

Comparación de la adicción a las redes sociales en universitarios de ciencias de la salud y ciencias sociales

Comparison of social media addiction in university students of health sciences and social sciences

Yudi Yucra-Mamani^{1*} <https://orcid.org/0000-0002-9483-7949>

Jose Damián Fuentes-López¹ <https://orcid.org/0000-0002-6699-1439>

Huguette Fortunata Dueñas-Zúñiga¹ <https://orcid.org/0000-0003-2437-4165>

Katia Natalia Barrientos-Paredes¹ <https://orcid.org/0000-0001-8742-3556>

Zaida Esther Callata-Gallegos¹ <https://orcid.org/0000-0001-8242-2511>

¹Universidad Nacional del Altiplano. Puno, Perú.

*Autor para la correspondencia: yyucram@unap.edu.pe

RESUMEN

Introducción: Un mayor uso de las redes sociales puede llevar a la adicción.

Objetivo: Comparar la adicción a las redes sociales entre estudiantes de ciencias de la salud y ciencias sociales.

Métodos: Se realizó un estudio transversal a jóvenes universitarios. Se consideraron 828 jóvenes (443 hombres y 385 mujeres) de dos áreas de estudio: ciencias de la salud y ciencias sociales. Se estableció un rango de edad de 18 a 26 años. Se aplicó la escala de adicción a las redes sociales.

Resultados: Durante los cinco años los jóvenes de las carreras de ciencias de la salud superaron en los cuatro indicadores de adicción (tolerancia virtual, comunicación virtual, problema virtual, e información virtual) a sus contrapartes de ciencias sociales. Sin embargo, en ambos casos los valores promedios disminuyeron a medida que avanzaron los años de estudio.

Conclusiones: Los universitarios de ciencias de la salud mostraron mayor adicción a las redes sociales. Ambos grupos estudiantiles redujeron el uso de las redes en el transcurso de la carrera, lo que sugiere fluctuaciones en su comportamiento.

Palabras clave: adicción; redes sociales; universitarios.

ABSTRACT

Introduction: Increased social media use can lead to addiction.

Objective: To compare social media addiction among students of health sciences and social sciences.

Methods: A cross-sectional study was conducted with university students. A total of 828 young people (443 men and 385 women) from two fields of study -health sciences and social sciences- were included. The age range was 18 to 26 years. The Social Media Addiction Scale was administered.

Results: Over the five years, students in health sciences programs outperformed their social science counterparts in all four addiction indicators (virtual tolerance, virtual communication, virtual problems, and virtual information). However, in both cases, the average scores decreased as the years of study progressed.

Conclusions: University students in health sciences showed greater social media addiction. Both student groups reduced their social media use over the course of their studies, suggesting fluctuations in their behavior.

Keywords: addiction; social media; university students.

Recibido: 16/12/2024

Aceptado: 27/05/2025

Introducción

Las redes sociales son aplicaciones que dependen de internet, y permiten el protagonismo del usuario mediante la creación de cuentas y perfiles.⁽¹⁾ Se hallan disponibles de forma permanente en el ordenador o el teléfono móvil, y a diferencia de otras tecnologías, no hay control externo de estímulos ni se afectan por condiciones climáticas u horarias.⁽²⁾ En general, los sitios de redes sociales se definen como servicios basados en la web que facultan a los usuarios a construir un perfil público o semipúblico dentro de un sistema limitado, articular una lista de otros usuarios con los que comparten una conexión, y ver y recorrer su lista de conexiones y las realizadas por otros dentro del sistema.⁽³⁾

Esta conectividad constante ha generado un entorno para interactuar, compartir información y crear comunidades virtuales; en fin, ha transformado la forma en que las personas se comunican y consumen información en la era digital. La educación superior no está ajena al papel de las tecnologías y los nuevos modelos de comunicación en la sociedad,⁽⁴⁾ por ello la integración de estas plataformas en el entorno académico se ha vuelto cada vez más relevante. Las redes sociales no solo facilitan la comunicación y la colaboración entre estudiantes y profesores, sino que también influyen en la dinámica de enseñanza-aprendizaje al promover el acceso a recursos educativos y fomentar la creación de redes profesionales.

En consecuencia, resulta fundamental comprender cómo estas herramientas impactan en el desarrollo académico y la formación de competencias digitales en los estudiantes de la educación superior. En los últimos años ha aumentado el uso indiscriminado de las redes sociales, especialmente en los estudiantes universitarios que suelen tener horarios flexibles, y un acceso más libre e ilimitado a estas plataformas.^(5,6) La dedicación excesiva de tiempo y esfuerzo a estas plataformas puede llevar a la adicción y perturbar los estudios, el trabajo, la comunicación interpersonal, la salud psicológica y el bienestar general.⁽⁷⁾

Varios estudios se han enfocado en investigar el uso excesivo de las redes sociales en poblaciones universitarias, y destacan cómo este fenómeno puede afectar negativamente el rendimiento académico, la estabilidad emocional y la vida social de los estudiantes.^(8,9,10,11,12) Asimismo, subrayan la importancia de abordar el tema desde una perspectiva educativa y psicológica, y desarrollar estrategias que propicien equilibrar el uso de las redes sociales con las responsabilidades académicas y el bienestar personal. Sin embargo, no se encontraron investigaciones que comparen la adicción a las redes sociales entre jóvenes de carreras de ciencias de la salud y ciencias sociales.

La ausencia de estudios comparativos impide comprender cómo el contexto académico y las demandas específicas de cada área pueden influir en los niveles de adicción. Por consiguiente, este estudio se propuso comparar la adicción a las redes sociales entre estudiantes de ciencias de la salud y ciencias sociales.

Métodos

Se realizó un estudio transversal por encuesta a jóvenes universitarios de una Universidad Pública Peruana. La selección de la muestra fue no probabilística (conveniencia). Se consideraron 828 jóvenes (443 hombres y 385 mujeres) de ciencias de la salud (Odontología, Enfermería, Nutrición humana y Educación Física) y ciencias sociales (Trabajo Social, Ciencias de la Comunicación, Ciencias Sociales y Ciencias de la Comunicación Social). El rango de edad fue de 18 a 26 años y la participación voluntaria.

Se incluyeron los que estaban dentro del rango establecido y los que autorizaron participar del estudio. Se excluyeron los alumnos matriculados más de una vez en el mismo semestre o año de estudio, y los que no completaron los datos recopilados. EL estudio se llevó a cabo de acuerdo con lo establecido para la investigación en seres humanos y el Comité de ética de la Universidad Nacional del Altiplano (Puno, Perú).

Para medir la adicción a las redes sociales, se utilizó la técnica de la encuesta y la escala SMAS-SF propuesta por Şahin.⁽¹³⁾ Los 29 ítems de esta escala evalúan la frecuencia y la intensidad de los comportamientos relacionados con la adicción a

las redes sociales, a través de cuatro subdimensiones: subdimensión de tolerancia virtual (1-5 ítems); subdimensión de comunicación virtual (6-14 ítems), problema virtual (15-23 ítems) y subdimensión de información virtual (24-29 ítems). Todos los elementos de la escala son positivos. La puntuación cercana a 145 indica un alto grado de adicción. Las alternativas se basan en afirmaciones a partir de una escala de Likert y permiten cuantificar la intensidad de los síntomas de adicción. Este estudio mostró un coeficiente de Cronbach de 0,89.

La normalidad de los datos se verificó por medio de la prueba de Kolmogorov-Smirnov. Se analizó la estadística descriptiva de media aritmética, desviación estándar y rango. Las diferencias entre ambos grupos se verificaron por medio de *test t* para muestras independientes. El tamaño del efecto se calculó con *d* de cohen: valores inferiores a 0,20, no existe efecto; valores entre 0,21 a 0,49, pequeño efecto; valores entre 0,50 a 0,70, efecto moderado; y valores mayores a 0,80 señalan un efecto grande.⁽¹⁴⁾ Para todos los casos, se consideró significativo $p < 0,05$. Los cálculos se efectuaron en SPSS 18.0.

Resultados

En ambas áreas (ciencias de ciencias de la salud y ciencias sociales) se consideraron cuatro carreras profesionales. La tabla 1 muestra la distribución de la muestra de estudio.

Tabla 1 - Distribución de la muestra

Género	n	%
Masculino	443	54
Femenino	385	46
Total	828	100
Ciencias de la Salud	n	%
Odontología	86	18
Enfermería	62	13
Nutrición humana	99	21
Educación física	235	49

Total	482	100
Ciencias Sociales	n	%
Trabajo Social	13	4
Cs. de la comunicación	166	48
Ciencias sociales	74	21
Cs. de la Comunicación Social	92	27
Total	345	100
Año de estudio	n	%
1	345	42
2	209	25
3	113	14
4	43	5
5	118	14
Total	828	100

En general, los jóvenes de ciencias de la salud evidenciaron valores significativamente más altos que sus similares de ciencias sociales ($p < 0,05$) en los cuatro indicadores de la escala (tolerancia virtual, comunicación virtual, problema virtual e información virtual) (tabla 2).

Tabla 2 - Comparación de los valores medios $\pm$ DE de la adicción a las redes sociales en universitarios de ciencias de la salud y ciencias sociales

Indicadores	Ciencias de la Salud (n = 483)		Ciencias Sociales (n = 434)		v-p
	X	DE	X	DE	p
Tolerancia virtual	18,0	3,8	16,9	3,9	0,00
Comunicación virtual	34,5	6,1	32,5	6,2	0,00
Problema virtual	35,4	6,0	33,6	6,3	0,00
Información virtual	18,6	4,8	16,9	4,3	0,00
Total, Escala	106,4	17,0	100,0	16,3	0,00

Legenda: X = promedio; DE = desviación estándar.

En los cinco años los estudiantes de las carreras de ciencias de la salud evidenciaron mayores valores que sus contrapartes de ciencias sociales ($p < 0,05$). Sin embargo, en ambos casos los valores promedios disminuyeron con el

avance de su formación académica. En el último año ambas áreas incrementaron el promedio levemente. La figura muestra las comparaciones de la escala de adicción a las redes sociales según años de estudio.

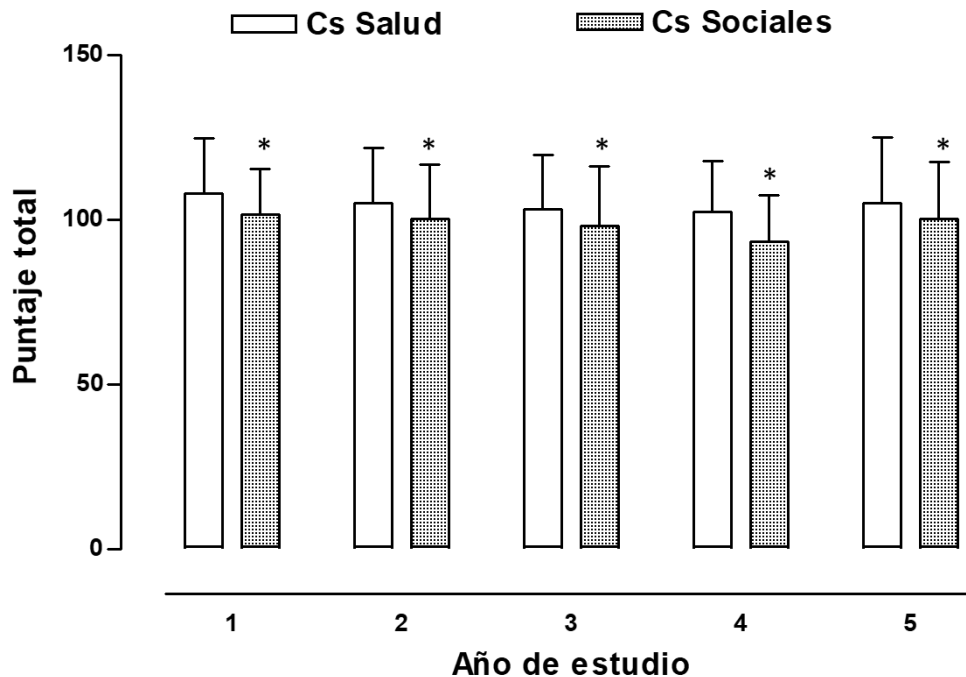


Fig. - Comparación de los valores medios $\pm$ DE de la adicción a las redes sociales en universitarios de ciencias de la salud y ciencias sociales según año de estudio.

Discusión

Los patrones de uso de las redes sociales revelan que los estudiantes de ciencias de la salud tienden a dedicar más tiempo y esfuerzo a las plataformas digitales, lo que se relaciona con las características de su formación, y las exigencias emocionales y cognitivas asociadas a su área de estudio. También se ha reportado que pueden sufrir diversos trastornos psicológicos, alimenticios y estilo de vida sedentario debido a las obligaciones académicas.^(15,16)

En cambio, los universitarios de ciencias sociales enfrentan diferentes desafíos, y son menos los factores de riesgo que afectan su bienestar emocional y físico. Por

lo general, se desenvuelven en entornos que requieren un alto nivel de interacción social y análisis crítico sin tecnologías; por tanto, dependen menos de las redes sociales. Además, la capacidad de comunicarse de manera efectiva y gestionar relaciones interpersonales resulta crucial en estas disciplinas, lo que podría fomentar un enfoque más equilibrado en el uso de las redes sociales.^(17,18)

Varios estudios han demostrado que el excesivo uso de las redes sociales compromete la atención a la salud psicosomática, incluida la calidad del sueño y la fatiga.⁽¹⁹⁾ Estos comportamientos pueden distraer a los estudiantes de su trabajo académico, y afectar negativamente su desempeño y estilos de vida. Además, la inactividad física puede hacerlos vulnerables a enfermedades no transmisibles y problemas de salud mental.⁽²⁰⁾

Para abordar la problemática de la adicción a las redes sociales entre los jóvenes universitarios, especialmente en el área de ciencias de la salud, se recomienda implementar talleres y charlas en las universidades que informen sobre los efectos negativos del abuso de las redes sociales, entre ellos su impacto en la salud mental y el rendimiento académico. También deben promoverse actividades extracurriculares que fomenten la interacción social cara a cara.

El estudio no controló variables importantes como el rendimiento académico y el grado de estrés de los jóvenes universitarios. La inclusión de estas variables podría haber permitido una discusión más detallada y precisa de los resultados. Igualmente, ubicar la investigación en una única universidad peruana limita la generalización de los resultados a otros contextos educativos y culturales. El diseño tampoco permitió efectuar relaciones causales (estudio trasversal), por ello se sugiere desarrollar estudios longitudinales para examinar cómo evoluciona la adicción a las redes sociales en el tiempo.

Se destacan la importancia del estudio para el contexto académico y la salud pública, y se subraya su contribución a la comprensión del uso de redes sociales en diferentes disciplinas universitarias. Además, es uno de los primeros estudios que compara dos áreas específicas en una universidad regional del Perú, cuyos hallazgos pueden servir de base para futuras comparaciones.

En conclusión, los estudiantes de carreras en ciencias de la salud mostraron una mayor tendencia a la adicción a las redes sociales en comparación con los estudiantes de ciencias sociales. La ligera disminución de los valores promedio

de adicción en ambos grupos sugiere una posible adaptación o la reducción del empleo de plataformas digitales con el avance de sus carreras. Sin embargo, el leve aumento de estos valores en el último año podría indicar fluctuaciones en el comportamiento durante el final del ciclo académico. Estos hallazgos sugieren la necesidad de implementar estrategias diferenciadas para abordar la adicción a las redes sociales según el área de estudio y la etapa académica de los estudiantes.

Referencias bibliográficas

1. Aichner T, Grünfelder M, Maurer O, Jegeni D. Twenty-five years of social media: A review of social media applications and definitions from 1994 to 2019. *Cyberpsychol Behav Soc Netw.* 2021;24(4):215-22. DOI: <http://dx.doi.org/10.1089/cyber.2020.0134>
2. Carbonell X, Oberts U. Las redes sociales en línea no son adictivas. *Aloma.* 2015;33(2):13-9. DOI: <https://dx.doi.org/10.51698/aloma.2015.33.2.13-19>
3. Boyd D, Ellison NB. Social network sites: Definition, history, and scholarship. *J Comput Mediat Commun.* 2007;13(1):210-30. DOI: <https://dx.doi.org/10.1111/j.1083-6101.2007.00393.x>
4. Guerra M, Rodríguez J, Artiles J. Use of social networks by university students from a personal and educational sphere. *Aula Abierta.* 2021;50(1):497-504. DOI: <https://doi.org/10.17811/rifie.50.1.2021.497-504>
5. Sánchez S, Méndez J, Ledesma MJ, Rivera EG, Gamarra PM. Influencia del uso de las redes sociales en el síndrome visual informático en adolescentes peruanos. *Rev Cub Inv Bioméd.* 2024 [acceso 25/11/2024];43:e3239. Disponible en: <https://revibiomedica.sld.cu/index.php/ibi/article/view/3239>
6. Yu L, Luo T. Social networking addiction among Hong Kong university students: Its health consequences and relationships with parenting behaviors. *Front Public Health.* 2021;8. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpubh.2020.555990>

7. Andreassen CS. Online social network site addiction: A comprehensive review. *Curr Addict Rep*. 2015;2(2):175-84. DOI: <https://doi.org/10.1007/s40429-015-0056-9>
8. Tamayo W A, García F, Quijano NK, Corrales A, Moo JA. Redes sociales en internet, patrones de sueño y depresión. *Enseñ Invest Psicol*. 2012 [acceso 25/10/2024];17(2):427-36. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29224159005>
9. Latha K, Meena KS, Pravitha MR, Dasgupta M, Chaturvedi SK. Effective use of social media platforms for promotion of mental health awareness. *J Educ Health Promot*. 2020;9(1):124. DOI: https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_90_20
10. Saman JA, Valinejadi A, Mohammadi S, Karimpor H, Mirzaei M, Kawyannejad R. Assessment of relationship between the use of cell phone and social networks and sleep quality in students of medical sciences: A cross-sectional study. *Interv Med Appl Sci*. 2020;11(3):131-5. DOI: <https://doi.org/10.1556/1646.10.2018.30>
11. Puma-Chavez N, Quispe-Escobar J, Hurtado-Mazeyra A, Llorente Cejudo CL. Use of social networks in university studies: A Peruvian case study. *Educ Sci*. 2022;12(12):893. DOI: <https://doi.org/10.3390/educsci12120893>
12. Estrada EG, Paricahua JN, Velásquez L, Paredes Y, Quispe R, Farfán M, *et al*. Adicción a internet en estudiantes de una universidad privada peruana durante la pandemia por COVID-19. *AVFT*. 2022. DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.6944934>
13. Şahin C. Social Media Addiction Scale-Student form: The reliability and validity study. *Turk Online J Educ Technol*. 2018 [acceso 25/10/2024];17(1):169-82. Disponible en: <https://eric.ed.gov/?id=EJ1165731>
14. Cohen J. *Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences*. 2 ed. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers; 1988.
15. Alfaya MA, Abdullah NS, Alshahrani NZ, Alqahtani AAA, Algethami MR, Al Qahtani ASY, *et al*. Prevalence and determinants of social media addiction among medical students in a selected university in Saudi Arabia: A cross-sectional study. *Healthcare (Basel)*. 2023;11(10):1370. DOI: <https://doi.org/10.3390/healthcare11101370>

16. Akyakar B, Hasde M, Karaismailoğlu E. Relationship between social media addiction level and nutritional status in students of the faculty of health sciences. *Gulhane Med J*. 2024;6(2):79-85. DOI: <https://doi.org/10.4274/gulhane.galenos.2023.86094>
17. Paguay Balladares WJ, Morocho Ocaña GA, Pereira Salcedo JR, Rodríguez Castillo NE, Game Mendoza KM, Vinuesa Burgos Gd. Perfectivas de la comunicación en salud (información, instrucción e integración). Criterios en el entorno guayaquileño. *Rev Cub Inv Bioméd*. 2024 [acceso 25/10/2024];43. Disponible en: <https://revibiomedica.sld.cu/index.php/ibi/article/view/3208>
18. Lai F, Wang L, Zhang J, Shan S, Chen J, Tian L. Relationship between social media use and social anxiety in college students: Mediation effect of communication capacity. *Int J Environ Res Public Health*. 2023;20(4):3657. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph20043657>
19. Zhuang J, Mou Q, Zheng T, Gao F, Zhong Y, Lu Q, *et al*. A serial mediation model of social media addiction and college students' academic engagement: the role of sleep quality and fatigue. *BMC Psychiatry*. 2023;23(1):333. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12888-023-04799-5>
20. Kolhar M, Kazi RNA, Alameen A. Effect of social media use on learning, social interactions, and sleep duration among university students. *Saudi J Biol Sci*. 2021;28(4):2216-22. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.sjbs.2021.01.010>

Conflicto de intereses

Los autores declaran no tener conflicto de intereses.

Contribución de los autores

Conceptualización: Jose Fuentes-López.

Curación de contenidos y datos: Yudi Yucra-Mamani, Huguette Fortunata Dueñas-Zúñiga, Katia Natalia Barrientos-Paredes y Zaida Esther Callata-Gallegos.

Metodología: Jose Fuentes-López

Redacción-borrador original: Jose Fuentes-López.

Redacción-revisión y edición: Jose Fuentes-López, Yudi Yucra-Mamani, Huguette Fortunata Dueñas-Zúñiga, Katia Natalia Barrientos-Paredes y Zaida Esther Callata-Gallegos.