de ARS sociales y un nivel medio (50.7%) con tendencia a ser alto (28.6) de conducta depresiva en los estudiantes universitarios de la ciudad de Trujillo.
- Se evidencia una correlación directa con tamaño de efecto mediano (.311) entre la dimensión uso excesivo de RS y conducta depresiva. Una correlación directa con tamaño de efecto pequeño entre la falta de control personal (.296) y la conducta depresiva y una correlación directa con tamaño de efecto pequeño (.238) ente en la dimensión obsesión por las RS, y la conducta depresiva.

## VII. RECOMENDACIONES:

- Se recomienda realizar más investigaciones, de tipo correlación con las variables ARS y conducta depresiva en la ciudad de Trujillo, ya que los estudios a nivel local, son escasos.
- De igual manera, se recomienda analizar la ARS con nuevos constructos que permitan tener más antecedentes locales que aporten al campo de la investigación.
- Se propone elaborar programas y talleres preventivos empleando un enfoque cognitivo conductual direccionado a modificar las conductas adictivas presentes en los estudiantes, con el fin de reducir el uso excesivo de las RS.
- Finalmente, realizar actividades preventivas que propicien espacios de dialogo en los colegios y universidades, en donde se concientice sobre el tema de las conductas depresivas y se visibilice más su importancia en la sociedad.

## REFERENCIAS:

- Arica, L. y Olazábal, L. (2023). Adicción a las redes sociales y estados de ánimo en estudiantes de psicología de una universidad privada de Chiclayo, 2022 (Tesis de licenciatura, Universidad Señor de Sipán). <https://hdl.handle.net/20.500.12802/10564>
- Apaza, K., Cedillo, L. y Correa, L. (2021). Factores asociados a depresión, ansiedad y estrés en el contexto de la pandemia por Covid-19 en policías de Lima Metropolitana, Perú. *Revista de la Facultad de Medicina Humana*, 21(4), 809-818. <https://dx.doi.org/10.25176/rfmh.v21i4.4227>
- Arias, J., Villasís, M. Á., y Miranda, M. G. (2016). El protocolo de investigación III: la población de estudio. *Revista Alergia México*, 63 (2), 201-206. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=486755023011>
- Aspillaga, E., Arlinghaus, R., Martorell-Barceló, M., Barcelo-Serra, M., & Alós, J. (2021). High-throughput tracking of social networks in marine fish populations. *Frontiers in marine science*, 8. <https://doi.org/10.3389/fmars.2021.688010>
- Baños, J. (2020). Uso de Redes Sociales y Sintomatología Depresiva en estudiantes universitarios. *Revista científica de psicología*, 17(2), 293-308. <https://ojs.psicoeureka.com.py/index.php/eureka/article/view/132>
- Castro, M. y Gutiérrez, L. (2022). Adicción a redes sociales y depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022 (Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte). <https://hdl.handle.net/11537/30472>
- Cárdenas, J. (2021). Adicción a redes sociales y depresión en estudiantes de derecho de una universidad privada, Ayacucho 2021. (Tesis de Licenciatura, Universidad De Ayacucho Federico Froebel). <http://hdl.handle.net/20.500.11936/235>
- Carrasco, Á. (2017). Modelos psicoterapéuticos para la depresión: hacia un enfoque integrado. *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican*

*Journal of Psychology*, 51 (2),181-189.  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28454546004>

Castaño, J. y Páez, M. (2019). Funcionalidad familiar y tendencias adictivas a internet y a sustancias psicoactivas en estudiantes universitarios. *Psicología desde el Caribe*, 36(2).  
<https://www.redalyc.org/journal/213/21363396003/21363396003.pdf>

Chávez, A., Correa, F., Klein, A., Macías, L., Cardoso, K. y Acosta, I. (2017). Sintomatología depresiva, ideación suicida y autoconcepto en una muestra de niños mexicanos. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 35 (3),501-514. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=79952834007>

Clemente, A. Guzmán, I. y Salas, E. (2019). Adicción a redes sociales e impulsividad en universitarios de Cusco. *Revista Psicológica*, 8(1), 15-37.  
[https://www.researchgate.net/publication/340582096\\_ADICCION\\_A\\_REDES\\_SOCIALES\\_E\\_IMPULSIVIDAD\\_EN\\_UNIVERSITARIOS\\_DE\\_CUSCO](https://www.researchgate.net/publication/340582096_ADICCION_A_REDES_SOCIALES_E_IMPULSIVIDAD_EN_UNIVERSITARIOS_DE_CUSCO)

Colegio de Psicólogos del Perú. (2017). *Código de ética y deontología*.  
[https://cpsp.pe/documentos/marco legal/codigo de etica y deontologia .pdf](https://cpsp.pe/documentos/marco%20legal/codigo%20de%20etica%20y%20deontologia.pdf)

Corea, M. (2021). La depresión y su impacto en la salud pública. *Revista Médica Hondureña*, 89(1), 46-68. <https://doi.org/10.537>

Escurra, M. y Salas, E. (2014). Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales. *Liberabit*, 20(1), 73-91.  
<http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v20n1/a07v20n1.pdf>

Fundación MAPFRE. (2022). *Riesgos Psicosociales derivados del uso de la Internet y las redes sociales*.  
[https://www.mapfre.com.pe/media/riesgos\\_psicosociales\\_derivados\\_del\\_uso\\_de\\_la\\_internet\\_y\\_las\\_redes\\_sociales.pdf](https://www.mapfre.com.pe/media/riesgos_psicosociales_derivados_del_uso_de_la_internet_y_las_redes_sociales.pdf)

Fernández, R. (2023). Internautas usuarios de redes sociales a nivel mundial 2020-2025. <https://es.statista.com/estadisticas/635987/porcentaje-de-internautas-usuarios-de-redes-sociales-en-el-mundo/>

- Gil, V. y Quintero, C. (2021). La ansiedad y la depresión derivadas del abuso de las redes sociales: un análisis relacional. *Memorias científicas del II congreso en Salud Mental Digital*, <http://dx.doi.org/10.18259/978-612-4443-29-9>
- Gong, R., Zhang, Y., Largo, R., Zhu, R., Li, S., Lui, X., Wang, S. y Cai, Y. (2021). The Impact of Social Network Site Addiction on Depression in Chinese Medical Students: A Serial Multiple Mediator Model Involving Loneliness and Unmet Interpersonal Needs. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(16). <https://doi.org/10.3390/ijerph18168614>
- González, S., Pineda, A. y Gaxiola, J. (2018). Depresión adolescente: factores de riesgo y apoyo social como factor protector. *Universitas Psychologica*, 7(3). <https://www.redalyc.org/journal/647/64755358008/64755358008.pdf>
- Grupo Investigación Formación y Tratamientos Psicológicos (GIFT, 2022). Adicción a internet. <https://www.giftpsicologia.com/adiccion-a-internet/>
- Hernández, O. (2021). Aproximación a los distintos tipos de muestreo no probabilístico que existen. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 37(3), [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-21252021000300002](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252021000300002)
- Instituto Nacional de Estadística. (2022). <https://www.ine.es/dynt3/inebase/index.htm?padre=8921&capsel=8921>
- Statista Research Department (2023). *América Latina: usuarios de internet por país 2023*. <https://es.statista.com/estadisticas/1073677/usuarios-internet-pais-america-latina/>
- Sejido, G. (2022). El uso de las redes sociales y su relación con la sintomatología depresiva, autoestima y apoyo social percibido en población española adulta. (Tesis de Maestría, Universidad Europea Madrid). <https://titula.universidadeuropea.com/bitstream/handle/20.500.12880/2561/SejidoRodriguezGuillermo.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Instituto Nacional de Estadística e Informática (28 de marzo del 2022). *El 55.3% de los hogares del país contaba con conexión a internet en el cuarto trimestre del 2021.* <https://m.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/noticias/nota-de-prensa-no-054-2022-inei.pdf>
- Iqbal, J., Asghar, M., Ashraf, M. & Rafiq, M. (2022). Social Media Networking Sites Usage and Depression Among University Students During the COVID-19 Pandemic: The Mediating Roles of Social Anxiety and Loneliness. *Social Media + Society*, 8(3). <https://doi.org/10.1177/20563051221107633>
- Jasso, J., López, F. y Díaz, R. (2017). Conducta adictiva a las redes sociales y su relación con el uso problemático del móvil. *Acta de Investigación Psicológica - Psychological Research Records*, 7 (3),2832-2838. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=358954155010>
- Loor, W., Hidalgo, H., Macías, J., García, E. y Scrich, A. (2018). Causas de las adicciones en adolescentes y jóvenes en Ecuador. *Archivo Médico de Camagüey*, 22 (2),130-138. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=211159713003>
- Martínez, S., Fernández, B., Barroso, J. y Llorente, C. (2021). Young university students and techno-addiction. The use of social networks in their social-educational context. *Digital Education Review*, 39, 105-120. <https://hdl.handle.net/11441/136838>
- Mallick, D., Chakraborty, P. y Ghosh, S. (2023). Visual Representation for Patterned Proliferation of Social Media Addiction: Quantitative Model and Network Analysis. <https://arxiv.org/pdf/2307.09902.pdf>
- Medrano, JLJ, Rosales, FL y Loving, RD (2017). Conducta adictiva a las redes sociales y su relación con el uso problemático del móvil. *Acta de Investigación Psicológica - Registros de Investigaciones Psicológicas*, 7 (3), 2832-2838. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=358954155010>



- Nicomedes, E. (2018). Tipos de investigación. <http://repositorio.usdg.edu.pe/handle/USDG/34>
- Organización Mundial de Salud (2019). *Se recomienda menos de cuatro horas diarias de Internet para evitar adicción en menores de edad* <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/49244-se-recomienda-menos-de-cuatro-horas-diarias-de-internet-para-evitar-adiccion-en-menores-de-edad>
- Organización Mundial de la Salud. (2023). *Depresión*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>
- Obregón, B., Montalván, J., Segama, E., Dámaso, B., Panduro, V. y Arteaga, K. (2020). Factores asociados a la depresión en estudiantes de medicina de una universidad peruana. *Educ Med Super*, 34(2), [http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S086421412020000200013&script=sci\\_arttext&lng=en](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S086421412020000200013&script=sci_arttext&lng=en)
- Otzen, T. y Manterola, C (2017). Técnicas de Muestreo Sobre Una Población a Estudio. *International Journal of Morphology*, vol. 35(1), 227-32. <https://doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>.
- Öztürk, D. y Öztürk, M. (2023). The relationship between depression, healthy lifestyle behaviors and internet addiction: a cross-sectional study of the athlete university students in Turkey. *Frontiers in Psychiatry*, 14. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsy.2023.1222931>
- Páez, M. y Peña, F. (2018). Depresión en universitarios. Diversas conceptualizaciones y necesidad de intervenir desde una perspectiva compleja. *Archivos de Medicina*, 18(2). <https://www.redalyc.org/journal/2738/273857650007/273857650007.pdf>
- Reyes, E. (2019). Depresión y uso de redes sociales en estudiantes del centro preuniversitario de la universidad nacional de Ucayali [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional de Ucayali]. [http://www.repositorio.unu.edu.pe/bitstream/handle/UNU/4497/00000402\\_3T\\_MEDICINA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://www.repositorio.unu.edu.pe/bitstream/handle/UNU/4497/00000402_3T_MEDICINA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

- Reyes, E. (2019). Depresión y uso de redes sociales en estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Nacional de Ucayali, 2019 (Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de Ucayali). [http://repositorio.unu.edu.pe/bitstream/handle/UNU/4497/000004023T\\_M\\_EDICINA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unu.edu.pe/bitstream/handle/UNU/4497/000004023T_M_EDICINA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Román, C. (2017). El uso del celular y su influencia en las actividades académicas y familiares de los estudiantes de primer año de bachillerato de la Unidad Educativa Sagrados Corazones de Rumipamba de la ciudad de Quito. <https://repositorio.uasb.edu.ec/bitstream/10644/6164/1/T2591-MIE-Roman-El%20uso.pdf>
- Rodas, J. (2021). Prevalencia de ansiedad y depresión en internos de ciencias de la salud de la región Lambayeque durante pandemia por Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo. [file:///C:/Users/CompuCed/Downloads/Zafra Rodas Jessenia Judith%200\(2\).pdf](file:///C:/Users/CompuCed/Downloads/Zafra%20Rodas%20Jessenia%20Judith%200(2).pdf)
- Sánchez, H. H., Reyes, C., y Mejía, K. (2018). *Manual de términos de investigación científica, tecnológica y humanista*: Ricardo Palma. <https://www.urp.edu.pe/pdf/id/13350/n/libro-manual-de-terminos-en-investigacion.pdf>
- Salazar, L. (2020). Violencia familiar y conducta depresiva en adolescentes en secundaria de los colegios de Huaraz. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/72279>
- Sanz, J. y García, M. (2017). Ideas equivocadas sobre la depresión y su tratamiento. *Papeles del Psicólogo*, 38(3). <https://www.redalyc.org/journal/778/77853188010/77853188010.pdf>
- Sánchez, H., Reyes, C. y Matos, P. (2023). La triada ansiedad, depresión y somatización y su relación con los temores de la población de Lima en condiciones de confinamiento por la pandemia de la Covid-19. *Ciencia y psique*, 2(2). <https://revistas.urp.edu.pe/index.php/cienciaypsique/article/view/5779>

- Valencia, R., Garay, U. y Cabero, J. (2023). Uso problemático de las redes sociales online: el caso de los estudiantes mexicanos. *Alteridad revista de educación*, 18(1). <https://doi.org/10.17163/alt.v18n1.2023.02>
- Valencia, R., Cabero, L., Garay, U. y Fernández, B. (2021). problemática de estudio e investigación de la adicción a las redes sociales online en jóvenes adolescentes. *Tecnología, Ciencia y Educación*, 18, 99-125. <https://www.tecnologiacienciaeducacion.com/index.php/TCE/article/view/573/343>
- Vargas, M., Parra, M. y Cortez, W. y Vargas, R. (2021). Hábitos de acceso y adicción a redes sociales virtuales en estudiantes de secundaria de Unidades Educativas de Sucre. Universidad Católica Boliviana San Pablo. <http://portal.amelica.org/ameli/jatsRepo/314/3142383004/3142383004.pdf>
- Vásquez, W. A. (2020). *Metodología de la investigación*. <https://www.usmp.edu.pe/estudiosgenerales/pdf/2020-I/MANUALES/II%20CICLO/METODOLOGIA%20DE%20INVESTIGACION.pdf>
- Villarreal, D., Copez, A., Bernabé, A., Melendez, J. y Bazo, A. (2019). Se pueden hacer comparaciones de grupo validas con el cuestionario de salud del paciente (PHQ-9): un estudio de invarianza de medición entre grupos por características demográficas. *Plosone*. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0221717>
- Wang, P., Lei, L., Guoliang, Y. y Li, B. (2020). Social Networking Sites Addiction and Materialism Among Chinese Adolescents: A Moderated Mediation Model Involving Depression and Need to Belong. *Frontiers in Psychology*, 11(1). <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2020.581274/full>

## ANEXOS:

### *Anexo 1: Matriz del cuestionario de adicción de las redes sociales*

VARIABLES	DEFINICION DE LA TEORIA	DIMENCIONES	INDICADORES	ITEMS	ESCALA DE VALORACION Y PUNTUACION
<b>Adicción a las redes sociales</b>	La adicción a las redes sociales es de carácter comportamental o psicológico. Es de condición reiterativa la cual brinda placer al individuo. Al no ser controlada esta conducta, ocasiona urgencia relacionada con ansiedad, por lo tanto, para aminorar ese malestar se produce el desarrollo de la adicción. (Escurra, y Salas, 2014).	Obsesión por las redes sociales.	Dimensión de conexión de ánimo Relaciones interpersonales	1 2,3,5,6,7,13,15,19,22 y 23	Escala de tipo Likert, presenta 5 opciones de respuesta: Siempre. (4) Casi siempre. (3) Algunas veces. (2)
		Control personal en el uso de las redes sociales.	Dimensión de Control tiempo conectado Intensidad Frecuencia	2 4,11,12,14,20 y 24	Rara vez. (1) Nunca. (0)
		Uso excesivo de las redes sociales.	Dimensión Necesidad permanecer conectado. Cantidad de veces conectado.	3 1,8,9,10,16,17,18 y 21	Para el puntaje se procede a realizar una suma simple. Se debe tomar en cuenta que los ítems del 1 al 12 y del 14 al 24 presentan una suma ordenada. El ítem 13 es de suma inversa.
					La dimensión 1, presenta un puntaje de 0 a 40.
					La dimensión dos presenta un puntaje de 0 a 24.
					La dimensión 3, presenta un puntaje de 0 a 32.
					El puntaje total de los 24 ítems va de 0 a 96.

## **Anexo 2: Matriz de La Escala de Salud del Paciente (PHQ-9)**

<b>VARIABLE</b>	<b>DIMENSION</b>	<b>INDICADORES</b>	<b>CRITERIO MEDIA</b>	<b>DE ESCALA MEDICION</b>
Depresión (V.D)	Trastorno psicológico y psiquiátricos.	Escala PHQ-9	0 – 4: no hay síntomas depresivos.  5 – 9: síntomas depresivos leves. 10 – 14: síntomas depresivos moderados.  15 – 19: síntomas depresivos moderadamente severa.  20 – 27: síntomas depresivos severos.	Nominal

---

### **Anexo 3: Escala de Adicción a las Redes Sociales (ARS)**

A continuación, se presentan 24 ítems referidos al uso de las redes sociales, por favor conteste a todos ellos con sinceridad, no existe respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o malas. Marque un aspa (X) en el espacio que corresponda a lo que Ud. siente, piensa o hace:

Siempre (S)      Rara vez (RV)      Casi siempre (C S)      Nunca (N)      Algunas veces (AV)

N° ITEM	DESCRIPCIÓN	RESPUESTAS				
		S	RV	CS	N	AV
1	¿Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales?					
2	¿Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales?					
3	¿El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más?					
4	¿Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales?					
5	¿No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales?					
6	¿Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales?					
7	¿Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales?					
8	¿Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja?					
9	¿Cuándo entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo?					

10	¿Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado?					
11	¿Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales?					
12	¿Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales?					
13	¿Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días?					
14	¿Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales?					
15	¿Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales?					
16	¿Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales?					
17	¿Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales?					
18	¿Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora?					
19	¿Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales?					
20	¿Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales?					
21	¿Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales?					
22	¿Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales?					

23	¿Cuándo estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a)?					
24	¿Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social?					



**Anexo 4: Escala de Salud del Paciente (PHQ-9)**

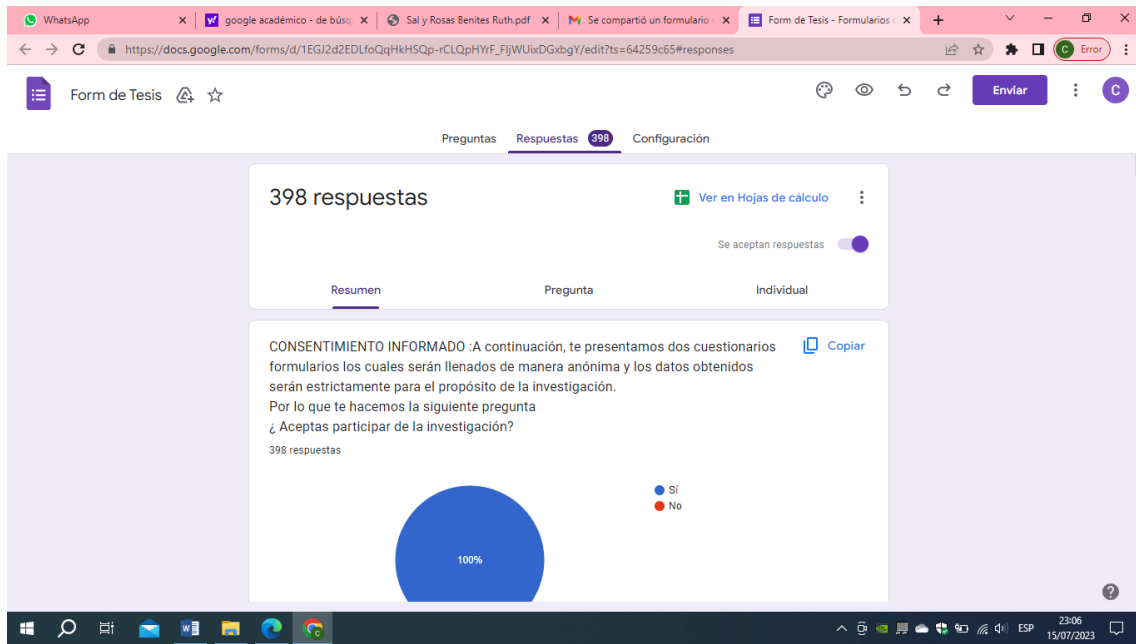
Indique con qué frecuencia le han afectado los siguientes problemas durante las últimas dos semanas. Lea atentamente cada ítem y seleccione la opción que corresponde

Edad:

Sexo:

<b>Durante las últimas 2 semanas. ¿Qué tan seguido le han afectado cualquiera de los siguientes problemas? (Selecciona su respuesta)</b>	<b>Para nada</b>	<b>Varios días</b>	<b>Más de la mitad de los días</b>	<b>Casi todos los días</b>
Poco interés o placer en hacer las cosas	0	1	2	3
¿Se ha sentido decaído (a), deprimido (a) o sin esperanzas?	0	1	2	3
¿Dificultad para dormir o permanecer dormido (a), o ha dormido demasiado?	0	1	2	3
¿Se ha sentido cansado (a) o con poca energía?	0	1	2	3
¿Con poco apetito o ha comido en exceso?	0	1	2	3
¿Se ha sentido mal con usted mismo (a) o que es un fracaso o que ha quedado mal con usted mismo (a) o con su familia?	0	1	2	3
¿Ha tenido dificultad para concentrarse en cosas tales como leer el periódico o ver televisión?	0	1	2	3
¿Se ha estado moviendo o hablando tan lento que otras personas podrían notarlo? O por el contrario ha estado tan inquieto (a) o agitado (a), ¿que se ha estado moviendo mucho más de lo normal?	0	1	2	3
¿Ha pensado que estaría mejor muerto (a) o se le ha ocurrido lastimarse de alguna manera?	0	1	2	3
Sumas de Puntajes				
Puntaje Total				

## Anexo 5: Evidencia del Google Form.



## Anexo 6: Evidencia de la base de datos del Excel.

	A	B	C	D	E	F	G	H	I
1	Marca temporal	CONSENTIMIENTO INF Por lo que te hacemos la ¿ Aceptas participar de la	Edades	Sexo	Universidad	1.Siento gran necesidad	2.Necesito cada vez más	necesito más	4.Apenas despie
262	18/04/2023 11:03:21	Sí	19-22	Femenino	Pública	Siempre	Algunas veces	Casi Siempre	Casi Siempre
263	18/04/2023 11:05:01	Sí	27-29	Femenino	Pública	Casi Siempre	Casi Siempre	Siempre	Siempre
264	18/04/2023 11:25:56	Sí	19-22	Femenino	Pública	Rara vez	Algunas veces	Casi Siempre	Nunca
265	18/04/2023 11:28:00	Sí	23-26	Femenino	Pública	Casi Siempre	Algunas veces	Casi Siempre	Algunas veces
266	18/04/2023 11:29:06	Sí	27-29	Masculino	Privada	Algunas veces	Algunas veces	Siempre	Siempre
267	19/04/2023 23:51:22	Sí	19-22	Masculino	Privada	Casi Siempre	Algunas veces	Casi Siempre	Siempre
268	19/04/2023 23:52:41	Sí	19-22	Masculino	Privada	Algunas veces	Rara vez	Casi Siempre	Casi Siempre
269	19/04/2023 23:54:18	Sí	23-26	Masculino	Privada	Casi Siempre	Siempre	Algunas veces	Casi Siempre
270	19/04/2023 23:55:49	Sí	27-29	Masculino	Privada	Algunas veces	Siempre	Casi Siempre	Algunas veces
271	19/04/2023 23:57:37	Sí	23-26	Masculino	Privada	Casi Siempre	Siempre	Algunas veces	Siempre
272	19/04/2023 23:59:01	Sí	27-29	Masculino	Privada	Casi Siempre	Algunas veces	Siempre	Algunas veces
273	20/04/2023 0:00:39	Sí	27-29	Femenino	Pública	Casi Siempre	Siempre	Casi Siempre	Algunas veces
274	20/04/2023 0:02:28	Sí	23-26	Femenino	Privada	Algunas veces	Casi Siempre	Algunas veces	Siempre
275	20/04/2023 0:03:48	Sí	19-22	Femenino	Privada	Casi Siempre	Algunas veces	Siempre	Algunas veces
276	20/04/2023 10:37:27	Sí	27-29	Masculino	Privada	Casi Siempre	Algunas veces	Siempre	Siempre
277	20/04/2023 20:13:48	Sí	19-22	Femenino	Pública	Siempre	Casi Siempre	Siempre	Algunas veces
278	20/04/2023 20:15:14	Sí	23-26	Femenino	Pública	Casi Siempre	Siempre	Algunas veces	Casi Siempre
279	20/04/2023 20:16:35	Sí	19-22	Femenino	Pública	Algunas veces	Algunas veces	Casi Siempre	Casi Siempre



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

### **Declaratoria de Autenticidad del Asesor**

Yo, VERA CALMET VELIA GRACIELA, docente de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de PSICOLOGÍA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - TRUJILLO, asesor de Tesis titulada: "Adicción a las redes sociales y conductas depresiva en estudiantes universitarios de la ciudad de Trujillo", cuyos autores son AGUILAR ALVARADO MELODY ESTRELLA, YAULI PONCE CLELIA, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 20.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

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

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

TRUJILLO, 25 de Julio del 2023

<b>Apellidos y Nombres del Asesor:</b>	<b>Firma</b>
VERA CALMET VELIA GRACIELA <b>DNI:</b> 18159571 <b>ORCID:</b> 0000-0003-0170-6067	Firmado electrónicamente por: VVERAC75 el 14-08- 2023 17:39:27

Código documento Trilce: TRI - 0618907