



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

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

Adicción a las redes sociales y la salud mental en jóvenes de 18 a 25
años de Lima, 2024

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

Licenciada en Psicología

AUTORAS:

Acosta Paredes, Liz Evelyn (orcid.org/0000-0002-1234-8990)

Suarez Huarcaya, Stephany Grace (orcid.org/0009-0007-8611-8884)

ASESORA:

Dra. Campos Marques, Anita Jeanette (orcid.org/0000-0002-1545-2099)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Violencia

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Promoción de la salud, nutrición y salud alimentaria

LIMA – PERÚ

2024



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

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

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, CAMPOS MARQUEZ ANITA JEANETTE, docente de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de PSICOLOGÍA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA NORTE, asesor de Tesis titulada: "Adicción a las redes sociales y la salud mental en jóvenes de 18 a 25 años de Lima, 2024", cuyos autores son ACOSTA PAREDES LIZ EVELYN, SUAREZ HUARCAYA STEPHANY GRACE, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 17%, 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.

LIMA, 28 de Noviembre del 2024

| Apellidos y Nombres del Asesor: | Firma |
|--|--|
| CAMPOS MARQUEZ ANITA JEANETTE DNI: 18140821 ORCID: 0000-0002-1545-2099 | Firmado electrónicamente por: ACAMPOSM el 29- 11-2024 16:09:48 |

Código documento Trilce: TRI - 0926427





UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

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

Declaratoria de Originalidad de los Autores

Nosotros, ACOSTA PAREDES LIZ EVELYN, SUAREZ HUARCAYA STEPHANY GRACE estudiantes de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de PSICOLOGÍA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA NORTE, declaramos bajo juramento que todos los datos e información que acompañan la Tesis titulada: "Adicción a las redes sociales y la salud mental en jóvenes de 18 a 25 años de Lima, 2024", es de nuestra autoría, por lo tanto, declaramos que la Tesis:

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

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

| Nombres y Apellidos | Firma |
|---|---|
| LIZ EVELYN ACOSTA PAREDES DNI: 44232875 ORCID: 0000-0002-1234-8990 | Firmado electrónicamente por: LACOSTAP el 28-11-2024 10:45:29 |
| STEPHANY GRACE SUAREZ HUARCAYA DNI: 47221994 ORCID: 0009-0007-8611-8884 | Firmado electrónicamente por: SGSUAREZHUAR el 28-11-2024 10:33:56 |

Código documento Trilce: TRI - 0926429



Dedicatoria

A mi papá Saúl, que siempre me motivó a seguir creciendo profesionalmente, sé que donde te encuentres estarás feliz por mí.

Liz Evelyn Acosta Paredes

A mi Matilda, por haberme acompañado desde el día uno en este camino y hoy, aunque ya no estas a mi lado sé que estas celebrando en el cielo.

Stephany Grace Suarez Huarcaya

Agradecimiento

A mi asesora Dra. Campos Marques, Anita Jeanette por las enseñanzas y su dedicación en las revisiones de nuestra tesis. A los jóvenes universitarios, quienes participaron en esta investigación con gran interés y dando su tiempo para el llenado de las encuestas.

Índice de contenidos

| | |
|--|------|
| Carátula..... | i |
| Declaratoria de Autenticidad del Asesor..... | ii |
| Declaratoria de Originalidad de los Autores..... | iii |
| Dedicatoria | iv |
| Agradecimiento | v |
| Índice de contenidos | vi |
| Índice de tablas | vii |
| Índice de figuras..... | viii |
| Resumen..... | ix |
| Abstract..... | x |
| I. INTRODUCCIÓN | 1 |
| II. METODOLOGÍA..... | 13 |
| III. RESULTADOS..... | 19 |
| IV. DISCUSIÓN..... | 26 |
| V. CONCLUSIONES | 30 |
| VI. RECOMENDACIONES..... | 31 |
| REFERENCIAS..... | 33 |
| ANEXOS | 40 |

Índice de tablas

| | |
|---|----|
| Tabla 1 Resultado del Coeficiente de alfa de Cronbach | 17 |
| Tabla 2 Resultado del coeficiente de Kuder-Richardson | 17 |
| Tabla 3 Prueba de Normalidad | 19 |
| Tabla 4 Correlación de la Adicción a las Redes Sociales y la Salud Mental | 20 |
| Tabla 5 Correlación de la D1V1 y la Salud Mental. | 20 |
| Tabla 6 Correlación de la D2V1 y la Salud Mental. | 21 |
| Tabla 7 Correlación de la D3V1 y la Salud Mental. | 22 |
| Tabla 8 Distribución de Frecuencias de la Adicción a las Redes Sociales | 22 |
| Tabla 9 Distribución de Frecuencias de la Salud Mental - D1 | 23 |
| Tabla 10 Distribución de Frecuencia de la Salud Mental - D2 | 24 |
| Tabla 11 Distribución de Frecuencias de la Salud Mental - D3 | 24 |
| Tabla 12 Distribución de Frecuencias de la Salud Mental- D4 | 25 |

Índice de figuras

| | |
|--|----|
| Figura 1 Diseño de la Investigación..... | 13 |
|--|----|

Resumen

El presente trabajo tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y la salud mental en jóvenes de 18 a 25 años en Lima, 2024. La metodología utilizada fue de enfoque cuantitativo, básica, de tipo no experimental, además su diseño se enmarcó en una investigación correlacional; y una muestra de 384, utilizando un muestreo no probabilístico de tipo bola de nieve; el instrumento de medición utilizado para la variable 1 es un cuestionario sobre adicción a las redes sociales (ARS), una prueba elaborada por Ecurra y Salas, y para la segunda variable, se aplicó un cuestionario sobre la salud mental SQR-18, elaborado por la Organización Mundial de la Salud ambos validados por juicio de expertos y una confiabilidad de 0,92 y 0,84 respectivamente, según Kolmogórov-Smirnov se determinó que los datos no se ajustan a una distribución normal y se utilizó una prueba no paramétrica Rho de Spearman para las comprobaciones de las hipótesis. Los resultados, tras la aplicación de la prueba de Spearman se determinó que la adicción a las redes sociales si tiene relación con la variable de salud mental en los jóvenes de 18 a 25 años de Lima; esta relación es positiva, baja y débil ($Rho = 0.187^*$) con un p-valor $0.001 < 0.05$, Es decir, la adicción a las redes sociales puede tener un impacto bajo pero perjudicial en la salud mental de los jóvenes.

Palabras clave: Adicción, redes sociales, salud mental, relación.

Abstract

The objective of this work was to determine the relationship that exists between addiction to social networks and mental health in young people between 18 and 25 years old in Lima, 2024. The methodology used was a quantitative, basic, non-experimental approach, in addition its design was framed in a correlational research; and a sample of 384, using non-probabilistic snowball sampling; The measurement instrument used for variable 1 is a questionnaire on addiction to social networks (ARS), a test developed by Ecurra and Salas, and for the second variable, a questionnaire on mental health SQR-18, developed by the World Health Organization, both validated by expert judgment and a reliability of 0.92 and 0.84 respectively, according to Kolmogorov-Smirnov, it was determined that the data do not fit a normal distribution and a non-parametric Rho test was used. Spearman for hypothesis testing. The results, after applying the Spearman test, it was determined that addiction to social networks is related to the mental health variable in young people between 18 and 25 years old in Lima; This relationship is positive, low and weak ($Rho = 0.187^*$) with a p -value $0.001 < 0.05$. That is, addiction to social networks can have a low but detrimental impact on the mental health of young people.

Keywords: Addiction, social networks, mental health, relationship.

I. INTRODUCCIÓN

Estamos en un periodo digital, donde la tecnología ha experimentado un crecimiento exponencial, brindando a los jóvenes un acceso a la conectividad sin precedentes. El constante uso de dispositivos tecnológicos, redes sociales, videojuegos y otras formas de entretenimiento en línea ha llevado a un aumento en la prevalencia de las adicciones tecnológicas. (Cruz, 2019).

Esta situación plantea preocupaciones significativas sobre el impacto de las adicciones que pueden afectar el bienestar mental de las personas de 18 a 25 años. Aunque son múltiples beneficios los que brindan las redes sociales, como mantenerse en contacto con la familia y amistades para compartir experiencias, así como también el acceso a diversa información de todo el mundo, pueden impactar de manera considerable en el bienestar mental de los individuos como el aumento a distraerse y disminución de la concentración, aislamiento social, ciberacoso, etc.

En el ámbito global los internautas de redes sociales del 2020-2025 superaría el 83% de la población. (Estatista 2023). La dependencia a la tecnología es parte de las adicciones no perjudiciales a nivel físico, sin embargo, presenta la misma sujeción como al sexo, el juego o el trabajo. Esta adicción crece por utilizar demasiado los teléfonos móviles, juegos electrónicos, redes sociales entre otros. (Malander, 2019).

A nivel internacional, la Organización Mundial de la Salud (OMS) sostiene que la cuarta parte de la población experimenta trastornos conductuales asociados con las nuevas tecnologías. En el caso específico de España, se calcula que entre el 6 y el 9% de los internautas podrían haber desarrollado comportamientos adictivos (OMS, 2018). En China la tasa más alta de dificultades vinculadas al uso de la red fue del 15,6% de 18 a 23 años, los datos también sugirieron una mayor tasa de adicción al internet en hombres (16,9%) que en mujeres (11,3%) (OMS, 2009). En los Estados Unidos de América la incidencia del uso problemático de Internet tiene un rango de entre 0 a 26%, lo cual nos indica que existe trastornos relacionados con el internet. (OMS, 2015).

En países de Latinoamérica ciertos comportamientos como la idea fija de adquirir los productos tecnológicos más recientes, el reemplazo de las

interacciones personales por las comunicaciones en línea o la necesidad de permanecer conectado al internet han ocasionado una gran preocupación social, ya que algunos de estos comportamientos se catalogaron como adictivos, causando así un daño físico y mental en los jóvenes. (Alverca,2017). En Colombia los internautas entre 16 y 64 años interactúan con dispositivos electrónicos alrededor de más de 3 horas en el uso de plataformas sociales donde YouTube es el más popular, siendo utilizada por el 95,7%, seguida por Facebook (93,6%), WhatsApp (90,7%) e Instagram (82,0%). (Branch, 2021).

A nivel nacional, los datos relacionados con Internet y telefonía móvil sugieren una prevalencia significativa en los estudiantes universitarios peruanos del 8,6% (OMS, 2015). Según el reporte global digital (2022) en la población peruana hay 21.89 millones de personas conectadas a internet desde cualquier dispositivo, lo que equivale al 63% de la totalidad de la población que utiliza este servicio, 28.10 millones utilizan activamente las redes sociales. Entre estos, el 48.2% son mujeres y el 51.8% son hombres. De acuerdo con un sondeo realizado entre abril y junio de 2023, el 13% de la población peruana empleaba las redes sociales en múltiples ocasiones semanalmente, mientras que un 80% lo hacía a diario. Estas estadísticas evidencian el aumento en la adquisición de las plataformas en línea. (Estatista, 2023).

A nivel local un estudio del ministerio de salud identificó que el 7% de los usuarios de Internet muestran signos de adicción. Asimismo, una investigación reciente revela que el 46.9% de los estudiantes universitarios en Lima están en alto riesgo o presentan una clara adicción a Internet. (MINSA, 2006). Este problema esta cobrando cada vez más relevancia, entre la población investigada, que en este caso son los jóvenes entre los 18 a 25 años. Ya que este grupo es el más expuesto a dichas redes, por lo tanto, el riesgo de que la problemática afecte su salud mental es más proporcional. Aunque existan estudios sobre el tema de la adicción a las redes sociales, posiblemente falte investigaciones específicas como la que llevamos a cabo, sobre todo en la población Limeña; llevando así nuestra investigación localizada en este lugar. Ya que la presión cultural aumenta los efectos negativos en la salud mental producto de la adicción a las redes sociales. Nuestra investigación tiene efectos cruciales que garantizan el éxito de la misma. Así garantizamos que nuestras conclusiones sean referentes para futuras investigaciones.

Ante esta problemática se propuso la pregunta: ¿Qué relación existe entre la adicción a las redes sociales y la salud mental en jóvenes de 18 a 25 años en Lima, 2023?

Y los problemas específicos que surge de la cuestión general formulada previamente: ¿Cuál es la relación entre la obsesión por las redes sociales y la salud mental en jóvenes de 18 a 25 años en Lima, 2023? ¿Cuál es la relación entre la falta de control personal en el uso de las redes sociales y la salud mental en jóvenes de 18 a 25 años en Lima, 2023? ¿Cuál es la relación entre el uso excesivo de la red social y la salud mental en jóvenes de 18 a 25 años en Lima, 2023?

La realización de este estudio surge debido a la inquietud por el bienestar de la juventud. En el marco teórico se apoya en la necesidad de entender y abordar el uso de las redes sociales, reconociendo al bienestar mental muy importante durante esta etapa crucial de la vida.

Desde la perspectiva social, la investigación tiene importancia en la sociedad, al buscar mejorar la salud mental en los jóvenes, siendo consciente que esta adicción por las redes sociales esta vinculada con un incremento en los problemas de sueño, abandono de actividades cotidianas, depresión, ansiedad, entre otros. Debido a que las redes sociales son el principal medio para las relaciones interpersonales, esto se justica por la facilidad y rapidez con la que se pueden acceder a diversas plataformas. Sin embargo, el estar dentro de estas redes puede interferir con las responsabilidades académicas y laborales, afectando así la gestión del tiempo en los jóvenes. Los resultados de la investigación pueden informar sobre la necesidad de regular o promover el uso consciente y seguro entre los jóvenes.

Con base a los datos anteriores, el objetivo general es: Determinar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y la salud mental en jóvenes de 18 a 25 años en Lima, 2024.

Además, los específicos: Determinar la relación entre la obsesión por las redes sociales y la salud mental en jóvenes de 18 a 25 años en Lima, 2024; determinar la relación entre la falta de control personal en el uso de las redes sociales y la salud mental en jóvenes de 18 a 25 años en Lima, 2024, determinar la relación entre el uso excesivo de la red social y la salud mental en jóvenes de

18 a 25 años en Lima, 2024, identificar el nivel de adicción a las redes sociales en jóvenes de 18 a 25 años en Lima, 2024, identificar la salud mental de los jóvenes de 18 a 25 años en Lima, 2024.

Por ello, la hipótesis general alternativa que se verificó mediante un análisis inferencial estadístico fue: La adicción a las redes sociales tiene relación con la salud mental de los jóvenes de 18 a 25 años de Lima, 2024.

Entre las hipótesis específicas que se comprobaron: Si existe relación entre la obsesión por las redes sociales y la salud mental en jóvenes de 18 a 25 años en Lima, 2024; si existe relación entre la falta de control personal en el uso de las redes sociales y la salud mental en jóvenes de 18 a 25 años en Lima, 2024, y por último si existe relación entre el uso excesivo de la red social y la salud mental en jóvenes de 18 a 25 años en Lima, 2024.

En cuanto a los estudios previos examinados a nivel nacional tenemos: Ortega (2021) en su investigación "Adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad particular de Chiclayo", donde examinó los niveles de dependencia a las redes sociales de universitarios, fue de enfoque descriptivo - no experimental, y el cuestionario ARS a través de la plataforma virtual de Google Forms. Determinó la confiabilidad con el coeficiente alfa de Cronbach, los resultados fueron alarmantes ya que alrededor del 51% de los encuestados mostraron nivel moderado de dependencia a las redes sociales.

Según Comeca O. (2019), el objetivo principal de su investigación fue analizar cómo las ciberadicciones afectan el bienestar mental de los universitarios de medicina de la Universidad Federico Villareal. Se realizó un estudio para identificar las señales de ciberadicción y su asociación con síntomas psiquiátricos evaluados a través del Cuestionario SRQ. Utilizando un diseño de estudio transversal para recolectar datos, que involucró el uso de la Escala de Adicción a Internet de Lima (EAIL) y el SRQ. Tras analizar la información, se descubrió que el 57,50% de los participantes mostraban signos de ciberadicción de acuerdo con la escala EAIL, siendo el síntoma predominante la característica sintomatológica según la misma escala. Se descubrió que la correlación de las

variables es positiva de 36,25%, mediante la utilización del estadístico de Chi-cuadrado de Pearson ($p=0.016$) y un grado de importancia estadística de $p<0.05$.

Ruiz (2016), realizó un estudio en el que utilizó el instrumento SRQ-18 para analizar la estructura de los síntomas psiquiátricos en enfermos diurnos con problemas mentales en un hospital de Lima. Se empleó el registro de información demográfica y clínica de 210 usuarios del departamento de psiquiatría del hospital Cayetano Heredia para analizar la asociación entre los síntomas psiquiátricos evaluados por el SRQ-18 mediante correlaciones tetracóricas. En consecuencia, los ítems que muestran una correlación más significativa son aquellos que hacen referencia al consumo de alcohol, agrupando los relacionados con distintos síntomas psiquiátricos a través del ítem de ideación suicida. El texto llega a la conclusión de que las 5 clasificaciones de síntomas se relacionan con los conjuntos de síntomas vinculados a trastornos por consumo de alcohol, depresión, ansiedad, síntomas físicos y trastornos psicóticos.

Verástegui (2022), en Chiclayo realizó una investigación donde abordó la afectación del uso desmedido de las redes sociales mediante una revisión teórica. Su objetivo principal fue explicar de manera detallada el fenómeno de la adicción a las plataformas digitales. Aplicó un enfoque cualitativo y un diseño no científico. Este estudio se fundamentó en la teoría, haciendo uso de fuentes de información fidedignas y examinando documentos de referencia. Según los hallazgos, la dependencia a las redes en línea se describe por la falta de capacidad de autocontrol, además de presentar síntomas clínicos parecidos a los de la dependencia de sustancias como las drogas. De acuerdo con el estudio, el excesivo empleo de plataformas digitales ha emergido como una preocupación creciente en la actualidad, teniendo repercusiones diversas en diferentes aspectos del desarrollo de los adolescentes.

Dentro de los antecedentes internacionales encontramos:

Sadagheyani et al. (2021), su estudio “investigar las consecuencias de las redes sociales en la salud mental”, llevaron a cabo un análisis detallado para conocer la correlación de esas variables. Se realizó un exhaustivo estudio en varias bases de datos como Scopus, Web of Science, Magiran y SID, PubMed, Google Scholar. Se examinaron un conjunto de 501 ítems y se eligieron 50 para

ser incluidos en el Metaanálisis Integral, realizando tres análisis distintos, concluyendo que pueden tener tanto impactos positivos como negativos en este aspecto. Se encontraron efectos adversos como ansiedad, depresión, trastornos del sueño, pensamientos autodestructivos, insatisfacción con la apariencia y menor nivel de felicidad en la vida. Se encontraron beneficios en poder conocer las experiencias en salud mental de otras personas, recibir consejos de profesionales en salud, así como aprender estrategias para lidiar con la depresión y recibir apoyo emocional.

Hou et al. (2019), examinaron las conexiones con respecto al abuso de las redes sociales, bienestar psicológico y desempeño académico de los universitarios. Tomando en cuenta el rol de la autoestima como intermediario en este contexto, además de analizar la eficacia de un tratamiento para reducir la adicción a las redes sociales y sus posibles impactos adversos. Inicialmente, se realizó una investigación con 232 estudiantes universitarios, en la que se descubrió una conexión perjudicial con respecto al abuso de las redes sociales con su bienestar mental. También se descubrió que la autoestima jugaba un papel importante con respecto a la conexión de usar desmedidamente las redes sociales y el equilibrio psicológico. El segundo experimento, se diseñó y analizó un programa de apoyo personal en dos etapas. Se eligió un grupo de 38 estudiantes como muestra. Los resultados indicaron que la intervención tuvo éxito en reducir el tiempo en el cual los estudiantes pasan en una red social, y a la vez se observó una mejora en su estado emocional y rendimiento en la escuela.

Sarmiento et al. (2021), los investigadores enfocaron su estudio en analizar el uso creciente de estas plataformas y su relación con los niveles de ansiedad y depresión. La investigación realizada fue de carácter cuantitativo y no experimental, revelando que en su mayoría (77%) presentaron niveles mínimos en cuanto a depresión se refiere, mientras que un 14% muestra depresión moderada y solo un 2% tiene depresión grave. Asimismo, el 84% de los participantes evidencian niveles bajos de ansiedad, un 13% tiene niveles moderados y un 3% muestra niveles severos. Llegando a la conclusión de que es inexistente la correlación con respecto al excesivo uso de las redes sociales y el tiempo, mostrando índices de depresión y ansiedad.

Según Ruiz y et al. (2023), en su investigación se analizaron la relación de las plataformas sociales con el bienestar mental, teniendo como principal objetivo los aspectos como la ansiedad, la depresión, la autoestima y las interacciones sociales como posibles factores para determinar cómo influye en el bienestar mental de las personas. Este estudio se enfocó en un análisis descriptivo y un enfoque cuantitativo sobre el diseño transversal. Se encontró que el 80% de los participantes admitieron usar redes sociales varias veces al día, el 10% lo hace diariamente, el 5% una vez a la semana y otro 5% menos de una vez por semana. En cuanto a la salud mental, el 70% consideró que existe un efecto adverso en su bienestar mental al usar las redes sociales, el 10% afirmó que no tiene un impacto significativo y el 20% restante no estaba seguro. Concluyendo así que hay una gran importancia en la juventud de hoy en día con el uso de las redes sociales y su mal empleo causando preocupaciones constantes por los posibles efectos negativos en su bienestar mental.

De acuerdo con el estudio realizado por Alvarado y Vargas (2022), estudió la correlación del uso de las redes sociales y un buen estado mental en Colombia, utilizando un enfoque cuantitativo y correlacional a lo largo de un solo período de tiempo. En resumen, este estudio confirmó lo que se ha encontrado en la literatura sobre la repercusión de utilizar diferentes plataformas sociales en los jóvenes.

Martínez et al. (2022), con su artículo "Las Redes Sociales y el Impacto en la Salud Mental de los Estudiantes Universitarios: Un Análisis Exhaustivo", se destaca la relevancia de investigar la correlación a nivel general de usar las redes sociales por universitarios y sus efectos en su salud mental debido a su alta incidencia. Se realizó un estudio siguiendo el método PRISMA; usando diversos motores de búsqueda, encontraron un total de trece estudios relevantes durante la búsqueda que serán examinados en detalle. Al concluir, se pudo observar que la utilización excesiva de las plataformas sociales por los estudiantes tuvo relación con índices de ansiedad, estrés, adicción a internet, depresión, FOMO, dificultades para conciliar el sueño y dificultades académicas. Es fundamental que las autoridades académicas y políticas tomen medidas preventivas para evitar que los estudiantes sufran trastornos de su salud mental, ante la evidencia encontrada en estos estudios.

Lavalle et al. (2022), el objetivo de su investigación fue identificar vínculos entre las redes sociales y el bienestar de la salud mental de los universitarios en un momento específico, su muestra incluyó a un grupo de 400 estudiantes en total. Se obtuvo la información mediante dos encuestas, también empleó el Rho de Spearman y la prueba Chi cuadrado para examinar la correlación de variables. En resumen, una mayoría abrumadora en los estudiantes universitarios (88,5%) tiene un teléfono inteligente con conexión a internet, y casi la mitad de ellos (46%) pasan entre 1 y 4 horas al día revisando de 3 a 4 redes sociales. Según la encuesta, casi el 40% de los participantes percibieron que no perjudica en su rendimiento académico usar una red social. Los colombianos obtuvieron una puntuación de 58,5 en cuanto a su salud general en una escala del 0 al 100, mientras que los mexicanos alcanzaron una puntuación de 38,3 en el mismo aspecto. Los adolescentes dedican la mayor parte de su tiempo a utilizar redes sociales, centrándose especialmente en las interacciones con sus amigos y conocidos. Algunos estudios indican que la utilización inapropiada de internet puede estar vinculada con problemas tanto físicos como mentales para la salud. En resumen, se ha encontrado que en Colombia y México hay similitudes al usar las plataformas sociales y su bienestar mental. También se puede notar que se utilizan de forma moderada como herramienta para propósitos académicos y de interacción social.

Este análisis presentará una visión general de las teorías que abordan la salud mental y cuan adictos son a las redes sociales, basándose en el marco dado por la Organización Mundial de la Salud (OMS), utilizando SQR un cuestionario desarrollado por esta organización para identificar posibles problemas de salud mental. Este formulario clasifica diferentes señales que van desde la preocupación, la tristeza y el malestar hasta los desequilibrios mentales, las crisis nerviosas y las dificultades al ingerir bebidas con alcohol.

Según Przybylski et al. (2020) la utilización de la teoría del refuerzo al uso de las redes sociales es una adaptación moderna de los principios originales propuestos por Skinner. Las redes sociales incrementan el tiempo que los jóvenes pasan en ellas al ofrecer refuerzos positivos, como comentarios, “me gusta” y seguidores, que funcionan como recompensas inmediatas. Este círculo

constante de recompensas puede originar patrones de comportamiento que recuerdan a los observados por Skinner en sus experimentos con animales. Estudios recientes en psicología de medios y conducta online analiza como estas plataformas utilizan el refuerzo para captar la atención y promover la repetición del uso. Caplan (2002) menciona que el bienestar mental, especialmente la ansiedad y depresión, está vinculado al concepto de refuerzo intermitente, explorado por Skinner. Por el lado de las redes sociales, este tipo de refuerzo (cuando las recompensas no son predecibles o son inconscientes) puede ocasionar un ciclo compulsivo en el que los jóvenes revisan constantemente sus redes en busca de validación, lo que puede originar ansiedad, estrés entre otros problemas de salud mental. El fenómeno FOMO (fear of Missing out), con respecto a las redes sociales, se refiere al miedo a perderse experiencias que otros podrían estar viviendo, y este miedo aumenta por el refuerzo intermitente en estas plataformas. Esta investigación psicológica ha sido relacionada con el FOMO con niveles más elevados de estrés, ansiedad y síntomas depresivos.

Según la OMS, la salud mental es la estabilidad emocional y psicológico, permitiendo a cada individuo desarrollar todas sus capacidades y afrontar las dificultades cotidianas de la vida. La falta de salud mental dificulta que las personas alcancen sus objetivos e impide superar los obstáculos del día a día para así lograr su proyecto de vida.

Un estudio llevado a cabo por Rivas (2020) señala que el Cuestionario de Autoreporte (SRQ) tiene cuatro dimensiones que están vinculadas con el bienestar de la salud mental. Estos factores abarcan la ansiedad, que se caracteriza por la expectativa de un evento o problema venidero, acompañado de sensaciones desagradables o síntomas físicos de tensión, los cuales advierten sobre un posible riesgo y motivan a la persona a tomar acciones adecuadas frente a una amenaza. Se ha investigado sobre la depresión, la cual es un estado mental que se presenta mediante varios signos como cambios repentinos en el humor, irritabilidad, falta de interés en actividades previamente disfrutadas y sensación de inquietud. El autor encontró que la esquizofrenia es una alteración psicológica importante impactando varias funciones cerebrales, incluyendo el pensamiento, la percepción, las emociones y el comportamiento. Los signos mencionados pertenecen a los trastornos psicóticos, los cuales

afectan a individuos que no tienen conciencia de su propia realidad. Se sostiene que el trastorno convulsivo impacta principalmente el cerebro y se presenta en forma de episodios irregulares llamados "crisis epilépticas". Una condición neurológica crónica muy extendida, afectando a 50 millones de personas a nivel mundial. En un estudio reciente realizado por Rivas (2020) se reveló que se describe al alcoholismo como una enfermedad que afecta diferentes componentes, los cuales se piensa que pueden ser provocados por un desequilibrio en el funcionamiento de determinadas áreas del cerebro que están vinculadas con la habilidad de regular de forma consciente los impulsos y conductas relacionados con el ingerir de bebidas alcohólicas.

Y con respecto a la otra variable también tenemos bases teóricas:

Según la OMS en el (2010), ser adicto es una condición, ya sea físicamente o psicológica, a una determinada tarea, vínculo emocional o sustancia que conduce a la sujeción.

Según Hadjipanayis et al. (2019), las redes sociales es el instrumento empleado para interactuar con otras personas al intercambiar diversos tipos de contenido multimedia.

Según Naslund et al. (2017), las personas que enfrentan trastornos mentales usan las redes sociales y así compartir las vivencias acerca de cómo es lidiar con la depresión. También buscan información y consejo, aprendiendo de las experiencias de otros y brindando apoyo a aquellos que se encuentran en circunstancias similares.

El DSM-IV-TR es un manual que emplea síntomas específicos para realizar diagnósticos de forma consistente. Algunos investigadores han enfocado su atención en los signos del trastorno de adicción a sustancias con la finalidad de crear nuevas herramientas de evaluación para medir las conductas adictivas, incluyendo las relacionadas con las redes sociales. De acuerdo con lo investigado por Chóliz et al. (2012) se compararon los trastornos de consumo de sustancias con ser adicto a las redes sociales, destacando similitudes en ambas. Estas similitudes condujeron a la modificación de métricas específicas de la adicción a las drogas, las cuales fueron reemplazadas por métricas de adicción frente a las redes sociales.

Según Ecurra et al. (2014), la adicción a las redes sociales se define igual a una conducta compulsiva en el cual se excede los límites razonables en el uso de plataformas sociales, influyendo en sus tareas diarias y relaciones con quienes la rodean.

De acuerdo con el estudio realizado por Ecurra et al. (2014), la encuesta de Adicción a las Redes Sociales (ARS) identifica tres dimensiones: la obsesión por las redes sociales, que se manifiesta mediante un constante pensamiento y fantasías relacionadas con ellas, lo cual puede generar angustia y ansiedad cuando no se puede ingresar a dichas plataformas. (Ecurra et al. 2014) se realizó un estudio en el que se investigaron diferentes aspectos relacionados con el tema en cuestión. La falta de autocontrol al usar las redes sociales está relacionada al tener sentimientos de asociación con angustia al no poder controlar adecuadamente el tiempo que se pasa en estas plataformas, lo que conduce a descuidar las responsabilidades personales. (Ecurra et al. ,2014), presentaron un estudio en el que mostraron que el abuso de las redes sociales identifica la dificultad para controlar el excesivo tiempo que se pasa en plataformas sociales, resultando en el carecimiento de aminorar la cantidad de horas que se dedican. (Ecurra et al.,2014.)

Chóliz (2014), nos dice que la adicción a la tecnología es más común en las personas que atraviesan la adolescencia y la juventud, dado que, debido a las particularidades de su desarrollo los predisponen a adquirir adicciones, al tener dificultad para controlar impulsos y buscar experiencias nuevas. Además, son usuarios intensivos de tecnologías. Estas adicciones están asociadas a trastornos adictivos. El autor destaca que para prevenir las adicciones a las modernas tecnologías hay que basarse en la información, la creación de conciencia y la implementación de medidas para tratar los trastornos. Subraya que la adicción a Internet está muy vinculada con todas las plataformas sociales.

Según Chóliz (2014), se pueden identificar diversas condiciones en el entorno que influyen en la adicción:

1. Alteraciones en el ámbito familiar, como disfunciones y conflictos resultantes de la negligencia, incomunicación con otros miembros de la

familia, desafíos en las relaciones y dinámicas familiares en línea, y comportamientos sexuales atípicos, entre otros.

2. Cambios en la educación o el entorno laboral, evidenciados por problemas en el desempeño educativo de los infantes y jóvenes, menor participación en actividades escolares, deterioro en las relaciones con compañeros, mayor conexión con amistades en línea, falta de motivación y ausentismo. En situaciones de jóvenes y adultos que laboran, se observan problemas en la ejecución de tareas, incumplimiento de responsabilidades laborales, bajo rendimiento y pérdida de empleo.

Chóliz destaca también criterios clave para reconocer la adicción a las tecnologías modernas, que incluyen:

1. Utilización desmedida de redes sociales, manifestado por un tiempo desmesurado y la repetición de actividades en línea.
2. Experimentar malestar, similar a la abstinencia, cuando no se tiene contacto con la red o el juego.
3. Dificultad para detener la participación en la actividad en línea, evidenciando una adicción y la incapacidad de controlar el impulso.
4. Impedimento con las tareas diarias y los tratos con otras personas presencialmente.

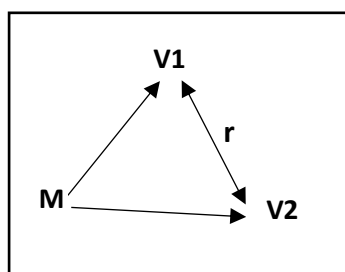
II. METODOLOGÍA

Tipo y diseño de investigación

De tipo básica, pues proporcionó información teórica a los saberes previos sobre la conexión entre las variables analizadas y de esta forma contribuyó al avance de nuestro entendimiento científico. Este estudio utiliza un método de investigación cuantitativa, dado que se midieron las variables objeto de análisis. Nicomedes (2018).

El diseño es de tipo no experimental, pues las variables no fueron modificadas intencionalmente, sino que fueron evaluadas mediante los instrumentos de medición de cada variable, además se empleó un enfoque transversal ya que se observó los hechos simultáneamente en un mismo tiempo. Según Sampieri et al. (1997) este diseño se enmarcó en una investigación correlacional, porque se evaluó la relación de la adicción a las redes sociales y la salud mental.

Figura 1 Diseño de la Investigación



Donde:

- M** → Muestra de la investigación
- V1** → Adicción a las redes sociales.
- V2** → Salud mental.
- r** → Relación entre variables.

Fuente: Elaboración propia

Variables y operacionalización

Variable 1: Adicción a las redes sociales

- **Definición conceptual:** Se define como el comportamiento compulsivo cuando una persona excede los límites razonables en el uso de

plataformas sociales, afectando sus actividades diarias y relaciones con quienes la rodean. Ecurra et al (2014).

- **Definición operacional:** Según el ARS se dividió en tres dimensiones. Ecurra et al (2014)

Indicadores: Obsesión por las redes sociales, falta de control personal en el uso de las redes sociales, uso excesivo de las redes sociales.

Escala de medición: Ordinal Likert. (Ver anexo 1)

Variable 2: Salud mental.

- **Definición conceptual:** Es el bienestar del estado emocional y psicológico que permite a cada persona desarrollar su potencial, afrontar las adversidades habituales de la vida. OMS (1994).

- **Definición operacional:** Después de su estudio para la validación y construcción del instrumento SQR, concluyeron que existen cuatro dimensiones predominantes en la salud mental. Rivas (2020)

Indicadores: Trastorno depresivos y de angustia, trastorno psicótico, trastorno convulsivo, problemas relacionados con el alcohol.

Escala de medición: Nominal Dicotómicas (Ver anexo 1)

Población y muestra

Población

Fueron jóvenes entre 18 y 25 años residentes en Lima. Éstos, según el INEI ascienden aproximadamente al 64,9% de los habitantes de Lima que tienen de 15 a 59 años, es decir 6 millones 493 mil 809 habitantes, de los cuales 389 mil 700 personas entre varones y mujeres son universitarios y 199 mil 300 personas optaron por una educación no universitaria. Es decir, la población del presente estudio la conformaron aproximadamente $N = 389700$, (INEI, 2022).

- **Criterios de inclusión:** Se tomaron en cuenta a mujeres y varones de 18 años que vivan en la ciudad de Lima y que estuvieran cursando estudios universitarios.
- **Criterios de exclusión:** Se excluyeron a jóvenes varones y mujeres de

25 años a más que no vivan en la ciudad de Lima y que no estén cursando alguna carrera universitaria.

Muestra

La muestra elegida se obtuvo al emplear la siguiente ecuación:

$$n = \left[\frac{Z^2 N p q}{e^2 (N - 1) + Z^2 p q} \right]$$

Donde:

N= 389700

Z= 1.96

e= 0.05

p= 0.5

q= 1-p

La muestra calculada es de n= 384, utilizando un muestreo probabilístico de tipo aleatoria. Sampiere et al. (2018)

Técnicas e instrumentos de recolección de datos:

Este estudio, empleó cuestionarios como herramientas progresivas para recopilar información específica, siendo seleccionados según el objetivo del estudio, siguiendo la sugerencia de Sampieri et al. (2018). Utilizamos dos pruebas específicas para la variable 1 y 2. Para la primera variable, utilizamos un cuestionario sobre adicción a las redes sociales (ARS), una prueba desarrollada por Ecurra y Salas en Lima en el 2014 se puede administrar de manera individual y grupal a jóvenes de 16 a 42 años por un tiempo de hasta 15 minutos, donde utilizamos la escala de Likert. Tiene como finalidad examinar la dependencia hacia las redes sociales y elementos que contribuyen a la obsesión por ellas, la carencia de autocontrol en su utilización y el uso excesivo de las mismas.

Y para la segunda variable, se aplicó un cuestionario sobre la salud mental SQR-18, elaborado por la OMS en 1994 donde la edad recomendable para ser aplicado es de 18 a más años, puede ser individual y grupal, cuenta con 28 ítems de respuesta dicotómica "Sí" y "No". Este instrumento tiene como objetivo identificar síntomas clínicos como los depresivos, de angustia o ansiedad, indicios de trastorno psicótico, riesgo de padecer un trastorno convulsivo y

dificultades relacionadas. Ambos validados y confiables.

Validez y confiabilidad:

Validez:

Escurra y Salas Blas (2014), en su estudio tuvo el objetivo de validar y asegurar la confiabilidad de su prueba, la cual tenía como propósito medir de manera adecuada la adicción. Para ello, contaron con la participación de 384 estudiantes universitarios varones y mujeres, pertenecientes a diversas universidades. En Lima, las edades variaron desde los 16 hasta los 42 años, y todos se encontraban en un nivel educativo más avanzado. El cuestionario está compuesto por 24 preguntas distribuidas en 3 dimensiones. Fue validado por expertos en los campos clínico y educativo, y los resultados arrojaron un índice KMO de .95, considerado como un puntaje adecuado. Igualmente, la prueba de Bartlett dio como resultado un nivel de significancia de $p < 0.05$.

El cuestionario de autoreporte SQR18 fue elaborado por la OMS (Organización de la salud) en 1982, para ampliar los servicios de salud mental, fue validado por la OMS, en el Perú es usado por el ministerio de salud.

Este instrumento, fue adaptado para el Perú por Rivas Huamán, en el 2015 con su estudio titulado "Prevalencia de trastornos mentales en pacientes de los consultorios externos de medicina del hospital José Agurto Tello de Chosica", la validez fue mediante la opinión de expertos.

Confiabilidad:

Con respecto a las propiedades psicométricas previas de la investigación, se evaluó a 384 varones y mujeres de 18 a 25 años de Lima, 2024. Se empleó la fórmula del coeficiente alfa de Cronbach para la variable 1 y resultó 0,92 (ver tabla 1) entonces el instrumento posee un nivel de confianza satisfactorio. Y para medir la confianza del instrumento SRQ-18 utilizado para medir la salud mental en la misma muestra dicha anteriormente se empleó la fórmula del Kuder-Richardson y resultó 0,84 (ver tabla 2), considerándose confiable.

Tabla 1

Resultado del Coeficiente de alfa de Cronbach

| | |
|----------------------------|------------|
| α (ALFA) = | 0.92288475 |
| # ÍTEMS = | 24 |
| Σ VAR DE CADA ÍTEM= | 26.9802432 |
| VAR TOTAL = | 233.456162 |

Fuente: Elaboración propia

Tabla 2

Resultado del coeficiente de Kuder-Richardson

| | |
|--------------------------|------------|
| K (NÚMERO DE ITEMS) = | 28 |
| V_t (VARIANZA TOTAL) = | 25.1721212 |
| Σpq = | 4.61352722 |
| α (ALFA)= | 0.84696968 |

Fuente: Elaboración propia

Procedimientos

Se determinó un tamaño de muestra de $n = 384$ mediante un método de selección intencional, no probabilístico. Los cuestionarios fueron creados mediante Google Forms e incluyeron una notificación sobre el consentimiento informado, la total confidencialidad de los datos y los objetivos del presente estudio. Luego se recopilaron los datos, compartiendo el enlace de los cuestionarios con los participantes, permitiendo respuestas desde diversos dispositivos con acceso a un navegador web. Posteriormente, una vez finalizada la recopilación de datos se procesaron en los respectivos softwares para determinar los resultados, finalmente se analizaron los datos obtenidos.

Método de análisis de datos

Utilizamos el software Excel para crear una base de datos con todas las encuestas completadas por los participantes, esta base de datos se codificó por los puntajes respectivos de cada test, se procesó los datos para analizar la confiabilidad de cada uno, y los valores de los puntajes de cada variable y dimensiones a utilizar para determinar la correlación, luego importamos los datos al software SPSS para analizar los resultados descriptivos de frecuencia e

inferenciales para contrastar las hipótesis. Se describieron las distribuciones de las variables y sus dimensiones utilizando frecuencias y porcentajes.

Para el análisis inferencial, se estableció la normalidad y optamos por prueba de Kolmogórov-Smirnov y como resultó que no hay una distribución normal utilizamos Rho de Spearman (no paramétrica) para las comprobaciones de las hipótesis.

La prueba Rho de Spearman es una herramienta estadística que establece la relación entre dos variables. Este análisis se fundamenta en los rangos de los datos en vez de en los valores brutos. Primero, se clasifican los valores de cada variable en orden ascendente y se asignan rangos a estos valores.

Aspectos éticos

Esta tesis, parte desde la guía de investigación de la Universidad Cesar Vallejo (2023) nos dice primordialmente, la elaboración de una investigación científica, los datos que obtuvimos fueron confiables, fiables y citando a los autores correspondientes. Por lo tanto, se obtuvo artículos científicos, tesis de grado de gran repercusión, dándonos información confiable y actual. Así mismo, a los encuestados se les informo mediante una notificación sobre el consentimiento informado, la total confidencialidad de los datos y los objetivos del presente estudio. Finalmente se ha tomado en consideración las normas APA en su 7ma edición para brindar los créditos correspondientes a cada autor.

III. RESULTADOS

Análisis inferencial

Tabla 3

Prueba de Normalidad

| | Kolmogórov-Smirnov | | | Shapiro-Wilk | | |
|--|--------------------|-----|-------|--------------|-----|-------|
| | Estadístico | gl | Sig. | Estadístico | gl | Sig. |
| Dim1_Obsesión por las redes sociales | .119 | 384 | <.001 | .929 | 384 | <.001 |
| Dim2_Falta de control personal en el uso de las redes sociales | .074 | 384 | <.001 | .979 | 384 | <.001 |
| Dim3_Uso excesivo de las redes sociales | .107 | 384 | <.001 | .975 | 384 | <.001 |
| V1_Adicción a las redes sociales | .087 | 384 | <.001 | .970 | 384 | <.001 |
| V2_Salud mental | .119 | 384 | <.001 | .932 | 384 | <.001 |

Fuente: Elaboración propia

De la tabla 3, siendo nuestra muestra más de 50 participantes tomamos el valor del sig de la prueba Kolmogórov-Smirnov el cual es menor que 0.05 (p -valor<0.05), esto quiere decir que utilizamos una prueba no paramétrica Rho de Spearman para las comprobaciones de las hipótesis.

Contrastación de hipótesis general

H_a: La adicción a las redes sociales tiene relación con la salud mental de los jóvenes de 18 a 25 años de Lima, 2024.

Tabla 4

Correlación de las variables 1 y 2

| | | | V1 | V2 |
|------------------|----|----------------------|--------|--------|
| Rho de Spearman | V1 | Coef. de correlación | 1.000 | .187** |
| | | Sig. (bilateral) | . | <.001 |
| | | N | 384 | 384 |
| | V2 | Coef. de correlación | .187** | 1.000 |
| Sig. (bilateral) | | <.001 | . | |
| N | | 384 | 384 | |

Fuente: Elaboración propia

De la tabla 4, observamos que la relación entre las variables es positiva y baja (Rho = 0.187*) y el p-valor igual a 0.001 < 0.05(alfa) por lo cual aceptamos la hipótesis alterna.

Prueba de las hipótesis específicas**Prueba de hipótesis específica 1**

Ha: La obsesión por las redes sociales tiene relación con la salud mental en jóvenes de 18 a 25 años en Lima, 2024.

Tabla 5

Correlación de la Dim1V1 y la Salud Mental.

| | | | Dim1V1 | V2_ Salud mental |
|------------------|------------------|----------------------|--------|------------------|
| Rho de Spearman | Dim1V1 | Coef. de correlación | 1.000 | .131* |
| | | Sig. (bilateral) | . | .010 |
| | | N | 384 | 384 |
| | V2_ Salud mental | Coef. de correlación | .131* | 1.000 |
| Sig. (bilateral) | | .010 | . | |

| | | |
|---|-----|-----|
| N | 384 | 384 |
|---|-----|-----|

Fuente: Elaboración propia

De la tabla 5, observamos que la relación entre la dim1 de la v1 con la salud mental es positiva y baja ($Rho = 0.131^*$), el p-valor igual a $0.001 < 0.05$ (alfa) y aceptamos la hipótesis alterna.

Prueba de hipótesis específica 2.

Ha: La falta de control personal en el uso de las redes sociales tiene relación con la salud mental en jóvenes de 18 a 25 años en Lima, 2024.

Tabla 6

Correlación de la Dim2V1 y la Salud Mental.

| | | | Dim2V1 | V2_Salud mental |
|--------------------|--------------------|-------------------------|--------|--------------------|
| Rho de Spearman | Dim2V1 | Coef. de correlación | 1.000 | .157** |
| | | Sig. (bilateral) | . | .002 |
| | | N | 384 | 384 |
| | V2_Salud mental | Coef. de correlación | .157** | 1.000 |
| | | Sig. (bilateral) | .002 | . |
| | | N | 384 | 384 |

Fuente: Elaboración propia

De la tabla 6, observamos que la relación de la dim 2 de la v1 con la salud mental es positiva y baja ($Rho = 0.157^*$) y el p-valor igual a $0.001 < 0.05$ (alfa), entonces confirmamos la hipótesis alterna, es decir la carencia de autocontrol cuando se usa las redes sociales si tiene relación directa con la salud mental en los jóvenes de 18 a 25 años de Lima, 2024.

Prueba de hipótesis específica 3

Ha: El uso excesivo de la red social tiene relación con la salud mental en jóvenes de 18 a 25 años en Lima, 2024.

Tabla 7

Correlación de la Dim3V1 y la Salud Mental.

| | | | Dim3V1 | V2_Salud mental |
|--------------------|---------------------|-------------------------|--------|--------------------|
| Rho de Spearman | Dim3V1 | Coef. de correlación | 1.000 | .178** |
| | | Sig. (bilateral) | . | <.001 |
| | | N | 384 | 384 |
| | V2_Salu d mental | Coef. de correlación | .178** | 1.000 |
| | | Sig. (bilateral) | <.001 | . |
| | | N | 384 | 384 |

Fuente: Elaboración propia

De la tabla 7, observamos que la relación de la dim3 de la v1 con la salud mental es positiva y baja ($Rho = 0.178^*$) y el p-valor igual a $0.001 < 0.05$ (alfa), por lo cual aprobamos la hipótesis alterna, es decir si hay una relación directa entre el uso excesivo de la red social con la salud mental en los jóvenes de 18 a 25 años de Lima, 2024.

Análisis descriptivos

Variable 1. Adicción a las redes sociales

Tabla 8*Distribución de Frecuencias de la Adicción a las Redes Sociales*

| ADICCIÓN_A_LAS_REDES_SOCIALES | | |
|-------------------------------|-----|-------|
| | Fr. | % |
| BAJO | 28 | 7.3 |
| MEDIO | 297 | 77.3 |
| ALTO | 59 | 15.4 |
| TOTAL | 384 | 100.0 |

Fuente: Elaboración propia

La tabla 8, presenta los resultados de la variable 1, donde el 77.34% se encuentra en el nivel medio, es decir 297 encuestados muestran un descontrol medio cuando utilizan las redes sociales, mientras que un 15.4% se encuentran en el nivel alto, es decir 59 jóvenes entre varones y mujeres no presentan ningún tipo de límites ni control cuando usan las redes sociales, finalmente el 7.2% de los encuestados han presentado un bajo nivel, lo que sugiere que 28 personas si presentan autocontrol cuando emplean las redes sociales.

Variable 2. Salud mental

Tabla 9

Distribución de Frecuencias de la Salud Mental - D1

| Trastornos_depresivos_y_de_angustia | | |
|-------------------------------------|------------|------------|
| | Frecuencia | Porcentaje |
| LEVE "NO HAY CASO" | 295 | 76.8 |
| LEVE "SI HAY CASO" | 89 | 23.2 |
| Total | 384 | 100.0 |

Fuente: Elaboración propia

La tabla 9, referida a la variable 2 Salud mental en la dimensión “Trastornos depresivos y de angustia”, donde el 76.86 % de los encuestados presentaron un mayor índice representado por el enunciado “no hay caso”, es decir 295 personas no presentan trastornos depresivos y de angustia en un grado alto, mientras que el 23.18% menor índice con el enunciado “si hay caso”, por ello 89 personas presentan signos leves de trastornos depresivos y de angustia.

Tabla 10*Distribución de Frecuencia de la Salud Mental - D2*

| Trastorno_psicótico | | |
|---------------------|------------|------------|
| | Frecuencia | Porcentaje |
| NO HAY CASO | 112 | 29.2 |
| SI HAY CASO | 272 | 70.8 |
| Total | 384 | 100.0 |

Fuente: Elaboración propia

La tabla 10, referida a la variable 2 Salud mental nos presenta a la dimensión trastorno psicótico, donde el 29.2% de los encuestados presentaron un menor índice representado por el enunciado “no hay caso” es decir 112 personas no presentan trastorno psicótico en un nivel alto, mientras que el 70.8% de los encuestados si presentaron un mayor índice de trastorno psicótico con el enunciado “si hay caso” por ello 272 personas si presentan trastornos psicóticos en un grado alto.

Tabla 11*Distribución de Frecuencias de la Salud Mental - D3*

| Trastorno_convulsivo | | |
|----------------------|------------|------------|
| | Frecuencia | Porcentaje |
| "NO HAY CASO" | 335 | 87.2 |
| "SI HAY CASO" | 49 | 12.8 |
| Total | 384 | 100.0 |

Fuente: Elaboración propia

La tabla 11, referida a la variable 2 Salud mental nos indica que la figura de la dimensión trastorno convulsivo, donde el 87.2% de los entrevistados presentaron un mayor índice representado por el enunciado “no hay caso”, es decir 335 personas no presentan trastorno convulsivo en un nivel alto, mientras que el 12.8% de los encuestados si presentaron un mayor índice de trastorno

convulsivo con el enunciado “si hay caso”, es decir 49 personas si presentan trastornos convulsivos en un grado alto.

Tabla 12

Distribución de Frecuencias de la Salud Mental- D4

| Problemas_relacionados_con_el_alcohol | | |
|---------------------------------------|------------|------------|
| | Frecuencia | Porcentaje |
| BAJO RIESGO | 243 | 63.3 |
| ALTO RIESGO | 141 | 36.7 |
| Total | 384 | 100.0 |

Fuente: Elaboración propia

La tabla 12, nos muestra a la dimensión problemas relacionados con el alcohol, donde el 63.3% de los encuestados presentaron un menor índice, es decir 243 personas presentan bajo riesgo frente a las dificultades relacionadas con el consumo de alcohol, mientras que 36.7% de los encuestados si presentan un índice alto, esto quiere decir que 141 personas presentan un alto riesgo frente a los problemas relacionados con el alcohol.

IV. DISCUSIÓN

La discusión de esta investigación presenta como objetivo general determinar la relación de la adicción a las redes sociales y la salud mental en jóvenes de 18 a 25 años en la ciudad de Lima, 2024, donde se obtuvo una correlación 0.187, con un valor de significación de ($p < 0.05$), estos resultados utilizando la prueba Rho de Spearman, lo que significa que la adicción a las redes sociales tiene relación con la salud mental, baja y débil; pero positiva, lo cual concuerda con el estudio realizado por el autor Comeca O. (2019) En su estudio "Impacto de las Ciberadicciones en la Salud Mental de Estudiantes de Medicina en la Universidad Federico Villarreal", realizado en Lima metropolitana, Según este estudio, la relación es positiva entre las ciberadicciones y la salud mental de estos estudiantes. Esta asociación se demostró utilizando el estadístico de Chi-cuadrado de Pearson ($p = 0.016$) y nivel de importancia estadística de $p < 0.05$, que señala que las ciberadicciones tienen un efecto en el bienestar mental de los estudiantes universitarios. Estos resultados concuerdan con lo que afirma Chóliz (2014), que la adicción a la tecnología es frecuente en adolescentes y jóvenes debido a las características de la edad que atraviesan, que los hacen más vulnerables a presentar adicciones al tener problemas para controlar sus impulsos y buscar nuevas experiencias.

Considerando el objetivo específico 1, determinar la relación que existe entre la obsesión por las redes sociales y la salud mental en jóvenes de 18 a 25 años en Lima, 2024, donde la relación es 0.131 con un grado de importancia de $p < 0.05$, es decir la relación es afirmativa, pero débil. En resumen, hemos determinado que hay conexión entre la obsesión por las redes sociales y salud mental es poco relevante, esto se relaciona con la investigación de Sadagheyani et al. en el estudio realizado en 2021, donde realiza una revisión narrativa sobre las consecuencias de las redes sociales en la salud mental, queriendo estudiar la correlación de estas 2 variables. La obtención de estas respuestas mostró una conexión positiva importante de las variables antes mencionadas, con un coeficiente de correlación de 0,21 y un valor de $p < 0,001$. Sin embargo, se descubrió que la percepción del apoyo social actúa como intermediario en la conexión entre las interacciones sociales, lo que sugiere que la utilización de las redes sociales no afecta de manera negativa ni directa en la salud mental de los

estudiantes. Según lo que afirma Ecurra et al. (2014), la adicción a las redes sociales conlleva una dedicación mental constante, pensamientos repetitivos y fantasías vinculadas a ellas, provocando preocupación y malestar al no poder acceder a dichas plataformas, lo cual puede afectar su salud mental.

Como objetivo específico 2, determinar la relación entre la falta de control en el uso de las redes sociales y salud mental en jóvenes de 18 a 25 años en Lima en 2024, de los datos resultados de la tabla 6 observamos una relación favorable de 0.157 y ($p < 0.05$), aunque débil y baja se confirma que la falta de control en el uso de las redes sociales está directamente vinculada con la salud mental de este grupo de jóvenes. Estos resultados coinciden con lo hallado por Alvarado y Vargas (2022), en su investigación donde relaciona el uso de redes sociales con las actitudes para la salud mental, de Colombia, donde buscó analizar la relación entre el uso prolongado de pantallas por parte de los jóvenes y la repercusión de su salud mental, sus resultados también mostraron una correlación débil ($r = 0.336$, $p < 0.01$), esto sugiere que a pesar del uso de las redes sociales y su papel significativo en la vida diaria de los jóvenes, no necesariamente causan problemas mentales graves. Así mismo la investigación de Sarmiento et al. (2020) tuvo como objetivo determinar el Impacto del uso de las redes sociales en los niveles de depresión y ansiedad en el personal de salud del centro médico Calderón Elizalde, Cuenca-Ecuador, donde se descubrió que el 77 % muestra una relación mínima en términos de salud mental con un nivel de importancia del 0.05 según el análisis de chi cuadrado. Sobre esto Ecurra et al. (2014), nos afirma que al no tener control personal en el uso de las redes sociales esto puede provocar angustia por no ser capaz de controlar la utilización de las plataformas sociales.

Como el objetivo específico 3, consiste en analizar la correlación entre el uso excesivo de redes sociales y la salud mental de jóvenes de 18 a 25 años en la ciudad de Lima, 2024, se obtuvo una relación de 0.178 con un valor de significancia $p < 0.05$, esto evidenció una relación positiva, baja y débil mediante un análisis estadístico no paramétrico, concluyendo que la influencia del uso excesivo de las redes sociales en el estado mental de los jóvenes universitarios es baja y débil. Estos hallazgos coinciden con las investigaciones de Verástegui

(2022), en su tesis titulada “Consecuencias de la adicción a redes sociales: una revisión teórica”, en Chiclayo. Este texto no aborda directamente la salud mental, pero sí resalta la preocupación creciente sobre el impacto negativo de los jóvenes al usar excesivamente las redes sociales, afectando su desarrollo en diferentes aspectos. Este análisis se fundamentó en la investigación teórica, empleando fuentes de información fidedignas y realizando un estudio de documentos. Este análisis se respaldó en la fundamentación teórica, empleando fuentes de información verificadas y examinando documentos. De igual manera encontramos el estudio de Martínez et al. (2022), donde investigó como influye las redes sociales en la salud mental en universitarios, concluyendo que usar excesivamente las redes sociales tiene que ver con el estrés, adicción a internet, ansiedad, miedo a perderse algo, dificultades de aprendizaje, trastornos del sueño y depresión en este grupo de personas. Es crucial implementar acciones preventivas para evitar que los jóvenes estudiantes desarrollen trastornos en su bienestar emocional, como se ha evidenciado a través de estos descubrimientos. Tenemos a Ecurra et al. (2014), que nos confirma que el abuso de estas redes sociales hace referencia a la dificultad que tiene al manejar adecuadamente el tiempo excesivo que se pasa en estas plataformas, lo que resulta en la imposibilidad de disimular la duración que dedican a ellas.

Con respecto al objetivo específico 4, determinar el nivel de adicción a las redes sociales en jóvenes de 18 a 25 años en la ciudad de Lima, 2024, los resultados muestran que el 77.34% se encontraron en un nivel medio, mientras que un 15.4% se encuentra en un nivel alto, finalmente el 7.2% de los encuestados han presentado un bajo nivel de autocontrol cuando emplean las redes sociales. En resumen, un 77.34% tiene un nivel medio de adicción a las redes sociales. Estos hallazgos concuerdan con Ortega (2021) donde investigó el nivel de adicción en su estudio llamado “Adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad particular de Chiclayo”. Teniendo como resultado que un alrededor del 51% de los encuestados mostraron un nivel medio de dependencia a las redes sociales.

En cuanto al objetivo 5, identificar la salud mental de los jóvenes de 18 a 25 años en la ciudad de Lima, 2024, los resultados obtenidos que nos muestran las tablas

9,10,11 y 12 son que el 23.18% evidenciaron signos leves de trastornos depresivos y de angustia, mientras que el 70.80% si presentan trastornos psicóticos en un nivel alto y el 12.8% presentan trastornos convulsivos en un nivel alto finalmente el 36.7% presentaron un alto riesgo frente a los problemas relacionados con el alcohol. De manera general estos resultados tienen similitud con Sarmiento et al. (2021), que enfocaron su estudio en analizar el uso creciente de estas plataformas y su relación con los niveles de ansiedad y depresión. Obteniendo como resultado que un 77% presentaron niveles mínimos de depresión, un 14% de manera moderada y un 2% en niveles graves. Asimismo, el 84% presento niveles bajos de ansiedad, un 13% de manera moderada y un 3% en niveles severos. La OMS (organización mundial de la salud), en el (2010), nos confirma que la salud mental es la estabilidad emocional y psicológica, la falta de ésta dificulta que las personas alcancen sus objetivos e impide superar los obstáculos del día a día para así lograr su proyecto de vida.

V. CONCLUSIONES

Se encontró una correlación positiva, baja y débil de 0.187 con un p-valor $0.001 < 0.05$, según el Rho de Spearman. Es decir, la adicción a las redes sociales puede afectar la salud mental de los jóvenes de 18 a 25 años, pero de manera mínima.

La correlación entre la obsesión por las redes sociales y la salud mental es 0.131, positiva, baja y débil con un p-valor $0.001 < 0.05$, según el Rho de Spearman, es decir la obsesión por las redes sociales podrían contribuir en un bajo nivel a posibles trastornos mentales en los jóvenes de 18 a 25 años en Lima.

La correlación entre la falta de control personal en el uso de las redes sociales es 0.157 positiva, baja y débil, con un p-valor $0.001 < 0.05$. es decir, la falta de control de los jóvenes de 18 a 25 años en el uso de las redes sociales le causaría un problema leve en su salud mental.

La correlación entre el uso excesivo de la red social y la salud mental es 0.178, esta relación es positiva, baja y débil con un p-valor $0.001 < 0.05$, según el Rho de Spearman. En otras palabras, el hecho de que los jóvenes pasen demasiado tiempo en las redes sociales puede no causarle un problema grave en su salud mental. El nivel de adicción a las redes sociales es de 77.34% en un nivel medio, mientras que un 15.4% se encuentra en un nivel alto, finalmente el 7.2% de los encuestados han presentado un bajo nivel de autocontrol cuando emplean las redes sociales, es decir se encontró que la mayoría de los jóvenes de 18 a 25 años presentan un nivel medio de adicción a las redes sociales.

En cuanto a la salud mental de los jóvenes de 18 a 25 años el 23.18% evidenciaron signos leves de trastornos depresivos y de angustia, mientras que el 70.80% si presentan trastornos psicóticos en un nivel alto, por otro lado, el 12.8% presentan trastornos convulsivos en un nivel alto, finalmente el 36.7% presentaron un alto riesgo frente a los problemas relacionados con el alcohol.

VI. RECOMENDACIONES

Se recomienda al ministerio de salud llevar a cabo programas de concienciación sobre el impacto del uso excesivo de redes sociales dirigido a jóvenes de 18 a 25 años, se puede enfocar en el manejo de tiempo frente a las pantallas, estrategias para mantener el control sobre el uso de redes sociales y ofrecer servicios de apoyo psicológico a quienes ya presenten señales de adicción de problemas de salud mental. Se recomienda a la Municipalidad Metropolitana de Lima fomentar actividades y talleres en universidades y centros comunitarios, donde los jóvenes puedan aprender a desconectarse de las redes sociales. La municipalidad puede organizar eventos deportivos, culturales y educativos para ofrecerles alternativas saludables al tiempo en línea, ayudando a reducir la dependencia digital y promover interacciones sociales cara a cara.

Se recomienda al Instituto Nacional de Salud Mental “Honorio Delgado-Hideyo Noguchi” establecer centros de apoyo psicológico enfocados en el tratamiento y prevención de problemas de salud mental relacionados con el uso excesivo de redes sociales. Estos centros pueden ofrecer asesorías personalizadas y desarrollar campañas en las redes sociales que promuevan un uso saludable de estas plataformas, al mismo tiempo que faciliten el acceso a herramientas y recursos para mejorar el bienestar mental.

Se recomienda al ministerio de educación que el sistema educativo incluya temas de bienestar digital y salud mental en el currículo universitario, para ayudarles a comprender los riesgos al usar excesivamente las redes sociales y desarrolle habilidades para gestionar su tiempo en línea de manera más efectiva, sin que eso afecte su rendimiento académico o su salud emocional.

Para los padres y familiares: Aunque los jóvenes son ciertamente más independientes, los padres pueden jugar un rol importante ofreciendo apoyo emocional y creando un ambiente de confianza donde sus hijos puedan hablar sobre sus hábitos en línea. Se recomienda fomentar el dialogo en casa sobre el uso responsable de redes sociales y estar

atentos a cambios en el comportamiento que puedan indicar problemas de salud mental.

Para los padres y familiares: Aunque los jóvenes son ciertamente más independientes, los padres pueden jugar un rol importante ofreciendo apoyo emocional y creando un ambiente de confianza donde sus hijos puedan hablar sobre sus hábitos en línea. Se recomienda fomentar el diálogo en casa sobre el uso responsable de redes sociales y estar atentos a cambios en el comportamiento que puedan indicar problemas de salud mental.

REFERENCIAS

- D'Arienzo, M., Boursier, V., y Griffiths, M. (2019) "*Addiction to Social Media and Attachment Styles*": A Systematic Literature Review. *Int J Ment Health Addiction* 17, 1094–1118 (2019).
- Abi-Jaoude, E., Treurnicht, K., y Pignatiello, A. (2020) "*Smartphones, social media use and youth mental health*" *CMAJ* Feb 2020, 192 (6) E136-E141;
- Aksoy, M. E. (2018). "*A Qualitative Study on the Reasons for Social Media Addiction*". *European Journal of Educational Research*, 7(4), 861-865.
- Alonzo, R., Hussain, J., Stranges, S., & Anderson, K. (2020) "*Interplay between social media use, sleep quality, and mental health in youth*": A systematic review *Sleep Medicine Reviews* Volume 56, April 2021, 101414
- Alverca, S. (2017) "*Relación de las adicciones tecnológicas y la salud mental de los estudiantes del bachillerato del Colegio Técnico Agropecuario Zumbi-Zamora Chinchipe periodo Enero-junio 2016*". [tesis de grado Universidad Nacional de Loja] obtenido de <https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/19435/1/TESIS%20ADICIONES%20TECNOLOGICAS%20Y%20SALUD%20MENTAL.pdf>
- Bekalu MA, McCloud RF, Viswanath K. "*Association of Social Media Use With Social Well-Being, Positive Mental Health, and Self-Rated Health: Disentangling Routine Use From Emotional Connection to Use*". *Health Education & Behavior*. 2019;46(2_suppl):69S-80S. <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/1090198119863768>
- Benites, G. (2018). "*Propiedades psicométricas de la escala de adicción a redes sociales en universitarios de la ciudad de Trujillo*". [tesis de grado, repositorio Universidad Cesar Vallejo] extraído de <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/11255>
- Braghieri, Luca, Ro'ee Levy, and Alexey Makarin. (2022). "*Social Media and Mental Health.*" *American Economic Review*, 112 (11): 3660-93.

- Cáceres, G., Talavera, L. (2021) *“Relación Entre los Bloqueos del Ciclo De La Experiencia y Los Síntomas Clínicos En Jóvenes y Adultos Entre 18 y 59 años, Arequipa, 2020”* obtenido de: <https://repositorio.unsa.edu.pe/server/api/core/bitstreams/8786a559-7575-481e-b6a9-edaaf7957dc4/content>
- Capa, w., Vallejos, M., Mayorga, Luz E., Maritnez, A., Pardave, Y., Sullcahuaman, J., & Barboza, E. (2022) *“Efectos de un programa de prevención sobre las adicciones tecnológicas y disposiciones cognitiva-afectivas en universitarios”*. [propósitos y Representaciones,10(2), e1517] obtenido de http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S230779992022000200005&script=sci_arttext
- Carrión, B. (2020). *“Adicción a Internet y Estrés Académico en Estudiantes de una Universidad privada de Chiclayo”*. [tesis de grado, Universidad Señor de Sipán]. Obtenido de <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/7788/Carri%C3%B3n%20Colchado,%20Billy%20Johnson.pdf?sequence=1>
- Colina, F., Aldana, J., Vallejo, P., & Isea, J. (2021). *“Dependencia y adicción al teléfono en estudiantes universitarios”*. [Repositorio Universidad Tecnológica del Perú] obtenido de https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UTPD_cfa3156f6d16e8c3dd413ac72a08728b
- Comeca, G., Braiam, O. (2019) *“Relación De Las Ciberadicciones y La Salud Mental En Los Jóvenes Estudiantes De Segundo Año De Medicina Humana De La Facultad De Medicina “Hipólito Unanue” De La Universidad Nacional Federico Villarreal En El Ciclo Académico 2019-I”* extraído de: <https://repositorio.unfv.edu.pe/handle/20.500.13084/2975?show=full>
- Coronado, J. (2007) Escala de medición. [revista disciplinar de investigación, ISSM-e 1909-4302, vol. 2, n°. 2, 2007, pags. 104-125] <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4942056>

- Escurra, M., & Salas Blas, E. “*Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS)*” [Liberabit. Revista de Psicología, vol. 20, núm. 1, 2014, pp. 73-91 Universidad San Martín de Porres Lima, Perú] <http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v20n1/a07v20n1.pdf>
- Escurra, M., & Salas, E. (2014). “*Construcción y Validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS)*”. [Liberabit, 20(1), 73-91] obtenido de. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68631260007>
- Flores, Y. (2021). “*Funcionalidad familiar y adicción a las redes sociales en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima-2021*”. [tesis de grado Universidad Autónoma de Ica] <http://repositorio.automadeica.edu.pe/bitstream/automadeica/1143/1/TESIS%20YENNY%20FLORES%20SUAREZ.pdf>
- Giraldo, P., Delgado, D. & Muñoz, C. (2023). Nuevas tecnologías y su incidencia en la salud mental de los adolescentes. [Revista Socialium, 7 (1) e1734] <https://doi.org/10.26490/uncp.sl.2023.7.1.1734>
- Gómez, J., Martínez, J., Lázaro, C., & Sarasola, J. (2020) Social Networks Consumption and Addiction in College Students during the COVID-19 Pandemic: Educational Approach to Responsible Use <https://www.mdpi.com/2071-1050/12/18/7737>
- González, K., Corominas, R., & Silva, C. (2021). Valoración Psicométrica de Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) en adolescentes mexicanos [Revista de psicología Clínica con niños y adolescentes vol. 8 n°. 3- septiembre 2021-pp26-34] extraído de https://www.revistapcna.com/sites/default/files/2106_0.pdf
- Haand, R., & Shuwang, Z. (2020) “*The relationship between social media addiction and depression: a quantitative study among university students in Khost*”, Afghanistan. International Journal of Adolescence and Youth, 25:1, 780-786,
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, L. (2014). “*Metodología de la investigación*” [Revista metodología de la investigación 6ta edición 2014]

https://www.uv.mx/personal/cbustamante/files/2011/06/Metodologia-de-la-Investigaci%C3%83%C2%B3n_Sampieri.pdf

Hou, Y., Xiong, D., Jiang, T., Song, L., & Wang, Q. (2019). Social media addiction: Its impact, mediation, and intervention. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 13(1), Article 4. <https://cyberpsychology.eu/article/view/11562>

Huang C. A meta-analysis of the problematic social media use and mental health. *International Journal of Social Psychiatry*. 2022;68(1):12-33. <https://doi.org/10.1177/0020764020978434>

Karim, F., Oyewande, A., Abdalla, L., Ehsanullah, R, Khan, S. (2020) *Cureus* 12(6): e8627. https://assets.cureus.com/uploads/review_article/pdf/31508/1612430233-1612430227-20210204-18204-83dotg.pdf

Keles, B., McCrae, N. & Grealish, A. (2019) “A systematic review: the influence of social media on depression, anxiety and psychological distress in adolescents” *International Journal of Adolescence and Youth*, 25:1, 79-93 <https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1590851>

Maartje, B., Gonneke W.J.M. Stevens, Catrin Finkenauer, Margaretha E. de Looze, Regina J.J.M. van den Eijnden, (2021) Social media use intensity, social media use problems, and mental health among adolescents: Investigating directionality and mediating processes, *Computers in Human Behavior*, Volume 116. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0747563220303927>

Malander, N. (2019). Adicciones tecnológicas en adolescentes: Relación con la percepción de las practicas parentales. *Drug and Addictive Behavior* [revista descontinuada, 4 (1), 20-45.] extraído de. <https://doi.org/10.21501/24631779.2761>

Mantilla, H., & Zolorzano, B. (2021). Dependencia tecnológica y su relación con salud mental en adolescentes de una institución educativa pública del distrito de Parcoy-2021. [tesis de grado Universidad Cesar Vallejo] obtenido de

https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCVV_edc71f1533829a9d68b2f44fd77bb2d

Núñez, G., Tejada, S., & Zambrano, J. (2022). El uso del computador, las redes sociales y las nuevas tecnologías en los adolescentes y jóvenes: un análisis desde su perspectiva. [*Universidad y Sociedad*, 14 (s3), 465-475.] extraído de <https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/2976>

Ñopo, K. (2020) “*Adicción a redes sociales y agresividad en adolescentes del ciclo avanzado de centros de educación básica alternativa, Los Olivos-2020*” extraído de https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/48751/%C3%91opo_SKS-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Ochoa, M. (2019). Influencia de la adicción a redes sociales tecnológicas en la afectividad negativa de estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana. [Universidad San Ignacio de Loyola]. Obtenido de: https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/USIL_cab2b5aedca8222181734a5cd8805204

Önder, B. “*The Predictive Relationships between the Social Media Addiction and Social Anxiety, Loneliness, and Happiness*” *International Journal of Progressive Education*, Volume 15 Number 4, 2019. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1224299.pdf>

Ponte, E. (2020). Guía metodológica para el desarrollo de trabajos científicos en el nivel de conocimientos de investigación de estudiantes universitarios. Ancash 2019. [tesis de posgrado, Universidad Cesar vallejo] file:///C:/Users/ASUS/Documents/Ponte_QEJ.pdf

Pontes, H., Taylor, M., & Stavropoulos. (2018). Beyond “Facebook Addiction”: The Role of Cognitive-Related Factors and Psychiatric Distress in Social Networking Site Addiction *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*. Apr 2018.240-247. <http://doi.org/10.1089/cyber.2017.0609>

- Portillo-Reyes, V. Ávila-Amaya, J. A., Capps, J. W. (2021). "Relación del Uso de Redes Sociales con la Autoestima y la Ansiedad en Estudiantes Universitarios". Enseñanza e Investigación en Psicología, 3(1), 139-149. Extraído de:
<https://revistacneipne.org/index.php/cneip/article/view/116/113>
- Rivas, R. (2020) Trastornos mentales en pacientes de consultorio externos de medicina del Hospital "José Arguello Tello. [MLS Psychology Research 3 (2), 27-42.] obtenido de <https://www.mlsjournals.com/Psychology-Research-Journal/article/view/516/977>
- Robles-Arana Y, Padilla-Lay M. Análisis psicométrico del Cuestionario de Autorreporte (SRQ) como indicador de depresión y ansiedad en usuarios de establecimientos de salud de Lima. Rev. Neuropsiquiatría [Internet]. 3 de octubre de 2023.
<https://revistas.upch.edu.pe/index.php/RNP/article/view/4971>
- Romero, A., Sánchez, F., Lozano, A., Ruiz, P., & Vega, J. (2016). Estructura de la sintomatología psiquiátrica según el SQR-18 en pacientes ambulatorios con trastornos mentales evaluados en un hospital general de Lima. [Revista de Neuro-Psiquiatría 79 (3) 142-151] obtenido de <http://www.scielo.org.pe/pdf/rnp/v79n3/a03v79n3.pdf>
- Ruiz, V., & Castillo, M. (2023) Adicción a redes sociales y la autoestima en jóvenes universitarios entre 18 y 25 años de Lima Metropolitana [Tesis de grado de universidad de Lima] extraído de.
<https://repositorio.ulima.edu.pe/handle/20.500.12724/19001>
- Sadagheyani, H., Tatari, F. (2021), "Investigating the role of social media on mental health", Mental Health and Social Inclusion, Vol. 25 No. 1, pp. 41-51.
- Simsek, A., Elciyar, K., & Kizilhan, T. (2019). A Comparative Study on Social Media Addiction of High School and University Students. Contemporary Educational Technology, 10(2), 106-119.
- Verastegui, A. (2022). Consecuencia de la adicción a redes sociales: una revisión teórica [Trabajo de investigación Universidad Católica Santo Toribio de

Mogrovejo]

[https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/5642/8/TIB_Verastegui
AlvaAlejandro.pdf](https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/5642/8/TIB_Verastegui_AlvaAlejandro.pdf)

Vite, C. (2018). Adaptación del Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales en estudiantes de tercero a quinto de secundaria de cuatro colegios públicos-Independencia. Lima 2018. [Universidad Cesar Vallejo].
Obtenido de <file:///C:/Users/ASUS/Documents/ARS%202018.pdf>

Yagual, M. (2022) Comunicación familiar y habilidades sociales predictores de riesgos de adicciones tecnológicas en estudiantes de una unidad educativa de Guayaquil,2022. [tesis de posgrado Universidad Cesar Vallejo] extraído de <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/104060>

zizi, S.M., Soroush, A. & Khatony, A. *“The relationship between social networking addiction and academic performance in Iranian students of medical sciences: a cross-sectional study.”* BMC Psychol 7, 28 (2019).

ANEXOS

Anexo 1: Operacionalización de las variables

| VARIABLE | DEFINICIÓN CONCEPTUAL | DEFINICIÓN OPERACIONAL | DIMENSIÓN | ÍTEMS | ESCALA | NIVELES |
|--------------------------------------|--|--|---|------------------------------------|--|---|
| Adicción a las redes sociales | La adicción a las redes sociales se define Como un comportamiento compulsivo en el cual una persona excede los límites razonables en el uso de plataformas sociales, afectando sus actividades diarias y relaciones con quienes la rodean. Escurra et al (2014). | La variable se divide en tres dimensiones, con indicadores e ítems que permitieron utilizar un instrumento para recopilar información. La misma que será procesada y nos permitirá obtener los resultados de la aplicación instrumento. Escurra et al (2014) | Obsesión por las redes sociales | 2, 3, 5,6, 7, 13, 15, 19, 22, 23 | Ordinal Tipo Likert Siempre =4 Casi siempre =3 A veces=2 Raras veces=1 nunca=0 | Bajo: 10 – 34 Medio: 35 - 40 Alto: 41-45 |
| | | | Falta de control personal en el uso de las redes sociales | 4, 11, 12, 14, 20, 24 | | |
| | | | Uso excesivo de las redes sociales | 1, 8, 9, 10, 11,12, 16, 17, 18, 21 | | |
| Salud mental | Es el estado de bienestar emocional y psicológico que permite a cada persona desarrollar su potencial y afrontar las dificultades habituales de la vida.OMS(1994) | Posterior al estudio para la validación y construcción del instrumento, concluyeron que existen cuatro dimensiones predominantes en la salud mental. Rivas (2020) | Trastornos depresivos y de angustia | 1-18 | Nominal tipo dicotómicas Si No | D1 ≥9, caso < 9, no caso |
| | | | Trastorno psicótico | 19-22 | | D2 ≥1, caso <1, no caso |
| | | | Trastorno convulsivo | 23 | | D3 ≥1, alta <1, no caso |
| | | | Problemas relacionados con el alcohol | 24-28 | | D4 ≥ 1, alta <1, no caso |

Anexo 2: Fichas técnicas

Cuestionario de adicción a las redes sociales ARS

| | |
|----------------|--|
| Nombre | : Cuestionario de adicción a redes sociales (ARS) |
| Autor(es) | : Ecurra, Miguel y Salas, Edwin |
| Procedencia | : Lima. |
| Creación | :2014 |
| Administración | : Individual y colectiva |
| Edad | :16 - 42 años |
| Duración | : No tiene límite |
| Dirigido a | : Universitarios |
| Ámbito | : Clínica y educativa |
| Tipo de ítem | : Alternativas politómicas |
| Finalidad | : Evalúa la adicción a las redes sociales y los factores de obsesión por las redes sociales, falta de control personal en el uso de las redes sociales y uso excesivo de las redes sociales. |

Cuestionario de Auto-reporte o Self Reporting Questionnaire (SRQ-18)

Ficha técnica

| | |
|----------------------|---|
| Autor | :(OMS, 1994) |
| Numero de ítems | : Cuenta con 28 ítems de respuesta dicotómica “Si” y “No”. |
| Dimensiones | : Cuatro dimensiones de síntomas. |
| Finalidad | : Detección de síntomas clínicos como los depresivos, angustia o ansiosos, síntomas de trastorno psicótico trastorno psicótico, probabilidad de sufrir un trastorno convulsivo y problemas relacionados con el consumo del alcohol. |
| Edad de aplicación | : De los 18 años en adelante |
| Tiempo de aplicación | : Entre 10 y 15 minutos. |
| Forma de aplicación | : Individual y colectiva (On-line) |

Anexo 3: Instrumento de evaluación para la variable redes sociales

VERSIÓN FINAL DEL ARS

CUESTIONARIO SOBRE USO DE REDES SOCIALES

Esta es una encuesta en la que Ud. Participa voluntariamente, por lo que agradecemos encarecidamente que sea absolutamente sincero(a) en sus respuestas. Antes de responder al cuestionario le pedimos que nos proporcione los siguientes datos:

Universidad en la que estudia.....
Carrera o Facultad.....Ciclo /Nivel:.....
¿Utiliza redes sociales?.....si respondió SI, indique cuál o cuáles.....
.....

Si respondió NO, entregue el formato al encuestador

¿Dónde se conecta a las redes sociales? (puede marcar más de una respuesta)

En mi casa En mi trabajo
En las cabinas de internet En las computadoras de la universidad
A través del celular

¿Con que frecuencia se conecta a las redes sociales?

Todo el tiempo me encuentro conectado Una a dos veces por día
Entre siete a 12 veces al día Dos o tres veces por semana
Entre tres a seis veces al día Una vez por semana

De todas las personas que conoce a través de la red, ¿Cuántos conoce personalmente?

10% o menos Entre 11 y 30% Entre el 31 y 50%
Entre el 51 y 70% Mas del 70%

¿Sus cuentas en la red contienen sus datos verdaderos (nombre, edad, género, dirección, etc.)?

SI NO

¿Qué es lo que más le gusta de las redes sociales?

Anexo 4: Instrumento de evaluación para la variable redes sociales

CUESTIONARIO DE SÍNTOMAS SRQ-18

Fecha.....Entrevistador.....

Nombre de paciente.....Telf.

Fecha de nacimiento.....Edad.....

Sexo: (M) (F) Dirección.....

| | SI | NO |
|--|----|----|
| Tiene dolores frecuentes de cabeza | | |
| Tiene mal apetito | | |
| Duerme mal | | |
| Se asusta con facilidad | | |
| Sufre de temblor en las manos | | |
| Se siente nervioso o tenso | | |
| Sufre de mala digestión | | |
| Es incapaz de pensar con claridad | | |
| Se siente triste | | |
| Llora Ud. Con mucha frecuencia | | |
| Tiene dificultad de disfrutar de sus actividades diarias | | |
| Tiene dificultad para tomar decisiones | | |
| Tiene dificultad en hacer su trabajo | | |
| Es incapaz de desempeñar un papel útil en su vida | | |
| Ha perdido interés en las cosas | | |
| Se siente aburrido | | |
| Ha tenido la idea de acabar con su vida | | |
| Se siente cansado todo el tiempo | | |
| Siente Ud. Que alguien ha tratado de herirlo en alguna forma | | |
| Es Ud. Una persona mucho más importante de lo que piensan los demás | | |
| Ha notado interferencia o algo raro en su pensamiento | | |
| Oye voces sin saber de donde vienen o que otras personas no pueden oír | | |
| Ha tenido convulsiones, ataques o caídas al suelo con movimientos de brazos y piernas: con mordedura de la lengua o pérdida del conocimiento | | |
| Algunas veces le ha parecido a su familia, sus amigos, su médico o su sacerdote que Ud. Estaba bebiendo demasiado. | | |
| Alguna vez ha querido dejar de beber, pero no ha podido | | |
| Ha tenido alguna vez dificultades en el trabajo o en el estudio a causa de la bebida como beber en el trabajo o colegio o faltar a ellos | | |
| Ha estado en una riña o lo han detenido estando borracho | | |
| Le ha parecido alguna vez Ud. Bebía demasiado | | |

Anexo 5: Consentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Para su participación en esta investigación, su anonimato será garantizado, ya que los datos brindados serán tratados confidencialmente, la información obtenida será empleada únicamente para fines de este presente estudio.

He tomado conocimiento de los propósitos del estudio y he recibido información suficiente para decidir voluntariamente mi participación, comprendo que mi participación será totalmente anónima y que la información brindada será tratada de manera confidencial exclusivamente para fines académicos.

De aceptar participar en la investigación, debes elegir la opción si acepto cómo evidencia de haber sido informado sobre los procedimientos del estudio.

En caso tenga alguna duda, escribir al siguiente correo:

Acosta.lizevelyn@gmail.com

Gracias por su participación..... Acepto participar en la investigación

Si, acepto

Anexo 6: Reporte de similitud en turnitin

Feedback Studio - Google Chrome
ev.turnitin.com/app/carta/es/?lang=es&s=1&o=2535327988&ro=103&u=1088032488

feedback studio LIZ EVELYN ACOSTA PAREDES Adición a las redes sociales y la salud mental en jóvenes de 18 a 25 años de Lima, 2024 /100 6 de 181

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

Adición a las redes sociales y la salud mental en jóvenes de 18 a 25 años de Lima, 2024

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
Licenciada en **Psicología**

AUTORES:
Acosta Paredes, Liz Evelyn (orcid.org/0000-0002-1234-8990)
Suarez Huarcaya, Stephany Grace (orcid.org/0009-0007-8611-8884)

ASESORA:
Dra. Campos Marques, Anita Jeanette (orcid.org/0000-0002-1545-2099)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:
Violencia

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL:
Promoción de la salud: nutrición y salud alimentaria.

Resumen de coincidencias

17 %

Se están viendo fuentes estándar

Ver fuentes en inglés

Coincidencias

| | | |
|----|--|------|
| 1 | Entregado a Universida... Trabajo del estudiante | 5 % |
| 2 | hdl.handle.net Fuente de Internet | 3 % |
| 3 | docs.google.com Fuente de Internet | 1 % |
| 4 | repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet | 1 % |
| 5 | repositorio.esan.edu.pe Fuente de Internet | 1 % |
| 6 | repositorio.uss.edu.pe Fuente de Internet | <1 % |
| 7 | Entregado a Universida... Trabajo del estudiante | <1 % |
| 8 | www.coursehero.com Fuente de Internet | <1 % |
| 9 | 1library.co Fuente de Internet | <1 % |
| 10 | Entregado a Universida... Trabajo del estudiante | <1 % |
| 11 | repositorio.upla.edu.pe Fuente de Internet | <1 % |

Página: 1 de 33 Número de palabras: 9283 Versión solo texto del informe Alta resolución Activado 10:14 29/11/2024

Anexo 7: Captura del envío del artículo para ser publicado a la revista de la UCT

Artículo Científico Universidad Cesar Vallejo

 Stephany Suarez
Para: journal.nph@uct.edu.pe ← ↶ ↷ 📅 ...
Jun 5/09/2024 15:57

 DECLARACIÓN JURADA artic...
438 KB

 Artículo Cientifico 2024-.pdf
568 KB

Mostrar los 3 datos adjuntos (1 MB) [Guardar todo en OneDrive](#) [Descargar todo](#)

buenas tardes le escriben Stephany Suarez y Liz Acosta estudiante del curso de taller de tesis de la universidad Cesar Vallejo, adjunto mi manuscrito así como los documentos requerido.

quedamos atentas a su confirmación de envío .
Gracias

[← Responder](#) [↷ Reenviar](#)