

Adicción a las redes sociales y ansiedad en grupos narcóticos anónimos

Social media addiction and anxiety in anonymous narcotics groups

Fecha de recepción: 2025-02-24 • Fecha de aceptación: 2025-02-25 • Fecha de publicación: 2025-03-10

Jenny Fernanda Tamayo Bonilla¹

Universidad Israel, Quito, Ecuador

fertamayo1721@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0003-4188-6290>

RESUMEN

La adicción a las redes sociales es un fenómeno psicoeducativo que afecta el bienestar emocional y social de los individuos generando consecuencias negativas en su salud mental. El objetivo de esta investigación fue establecer la relación entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad en grupos narcóticos anónimos relacionados al contexto ecuatoriano particularmente en la provincia de Tungurahua. La investigación fue de carácter cuantitativo de tipo descriptivo- correlacional y para evaluar los datos se utilizó el inventario de Adicción a las redes sociales y el cuestionario de Ansiedad de Beck validados en una muestra de 60 personas de grupos Narcóticos Anónimos. Con el 95% de confiabilidad la adicción a las redes sociales abarcó el 67% con 33 participantes, mientras que el 62% con 46 participantes interpreta Ansiedad Alta, obteniendo una correlación positiva de un valor de ($r = 0.396$, $p < 0.001$). Las interpretaciones de estos resultados detectaron que un mayor uso de plataformas sociales está asociado con un aumento en los niveles de ansiedad.

PALABRAS CLAVE: adicción, redes sociales, salud Mental, ansiedad

ABSTRACT

Addiction to social networks is a psychoeducational phenomenon that affects the emotional and social well-being of individuals, generating negative consequences on their mental health. The objective of this research was to establish the relationship between addiction to social networks and anxiety in anonymous narcotic groups related to the Ecuadorian context, particularly in the province of Tungurahua. The research was of a quantitative, descriptive-correlational nature and to evaluate the data, the Social Network Addiction inventory and the Beck Anxiety questionnaire were used, validated in a sample of 60 people from Narcotics Anonymous groups. With 95% reliability, addiction to social networks covered 67% with 33 participants, while 62% with 46 participants interpreted High Anxiety, obtaining a positive correlation of a value of ($r = 0.396$, $p < 0.001$). The interpretations of these results detected that greater use of social platforms is associated with an increase in anxiety levels.

KEYWORDS: addiction, social networks, mental health, anxiety

Introducción

“La adicción a las redes sociales ha generado en los usuarios la ansiedad constante por permanecer conectados a sus dispositivos electrónicos en todo momento” (Ciacchini et al., 2023). El uso de dispositivos electrónicos permite una gran conexión entre personas, sin embargo, involucra una gran demanda de tiempo, por lo que disminuye el estado de concentración en actividades, especialmente por el uso de las plataformas de contenido dinámicas. Esto puede perjudicar el nivel de interés en el ámbito educativo, familiar y social.

Para comprender la magnitud de la problemática, se evidencian datos a nivel mundial. Según el informe anual digital Kemp (2022) aproximadamente 24,620 millones de personas, equivalentes al 62,5 % de la población utilizan redes sociales, lo que representa un aumento del 10% en el último año, de los cuales el 67% se conecta por dispositivos celulares y apenas el 33% a través del computador portátil.

En América Latina, se registra 367,4 millones de usuarios en el año 2024, experimentando un aumento del 77,8% en la prevalencia de las plataformas sociales (Agudelo, 2022). De acuerdo con el análisis de gestión de redes sociales, se identifica a Facebook con el 50%, Instagram 31.3% y Tiktok, 18,8% como las plataformas más utilizadas alrededor del mercado latinoamericano.

En países como Perú, Chile, Argentina, Cuba y Bolivia utilizan el 61% de su tiempo en páginas como WhatsApp (83%) y Twitter (59%) como objeto de distracción, dejando de lado actividades diarias como el deporte, tareas escolares, actividades en familiares, labores domésticas y el descanso apropiado.

En Ecuador, existe una tendencia de 13,60 millones de individuos con acceso a las plataformas digitales, lo que contribuye al 76,72% del total de la población (Solano et al., 2023). Según Chacon y Zapana (2024), Azuay ha registrado el mayor porcentaje, alcanzando un 95,45%, seguido de Loja con el 93,87% y Cañar en el 92,23% obteniendo el tercer lugar. Es por eso que el uso inadecuado puede impactar negativamente en la funcionalidad de los individuos.

1.1. Redes sociales

El uso redes sociales es un patrón problemático de comportamientos que involucra el uso compulsivo y excesivo de las plataformas virtuales que conlleva efectos adversos en su salud mental y funcionamiento cotidiano (Kim, 2017).

Las redes sociales son de uso cotidiano en la última década. Cada vez está instaurado el avance de la tecnología con modelos nuevos de celulares, drones y pantallas; de igual forma, sucede con las redes virtuales, se instauró en primera instancia Friendster, LinkedIn, MySpace, seguido por las redes sociales más populares hasta el momento, Facebook, Instagram, Twitter, Tiktok (Amado, 2021).

La rebelión de las redes sociales se comparte en dos facetas, la primera es la ayuda a la comunicación, el entretenimiento, marketing y mantener a las personas informadas. Sin embargo,



la segunda condición se ha vuelto una lucha en la divulgación de información alterada, los estigmas creados, el acoso, la violencia psicológica y emocional.

Según Valencia-Ortiz et al. (2020), la adicción a las redes sociales se evidencia desde aspectos conductuales como:

- **Uso compulsivo:** se caracteriza por necesidad de revisar plataformas, y se involucra la pérdida de control por el tiempo dedicado a las redes sociales interfiriendo en la vida diaria de la persona como estudio, laboral, familiar.
- **Tolerancia:** se refiere al aumento de la cantidad invertida en utilizar las redes virtuales para lograr un nivel más elevado de satisfacción. Envuelve la búsqueda de información interesante y larga hasta llegar a extremos negativos en la vida cotidiana del ser humano.

1.2. Ansiedad

La ansiedad es una emoción de estado natural del ser humano; sin embargo, si existe en mayor prolongación e intensidad se vuelve un problema por la falta de gestión, lo que convierte en una afección psicológica. Los síntomas de la ansiedad se caracterizan por sentimiento de preocupación, irritabilidad, dificultad para concentrarse, dificultad para conciliar el sueño (Valencia Ortiz et al., 2021).

La ansiedad está relacionada con factores biológicos, psicológicos, genéticos, ambientales; entre más intensidad radique, la prolongación de obtener trastorno de ansiedad es mayor. Por eso, la importancia de gestionar a la ansiedad mediante técnicas de autocuidado como hacer ejercicio, realizar ejercicios de respiración, reducción de alimentos que tengan cafeína, y alcohol. Uno de los grandes efectos para el menor riesgo de enfermedad es salir de la rutina, puesto que algunas situaciones contraen estrés y angustia.

Por otra parte, existen varios tipos de ansiedad: *ansiedad generalizada*, se visualiza en cualquier situación del diario vivir, por ejemplo, estrés académico, familiar, o relaciones personales; *ansiedad social*: se da en contextos de interacción con otras personas, por lo general teme a las observaciones expuestas y subestiman las habilidades sociales; *agorafobia*: se define como el miedo persistente a estar espacios públicos, por ejemplo, usar el transporte público, conferencias, talleres etc; *crisis de angustia*: Es también conocida como los ataques de pánico siendo el más evidente por síntomas físicos como la sudoración, temblor, náuseas.

1.3 Adicción a las redes sociales y la ansiedad

Diversos estudios han mencionado una estrecha relación entre estas dos variables como el de Marín et al.(2021) quienes presentaron una menor calidad de vida en personas consumidoras de sustancias en relación a la ansiedad. Igualmente, el estudio de Vera et al. (2024) que conecta la salud mental con este tipo de adicción, puesto que en la última década las personas muestran un alto índice de ansiedad y estrés por permanecer en una interacción virtual.

Baños (2020) destacó que la utilización frecuente de plataformas puede estar vinculada a un mayor nivel de síntomas de ansiedad con comportamientos compulsivos por el uso de las redes sociales. Asimismo, Chóliz y Marcos (2020) respaldaron la idea de que las adicciones por sustancias tienen similitud por parte de los comportamientos y la interrupción de su funcionalidad diaria.

De igual forma los estudios de Quevedo y Ponce (2023); Bajaña y García (2023); Arica y Olazabal (2023); Barreto (2023) revelaron que los individuos que manejan las redes sociales con regularidad tienden destacar de baja autoestima y ansiedad, debido a las críticas sociales y comparaciones entre ambas. Estas y otras problemáticas similares acaban impactando la salud pública, particularmente en términos psicológicos y emocionales.

Es relevante mencionar en el estudio de United Nations Office on Drugs and Crime (2021) a las teorías implicadas como la del aprendizaje social y la teoría conductual, puesto que tienen una amplia asociación en los comportamientos observables y el aprendizaje de las conductas en la adicción, entre ellas:

- Condicionamiento Clásico: asocia el estímulo (lugares, personas, olores) con el placer y el desagrado al consumo de sustancias.
- Condicionamiento Operante: se utiliza reforzamientos para evitar el consumo o reducir los síntomas de ansiedad y abstinencia en las personas consumidoras de sustancias.

Al igual que de aprendizaje puede tener un impacto notable en la formación de conductas adictivas y en la gestión de la ansiedad por parte de los individuos, especialmente en entornos donde los modelos de comportamiento están fácilmente disponibles y son prominentes como ocurre en las plataformas de redes sociales.

El estudio de Yovera (2023) reveló que las conductas adictivas están asociada a componentes patológicos, lo que manifiesta que el uso incontrolado es impulsado por una necesidad emocional, por lo que concuerda con Bermúdez Yépez et al. (2023) por la cantidad de tiempo dedicado a estas plataformas. Así, han identificado que estos comportamientos pueden llevar a las personas a descuidar sus obligaciones, especialmente en actividades escolares: satisfacción, dificultades, obsesión y aislamiento.

En función a lo expuesto, el objetivo de la investigación fue establecer la correlación de las adicciones a las redes sociales y la ansiedad en grupos de narcóticos anónimos, relacionados al contexto ecuatoriano particularmente en la provincia de Tungurahua.

Metodología

El estudio fue cuantitativo de tipo descriptivo-correlacional y de corte transversal, debido a la recopilación de datos estadísticos por medio de instrumentos estandarizados. Se aplicó un diseño no experimental, dado que las variables no fueron manipuladas de manera directa. Esto implicó



examinar las características de los participantes y evaluar la relación entre las variables en único momento (Gallardo y Calderon, 2017).

La población estuvo compuesta por 80 adultos pertenecientes a los grupos de narcóticos anónimos, los cuales fueron seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia. Entre edades de 18 a 60 años, que debieron cumplir los criterios de inclusión: pertenecer a un grupo Narcótico Anónimo, tener la habilidad de lectoescritura y aceptar el consentimiento informado. Por otra parte, se excluirá a las personas que tengan afecciones mentales y procesos judiciales que puedan afectar la responsabilidad de evaluación y el análisis de datos.

El instrumento para evaluar la adicción a las redes sociales se utilizó el cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) en su versión adaptada y creada por Ecurra y Salas (2021); esta cuenta con un Alfa de Cronbach de 0.95, conformado por 24 preguntas mediante una escala Likert, que obtiene cinco opciones de respuesta: casi siempre, nunca, siempre, regularmente. La administración del instrumento se dividió en 3 sub-escalas de evaluación: Aspecto I, obsesión a las redes sociales de pensamiento constante, ítems 2,3,5,6,15,19,22,23; Aspecto II, falta de control con la interrupción de actividades cotidianas ítems 11,12,4,20,24,4; Aspecto III, uso ocasional se involucra a las redes sociales ítems 8,1,10,16,21,17,9.

La interpretación en la sumatoria se destaca en la siguiente escala:

Puntuación entre 0 y 10 = Uso ocasional de las redes sociales

Puntuación entre 20 y 34 =Falta de control.

Puntuación entre 35 y 50=Adicción de las redes sociales.

Para medir la Ansiedad se empleará el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI), compuesto por 21 preguntas en escala Likert en su versión adaptada por Vizioli y Pagano (2020), cuenta con un Alfa de Cronbach de 0.88 validado, cada ítem se puntúa de 0 a 3, correspondiendo la puntuación 0 a "en absoluto", 1 a "levemente, no me molesta mucho", 2 a "moderadamente, fue muy desagradable, pero podía soportarlo" y la puntuación 3 a "severamente, casi no podía soportarlo".

El instrumento tiene un valor asignado en cada respuesta que va de 0-3 puntos, en la sumatoria para la interpretación se denomina en la siguiente escala:

Puntuación entre 0 y 15 = Ansiedad Leve

Puntuación entre 16 y 25 = Ansiedad Moderada.

Puntuación entre 26 y 35= Ansiedad Grave

La técnica de recolección de información fue por medio de un link de Google Forms, en el que se detallara la explicación y el consentimiento informado a los grupos. Seguido del análisis de

los datos evaluados mediante la aplicación Jamovi, con el fin de mantener y controlar el sesgo de error en los resultados, posterior la descripción de los cuestionarios a valorar y finalmente el agradecimiento por la participación guardando el anonimato de los usuarios.

Resultados

Al cumplir con la etapa de evaluación del estudio recopilando una muestra de 60 usuarios, como se muestra en la *Tabla 1*, a quienes se les administró los cuestionarios de adicción a las redes sociales. El inventario de ansiedad de Beck se presentó la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov, la cual indica una distribución no normal.

Tabla 1

Prueba de Normalidad.

Variable	N	Kolmogorov-Smirnov	Valor p
Adicción a las redes sociales	60	0.072	0.020
Ansiedad	60	0.212	0.027

La *Tabla 2* presenta los datos sociodemográficos recopilado de 60 participantes, implicando el 76.4% que oscilan edades entre los 31-60, así mismo el 41.4% poseen una instrucción secundaria y el 40.1% reflejan su estado civil soltero.

Tabla 2

Datos Sociodemográficos.

Edad	Frecuencias	% del Total
(18-30)	16	23,6%
(31-60)	44	76.4%
Instrucción	Frecuencias	% del Total
SUPERIOR	47	33.8%
SECUNDARIA	10	41.4%
PRIMARIA	3	24.8%
Estado civil	Frecuencias	% del Total
SOLTERO	22	40.1%
CASADO	14	31.0%
DIVORCIADO	11	15.0%
UNIÓN LIBRE	13	13.9%

En la *Tabla 3* se abarca los niveles de adicción a las redes sociales en los grupos narcóticos anónimos. El 67% con 33 participantes refleja adicción a las redes sociales, mientras que el 20% con 16 evaluados informaron la falta de control, de igual manera el 13% con 11 personas mencionan el uso ocasional de las redes sociales.

Tabla 3

Nivel de Adicción a las Redes Sociales.

Interpretación	Participantes	Porcentaje
Adicción a las redes sociales de 35-50	33	67%
Falta de control a las redes sociales 20-34	16	20%
Uso ocasional a las redes sociales <10	11	13%

En la *Tabla 4* representa los niveles de ansiedad en los grupos narcóticos anónimos. El 62% con 46 participantes interpreta Ansiedad Alta, mientras que el 28% con 8 evaluados poseen Ansiedad Moderada, de igual manera el 10% con 6 personas ostentan Ansiedad Leve.

Tabla 4

Niveles de Ansiedad.

Ansiedad	Participantes	Porcentaje
Ansiedad Alta de 26-35	46	62%
Ansiedad Moderada de 16-25	8	28%
Ansiedad Leve <15	6	10%

En la *Tabla 5* se observa una correlación significativamente positiva entre la adicción a las redes sociales con un valor de ($r = 0.396$, $p < 0.001$), lo que indica que, a mayor ansiedad alta, existe un aumento de la adicción a las redes sociales. Por otra parte, no existe correlación significativa entre ansiedad moderada y leve con la falta de control el uso ocasional.

Tabla 5*Correlación entre Adicción a las Redes Sociales y Ansiedad en Grupos Narcóticos Anónimos.*

		Adicción a las redes sociales	Falta de control	Uso ocasional
Ansiedad Leve	R de Pearson	-0.078	-0.013	-0.143
	valor p	0.151	0.380	0.343
Ansiedad Moderada	R de Pearson	-0.121*	-0.106	-0.152
	valor p	0.122	0.129	0.102
Ansiedad Alta	R de Pearson	0.396***	-0.128	-0.364
	valor p	<.001	0.112	0.105

Nota. * $p < .05$, ** $p < .01$

3.1. Discusión

Bermúdez et al. (2023); Bajaña y García (2023) concuerdan con los resultados, puesto que la adicción a las redes sociales incrementa también el uso de videojuegos en línea, debido a la proporción de comunicación en el instante.

De igual forma Troya et al. (2022); Aucapiña y Campodónico (2024); Vera et al. (2024) evidenciaron la relación de las variables. Debido al abuso de plataformas en el que puede llegar a dificultades en la salud mental en la orientación y la capacidad de desarrollar riesgos durante la navegación.

Asimismo, Anaya (2022); Pérez et al. (2021) mostraron que las redes sociales y la ansiedad puede enfocarse en riesgos para la población por el índice en trastornos mentales con relación a las dificultades en conductas alimentarias restrictivas, debido a la inconformidad corporal y la comparación social. En la misma línea Rodríguez et al. (2024) observaron comportamientos por el uso de redes sociales en exceso, puesto que lo relaciona con la provocación de trastornos del sueño, y el trastorno obsesivo compulsivo. Esto genera la dificultad de conciliar el sueño y el constante tiempo de revisar publicaciones.

Finalmente, la relación con los grupos narcóticos anónimos muestra la comorbilidad en adicciones, puesto que ambas refuerzan el ciclo de patrones conductuales compulsivos y coordinando con aspectos especializados e individualizados (Zuleta et al.,2024).

Conclusiones

Los resultados del presente estudio en grupos de narcóticos anónimos demostraron la correlación positiva entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad, siendo predominante esta última como alta. De igual forma, existe una dirección bilateral entre variables detectando que un mayor uso de plataformas sociales asociado con un aumento en los niveles de ansiedad.

Igualmente se contextualizó y analizaron los fundamentos teóricos mediante la revisión de la literatura. Esto permitió una base sólida para la investigación, destacando la influencia que posee la adicción a las de redes sociales en la salud mental en grupos de Narcóticos Anónimos. Además, mediante el análisis de documental teórico se pudo diferenciar aspectos de uso, abuso y dependencia que influyen en las variables y en el proceso que mantienen los miembros de estos grupos.

La elaboración del estudio resaltó la necesidad de profundizar en cómo la adicción a las redes puede actuar como un factor de riesgo o desencadenante en la población valorada y pueda contribuir en el desarrollo de métodos eficientes de tratamiento y apoyo, adaptado las dinámicas en la similitud de patrones observados en estos grupos N.A

Referencias

- Agudelo, M. (2022). *El estado de la digitalización de américa latina frente a la pandemia del covid-19*. CAF.
- Amador, C. (2021). Influencia de la adicción a las redes sociales en la reprobación escolar de estudiantes de nivel licenciatura. *CienciaUAT*, 16(1), 62–72. <https://doi.org/10.29059/cienciauat.v16i1.1510>
- Anaya, V. (2022). *Emociones construidas a través de las redes sociales que influyen en la vida del adolescente: revisión sistemática* [Tesis de grado, Universidad Cooperativa de Colombia]. Repositorio Institucional. <https://hdl.handle.net/20.500.12494/45558>
- Arica, L. y Olazabal, L. (2023). *Adicción a las redes sociales y estados de ánimo en estudiantes de psicología de una universidad privada de Chiclayo, 2022* [Tesis de grado, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio Institucional. <http://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/10564>
- Aucapiña, E. y Campodónico, N. (2024). Revisión sistemática sobre la influencia de las redes sociales en la autoestima de los adolescentes. *Revista de Psicología UNEMI*, 73-87. <https://pure.udem.edu.mx/es/publications/revisi%C3%B3n-sistem%C3%A1tica-sobre-la-influencia-de-las-redes-sociales-en>
- Bajaña, S. y García, A. (2023). Uso de redes sociales y factores de riesgo para el desarrollo de trastornos relacionados con la alimentación en España: una revisión sistemática. *Atención primaria*, 55(11). <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2023.102708>
- Baños, J. (2020). Uso de redes sociales y sintomatología depresiva en estudiantes universitarios. *Eureka*, 17(2). <https://psicoeureka.com.py/publicacion/17-2/articulo/13>
- Bermúdez, M., Manco, M., Medina, L., y Mendoza, A. (2023). *Relación entre el uso excesivo de redes sociales virtuales con manifestaciones de ansiedad en jóvenes universitarios* [Tesis de grado, Universidad Cooperativa de Colombia]. Repositorio Institucional. <https://hdl.handle.net/20.500.12494/53796>
- Chacon, L. y Zapana, F. (2024). *Tecnologías de la información y comunicación (tic) y gestión logística de una empresa importadora de Arequipa-2023* [Tesis de grado, Universidad Tecnológica de Perú]. Repositorio Institucional. <https://repositorio.utp.edu.pe/handle/20.500.12867/8460>
- Chóliz, M. y Marcos, M. (2020). *Detección temprana y prevención de adicciones tecnológicas en adolescentes*. Fundación MAPFRE.
- Ciacchini, R., Orrù, G., Cucurnia, E., Sabbatini, S., Scafuto, F., Lazzarelli, A., Miccoli, M., Gemignani, A., y Conversano, C. (2023). Social Media in Adolescents: A Retrospective Correlational Study on Addiction. *Children*, 10(2). <https://doi.org/10.3390/children10020278>

- Gallardo, E. y Calderon, C. (2017). Metodología de investigación: manuales autoformativos interactivo. Universidad Continental. <https://hdl.handle.net/20.500.12394/4278>
- González, E. y Villamar, N. (2022). Adicción a las redes sociales en jóvenes guayaquileños, Ecuador. *Revista Mí-dia e Cotidiano*, 16(2), 239-258. <https://doi.org/10.22409/rmc.v16i2.51634>
- Kemp, S. (26 de enero de 2022). Digital 2022: global overview report. *Datareportal*. <https://datareportal.com/reports/digital-2022-global-overview-report>
- Kim, J., Lee, S., Lee, D., Shim, S., Balva, D., Choi, K., Chey, J., Shin, S., y Ahn, W. (2022). Psychological treatments for excessive gaming: a systematic review and meta-analysis. *Scientific Reports*, 12. <https://doi.org/10.1038/s41598-022-24523-9>
- Klimenko, O., Cataño, Y., Otalvaro, I., y Úsuga, S. (2021). Riesgo de adicción a redes sociales e internet y su relación con habilidades para la vida y socioemocionales en una muestra de estudiantes de bachillerato del municipio de envigado. *Psicogente*, 24(46). <https://doi.org/10.17081/psico.24.46.4382>
- López, M., Tapia, A., y Ruiz, C. (2023). Patologías y dependencias que provocan las redes sociales en los jóvenes nativos digitales. *Revista De Comunicación Y Salud*, 13, 1–22. <https://doi.org/10.35669/rcys.2023.13.e301>
- Marín, R., Fernández, C., Madrigal, E., Sánchez, R., Díaz, B., Rodríguez, S., Sánchez, R., Pérez, A., Hernández, D., y Szerman, N. (2021). Characterization of dual disorders in addiction treatment-seekers at mexican outpatient centers. *Actas Españolas de Psiquiatría*, 49(1), 1-10. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33533014/>
- Martínez, A. (28 de julio de 2023). Definición de Lectura. *Concepto Definición*. <https://conceptodefinicion.de/lectura/>. Consultado el 7 de enero de 2025
- Miñan G., Flores, J., Piñas, A., Suria, Y., Toledo, W., García, J., y Mejía, G. (2023). Academic stress and social network addiction in Peruvian university students. *Salud, Ciencia y Tecnología*, 3. <https://sct.ageditor.ar/index.php/sct/article/view/516>
- Pérez, R., Rodríguez, D., Colquepisco, N., y Enríquez, R. (2021). Consecuencias de la nomofobia en adolescentes: una revisión sistemática. *Revista Conrado*, 17(81), 203–210. <https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/view/1887>
- Portillo, V., Ávila, J., y Capps, J. (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. <https://revistacneipne.org/index.php/cneip/article/view/116>
- Quevedo, C. y Ponce, A. (2023). Adicción a las redes sociales y estado de ánimo en estudiantes universitarios. *LATAM Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades*, 4(2), 2367–2379. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i2.763>

- Rivera, A. (2023). Educación y tecnologías de la información: límites en el uso de las redes sociales. *Sophia*, 19(1). <https://doi.org/10.18634/sophiaj.19v.1i.1294>
- Rodríguez Puerta, A. (20 de mayo de 2020). Poslectura: características, para qué sirve, ejemplos. *Lifeder*. <https://www.lifeder.com/poslectura/>
- Rodríguez Vásquez, M., Vera, B., Ormaza, E., Carbache, C., Rodríguez, A., Román, A., Mora, J., Bracho, A., Rosillo, N., Romero, R., Villacorta, J., Ramos, R., Bracho, R., Bracho, M., Olgún, C., Velarde, D., Nieves, D., De la Paz, M., y Buelna R. (2024). Social networks and adolescent mental health: a literature review. *AG Salud*, 2. <https://agsalud.ageditor.org/index.php/agsalud/article/view/96>
- Salas, E., Vieira, C., y Manzanares, E. (2022). Adicción a las redes sociales y soledad en estudiantes universitarios limeños. *INFORMACION PSICOLOGICA*, (123), 2–14. <https://doi.org/10.14635/IPSIC.1926>
- Solano, G., Quintero, N., Cedeño, L., y Eras, S. (2023). Análisis de datos y tendencias emergentes en delitos informáticos en redes sociales en Ecuador. *Polo del Conocimiento*, 8(5), 1137-1153. <https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/5630>
- Troya, J., Perrián, N., y Sánchez, N. (2022). El impacto de las redes sociales en la salud mental: revisión bibliográfica. *Sanum: revista científico-sanitaria*, 7(1), 18-28. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8870904>
- United Nations Office on Drugs and Crime (2021). *World Drug Report 2021*. United Nations,
- Valencia Ortiz, R., Cabero, J., y Garay, U. (2021). Adicción a las redes sociales en estudiantes mexicanos: percepciones de discentes y docentes. *Revista tecnología, ciencia y educación*, (19), 103-122. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7933304>
- Valencia Ortiz, R., Cabero, J., y Garay, U. (2020). Modalidad de estudio, presencial o en línea, y la adicción a las redes sociales virtuales. *EduTec, Revista Electrónica De Tecnología Educativa*, (72), 1–16. <https://doi.org/10.21556/edutec.2020.72.1649>
- Valles, R. y García, C. (2019). El papel de las TIC para la actualización docente en una institución de Educación Superior. *Etic@anet*, 19(1). <https://doi.org/10.30827/eticanet.v19i1.11862>
- Vera, A., Vigo, D., Pajares, E., Bazualdo, E., y Urquiaga, T. (2024). Adicción a las redes sociales y salud mental en estudiantes de medicina en Perú. *Revista Vive*, 7(20), 475–486. <https://doi.org/10.33996/revistavive.v7i20.315>
- Vivanco, D. (2024). Adicción a las redes sociales, ansiedad y depresión en estudiantes de psicología de la PUCE-Ambato [Tesis de grado, Universidad Católica del Ecuador sede Ambato]. Repositorio PUCE. <https://repositorio.puce.edu.ec/handle/123456789/42157>



Vizioli, N. y Pagano, A. (2020). Adaptación del Inventario de Ansiedad de Beck en población de Buenos Aires. *Interacciones*. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S2413-44652020000300004&script=sci_abstract

Yovera, A. (2023). Salud mental de adolescentes: adicción a redes sociales. *Journal of Neuroscience and Public Health*, 3(3). <https://doi.org/10.46363/jnph.v3i3.2>

Zuleta, R., De la Rosa, J., y Manuel, J. (2024). El impacto del uso excesivo del teléfono inteligente en el rendimiento académico: una revisión sistemática de la literatura. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(3), 5216-5231. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9787335>

Copyright (2025) © Jenny Fernanda Tamayo Bonilla



Este texto está protegido bajo una licencia internacional [Creative Commons](#) 4.0.

Usted es libre para Compartir—copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato — y Adaptar el documento — remezclar, transformar y crear a partir del material—para cualquier propósito, incluso para fines comerciales, siempre que cumpla las condiciones de Atribución. Usted debe dar crédito a la obra original de manera adecuada, proporcionar un enlace a la licencia, e indicar si se han realizado cambios.

Puede hacerlo en cualquier forma razonable, pero no de forma tal que sugiera que tiene el apoyo del licenciante o lo recibe por el uso que hace de la obra.

[Resumen de licencia](#) – [Texto completo de la licencia](#)

