



**UNIVERSIDAD INDOAMÉRICA**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD Y BIENESTAR**  
**HUMANO**  
**CARRERA DE PSICOLOGÍA**

**TEMA:**

---

**ANSIEDAD Y ADICCIÓN A REDES SOCIALES EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE LA CIUDAD DE QUITO.**

---

Trabajo de titulación previo a la obtención del título de Licenciada en Psicología

**Autor**

Sáenz Rivera Johan Said

**Tutor**

Dr. Subía Arellano Andrés Fabricio

QUITO – ECUADOR

2024

**AUTORIZACIÓN POR PARTE DEL AUTOR PARA LA CONSULTA,  
REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL, Y PUBLICACIÓN  
ELECTRÓNICA DEL TRABAJO DE TÍTULACIÓN**

Yo, Johan Said Sáenz Rivera, declaro ser autor del Trabajo de Titulación con el nombre “Ansiedad y adicción a redes sociales en estudiantes universitarios de la ciudad de Quito”, como requisito para optar al grado de Psicología y autorizo al Sistema de Bibliotecas de la Universidad Indoamérica, para que con fines netamente académicos divulgue esta obra a través del Repositorio Digital Institucional (RDI-UTI).

Los usuarios del RDI-UTI podrán consultar el contenido de este trabajo en las redes de información del país y del exterior, con las cuales la Universidad tenga convenios. La Universidad Indoamérica no se hace responsable por el plagio o copia del contenido parcial o total de este trabajo.

Del mismo modo, acepto que los Derechos de Autor, Morales y Patrimoniales, sobre esta obra, serán compartidos entre mi persona y la Universidad Indoamérica, y que no tramitaré la publicación de esta obra en ningún otro medio, sin autorización expresa de la misma. En caso de que exista el potencial de generación de beneficios económicos o patentes, producto de este trabajo, acepto que se deberán firmar convenios específicos adicionales, donde se acuerden los términos de adjudicación de dichos beneficios.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Quito, a los 17 días del mes de febrero de 2024, firmo conforme:

Autor: Sáenz Rivera Johan Said

Firma: 

Número de Cédula: 1720214624

Dirección: Pichincha, Quito, Cotacollao.

Correo Electrónico: [johansaenz30@gmail.com](mailto:johansaenz30@gmail.com)

Teléfono: 0984968119

## APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Titulación “ANSIEDAD Y ADICCIÓN A REDES SOCIALES EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE LA CIUDAD DE QUITO” presentado por Sáenz Rivera Johan Said para optar por el Título de Licenciada en Psicología.

### CERTIFICO

Que dicho trabajo de investigación ha sido revisado en todas sus partes y considero que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la presentación pública y evaluación por parte del Tribunal Examinador que se designe.

Quito, 29 de enero del 2024



Firmado electrónicamente por:  
**ANDRES FABRICIO**  
**SUBIA ARELLANO**

Dr. Subía Arellano Andrés Fabricio

## DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD

Quien suscribe, declaro que los contenidos y los resultados obtenidos en el presente trabajo de investigación, como requerimiento previo para la obtención del Título de Licenciado en Psicología, son absolutamente originales, auténticos y personales y de exclusiva responsabilidad legal y académica del autor

Quito, 29 de enero del 2024

A handwritten signature in blue ink, appearing to read "Johan S.", is centered on the page. The signature is written in a cursive style with a period at the end.

.....  
Sáenz Rivera Johan Said  
1720214624

## APROBACIÓN TRIBUNAL

El trabajo de Titulación ha sido revisado, aprobado y autorizada su impresión y empastado, sobre el Tema: ANSIEDAD Y ADICCIÓN A REDES SOCIALES EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE LA CIUDAD DE QUITO, previo a la obtención del Título de Licenciado en Psicología, reúne los requisitos de fondo y forma para que el estudiante pueda presentarse a la sustentación del trabajo de titulación.

Quito, 29 de enero del 2024

.....

M. Sc. Pérez Pérez Paulina  
LECTORA

.....

M. Sc. Jirón Jiménez Jonathan  
LECTOR

## **DEDICATORIA**

Esta dedicatoria va para mi por el esfuerzo que he mostrado, por la valentía que he tenido para afrontar cada situación, cada adversidad que he pasado, para poder culminar y así cumplir cada obstáculo.

Esta dedicatorio va con gratitud hacia mi familia, cuyos apoyos incondicionales han sido mi faro; a mis compañeros, por brindarme su apoyo constante; y a mis profesores, por iluminar el camino del conocimiento. Esta tesis es un tributo a quienes han sido mis pilares en esta travesía académica.

A mi Padre que ha estado ahí en los mejores y peores momentos durante la etapa de mi carrera universitaria. Me ha apoyado económicamente a pesar de las dificultades que se han presentado, gracias Padre.

Sáenz Rivera Johan Said

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco por el tiempo, el apoyo y la paciencia que ha tenido mi tutor de tesis Andrés Fabricio Subía Arrellano y al profesor Luis Iriarte Pérez por su constante orientación sabia y apoyo constante, que han estado para atender cualquier duda que hayamos tenido, y por último agradezco a mis profesores, amigos y familiares, cuyo aliento y comprensión fueron fundamentales en este camino académico. Este logro no habría sido posible sin su valioso respaldo

## INDICE DE CONTENIDOS

PORTADA .....	I
AUTORIZACIÓN PARA EL REPOSITORIO DIGITAL.....	II
APROBACIÓN DEL TUTOR.....	III
DECLARACION DE AUTENTICIDAD.....	IV
APROBACIÓN TRIBUNAL.....	V
DEDICATORIA .....	VI
AGRADECIMIENTO .....	VII
INTRODUCCIÓN .....	15
MARCO METODOLÓGICO.....	22
RESULTADOS.....	28
DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.....	30
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	32



## ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico No. 1 Sexo.....	28
Gráfico No. 2 Edad .....	28
Gráfico No. 3 Estado civil.....	28
Gráfico No. 4 Tiene hijos.....	28

# **UNIVERSIDAD INDOAMÉRICA**

## **FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD Y BIENESTAR HUMANO**

### **CARRERA DE PSICOLOGIA**

#### **TEMA: ANSIEDAD Y ADICCIÓN A REDES SOCIALES EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE LA CIUDAD DE QUITO.**

**AUTOR:** Sáenz Rivera Johan Said

**TUTOR:** Dr. Subía Arrellano Andrés Fabricio

#### **RESUMEN EJECUTIVO**

Los avance científico y tecnológico obliga a las personas a tener síntomas de ansiedad y tener una constante interacción permanente con diversas plataformas, en la búsqueda de información e interacción social. En el presente estudio se busca determinar la relación de la ansiedad ante el uso de las redes sociales en estudiantes universitarios de la ciudad de Quito, considerando así los riesgos que presenta el uso excesivo de las plataformas del internet. La metodología es un paradigma positivista, método cuantitativo, diseño no experimental, con un eje transversal y un alcance correlacional. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Ansiedad de Beck y la Escala de adicción a redes sociales (ARS) con una muestra de 100 estudiantes universitarios. Los resultados muestran que la ansiedad y la adicción a redes sociales tienen una correlacion directamente proporcional de 0,256 con un nivel de significancia menor a 0,05 lo que determina que es estadísticamente significativo. Concluyendo así que la ansiedad guarda relación con la adicción a las redes sociales, se constata que una gran parte de la muestra siendo está el 51% de los encuestados existe un nivel de ansiedad severo, a mayores niveles de ansiedad, mayor es el nivel de adicción a las redes sociales, este es un indicativo de posibles complicaciones a futuro.

**DESCRIPTORES:** *Adicción, Redes sociales, Dependencia.*

**UNIVERSIDAD INDOAMÉRICA**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD Y BIENESTAR HUMANO**

**CARRERA DE PSICOLOGIA**

**THEME:** *Anxiety and addiction to social networks in university students from the city of Quito.*

**AUTHOR:** Johan Said Sáenz Rivera

**TUTOR:** Dr. Subía Arrellano Andrés Fabricio

**ABSTRACT**

Scientific and technological progress forces people to have anxiety symptoms and have a constant interaction with various platforms, in the search for information and social interaction. This study seeks to determine the relationship of anxiety about the use of social networks in university students in the city of Quito, considering the risks presented by the excessive use of internet platforms. The methodology is a positivist paradigm, quantitative method, nonexperimental design, with a transversal axis and a correlative scope. The instruments used were the Beck Anxiety Scale and the Social Media Addiction Scale (ARS) with a sample of 100 university students. The results show that anxiety and addiction to social networks have a directly proportional correlation of 0.256 with a level of significance less than 0.05 which determines that it is statistically significant. Concluding that anxiety is related to addiction to social networks, it is found that a large part of the sample feel is 51% of respondents there is a level of severe anxiety, higher levels of anxiety, higher is the level of addiction to social networks, this is an indication of possible future complications.

**KEYWORDS:** *Addiction, Social Networks, Dependence.*

# ANSIEDAD Y ADICCIÓN A REDES SOCIALES EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE LA CIUDAD DE QUITO.

*Anxiety and addiction to social networks in university students from the city of Quito.*

*Autor:* Johan Sáenz-Rivera  
[jsaenz@uti.edu.ec](mailto:jsaenz@uti.edu.ec)

*Tutor:* Andrés Subía-Arellano  
[correoinstitucional@uti.edu.ec](mailto:correoinstitucional@uti.edu.ec)

*Lector:* Jonathan Jirón-Jimenez  
[jonathanjiron@uti.edu.ec](mailto:jonathanjiron@uti.edu.ec)

*Lector:* Paulina Pérez-Pérez  
[pperez4@uti.edu.ec](mailto:pperez4@uti.edu.ec)

Trabajo de Titulación para  
la obtención del título de  
Licenciado/a en Psicología  
de la Universidad  
Indoamérica.

Modalidad:  
Investigación Cuantitativa.

Quito Ecuador.

## RESUMEN

Los avances científico y tecnológico obliga a las personas a tener síntomas de ansiedad y tener una constante interacción permanente con diversas plataformas, en la búsqueda de información e interacción social. En el presente estudio se busca determinar la relación de la ansiedad ante el uso de las redes sociales en estudiantes universitarios de la ciudad de Quito, considerando así los riesgos que presenta el uso excesivo de las plataformas del internet. La metodología es un paradigma positivista, método cuantitativo, diseño no experimental, con un eje transversal y un alcance correlacional. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Ansiedad de Beck y la Escala de adicción a redes sociales (ARS) con una muestra de 100 estudiantes universitarios. Los resultados muestran que la ansiedad y la adicción a redes sociales tienen una correlación directamente proporcional de 0,256 con un nivel de significancia menor a 0,05 lo que determina que es estadísticamente significativo. Concluyendo así que la ansiedad guarda relación con la adicción a las redes sociales, se constata que una gran parte de la muestra siendo está el 51% de los encuestados existe un nivel de ansiedad severo, a mayores niveles de ansiedad, mayor es el nivel de adicción a las redes sociales, este es un indicativo de posibles complicaciones a futuro.

**Palabras Clave:** *Adicción, Redes sociales, Dependencia*

## ABSTRACT

Scientific and technological progress forces people to have anxiety symptoms and have a constant interaction with various platforms, in the search for information and social interaction. This study seeks to determine the relationship of anxiety about the use of social networks in university students in the city of Quito, considering the risks presented by the excessive use of internet platforms. The methodology is a positivist paradigm, quantitative method, nonexperimental design, with a transversal axis and a correlative scope. The instruments used were the Beck Anxiety Scale and the Social Media Addiction Scale (ARS) with a sample of 100 university students. The results show that anxiety and addiction to social networks have a directly proportional correlation of 0.256 with a level of significance less than 0.05 which determines that it is statistically significant. Concluding that anxiety is related to addiction to social networks, it is found that a large part of the sample feel is 51% of respondents there is a level of severe anxiety, higher levels of anxiety, higher is the level of addiction to social networks, this is an indication of possible future complications.

**Keywords:** *Addiction, Social Networks, Dependence.*

Abril de 2024.

## 1. INTRODUCCIÓN.

La ansiedad es una respuesta natural del cuerpo al estrés, manifestándose a través de sentimientos de preocupación, nerviosismo o miedo. Puede ser una experiencia común pero cuando es persistente o intensa, puede interferir con la vida diaria y requerir atención. La psiquiatría y la psicología han sido principalmente responsables de explicar el fenómeno paradigmático de la ansiedad así mismo sus efectos (Clark y Beck, 2012).

La ansiedad ha afectado a una gran cantidad de personas en todo el mundo, ya que la ansiedad se manifiesta ante las emociones del ser humano y se relaciona con el miedo, la angustia y el estrés que puede provocar en el individuo (Sierra, Ortega y Zubeidat, 2003).

La ansiedad afecta a las emociones del ser humano de diversas maneras, interfiere en la adaptación, el impacto en la salud física, la ansiedad afecta a nivel corporal dando dolores de cabeza, tensión arterial y muscular, también la ansiedad afecta en la realización de actividades diarias, ya que los individuos presentan preocupaciones y miedos intensos, excesivos y persistentes (Dias Kuaik et al., 2018).

Los Trastornos de Ansiedad (Trastorno de Ansiedad) se caracterizan por miedos y preocupaciones excesivas en la vida, estas emociones afectan en la vida del individuo, siendo un factor de estrés ante la vida diaria (Delgado et al., 2021).

El aumento de trastornos mentales se ha convertido en un problema de salud pública, ya que la ansiedad puede causar trastornos psicológicos limitando las capacidades y relaciones sociales de las personas que lo padecen, estos trastornos son frecuentes en la niñez, adolescencia y en la edad adulta afectando así en las actividades cotidianas (Macias et al., 2019).

Según Macias et al., 2019, la ansiedad se caracteriza por la anticipación de una amenaza futura, originada por la percepción de estímulos generales que podría ser perjudiciales, dando lugar a un estado de nerviosismo, agitación, preocupación e hipervigilancia. Se ha conceptualizado como un mecanismo de respuestas fisiológicas y conductuales para evitar posibles daños. La perspectiva evolutiva, se considera un comportamiento adaptativo, parte de la supervivencia del

## Ansiedad y Adicción a redes sociales en estudiantes Universitarios de la ciudad de Quito

individuo, al mantenerse alejado de situaciones y lugares de riesgo.

No obstante, la ansiedad puede transformarse en un trastorno mental cuando esta reacción anticipatoria involuntaria e intensa ante una amenaza potencial, ya sea real o imaginaria, se manifiesta de manera recurrente. Los trastornos de ansiedad son respuestas que se vuelven persistentes y en ocasiones incontrolables afectando negativamente en su estilo de vida, la ansiedad es una patología que es clasificado como un transtorno psiquiátrico, el diagnostico depende del juicio clínico que evalúa el umbral de respuesta del individuo a estímulos desencadenantes externos e internos. Para dar una evaluación antes los niveles de ansiedad de los individuos, problemas psicológicos, problemas médicos, para determinar el grado de afectación que tiene el individuo se basan en los criterios clínicos del DSM (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders).

Según Monserrat et al, 2019, se menciona que los Trastornos de ansiedad (TA) son patologías que afecta al individuo, en su vida diaria. Según los datos obtenidos por la Organización Mundial de la Salud

(OMS), los trastornos de ansiedad son más prevalentes en mujeres sienten este el (7,7%), en el de los hombres es el (3,6%). La ansiedad es considerada como una respuesta mental ante amenazas, no obstante, cuando estas estas reacciones se vuelven recurrentes y cotidianas, es necesario identificar el grado de nivel de ansiedad que presenta y la naturaleza de la patología. Los trastornos de ansiedad es una enfermedad mental que es caracterizada por la presencia de miedo o ansiedad intensa y persistente en situaciones que no representan una amenaza, existen diferentes trastornos que pueden afectar la vida diaria de las personas, limitando su capacidad de realizar actividades cotidianas y así generando consecuencias físicas y psicológicas.

En la actualidad los trastornos de ansiedad son reconocidos como condiciones de salud mental que pueden afectar significativamente la vida cotidiana de una persona, dando anomalías en los núcleos cerebrales, la corteza prefrontal, el hipotálamo y el tronco encefálico. Actualmente estos trastornos de ansiedad son considerados problemas de salud mental legítimos y se abordan tanto desde la perspectiva médica como la terapéutica, utilizando así terapias como la cognitiva-

## Ansiedad y Adicción a redes sociales en estudiantes Universitarios de la ciudad de Quito

conductual, la medicación (Antidepresivos o ansiolíticos).

La clasificación de los Trastornos de ansiedad ante el DSM-V es la más utilizada para la detección de síntomas, los trastornos de ansiedad producen un miedo constante, angustia, preocupación, dando opresión en el pecho, afectando así a un deterioro significativo.

A continuación, se describe la sintomatología de los diferentes Trastornos de Ansiedad:

- Trastorno de Ansiedad por separación: Es un trastorno mental que se caracteriza por un temor persistente e intenso, este trastorno se produce ante la separación de una figura de apego, como un progenitor o una persona responsable del cuidado del individuo, este trastorno se manifiesta en niños y adolescentes y también puede afectar en adultos.
- Trastorno de Ansiedad social: Conocido también como fobia social, se caracteriza por presentar temor en situaciones sociales basadas principalmente en el escrutinio o evaluación por otros del desempeño del individuo, por ejemplo, grupos de

personas en público, miedo a fallar y ser juzgado.

- Trastorno de pánico: Son episodios repentinos de pánico con miedo e incomodidad intensa, que alcanzan un pico en pocos minutos y se asocia a síntomas somáticos como sudoración, temblor, falta de aliento, sensación de ahogo, palpitaciones.
- Trastorno de Ansiedad generalizada: Es el trastorno de ansiedad más común en adultos. Se diagnostica en casos de excesiva preocupación relacionada con eventos o con la actividad cotidiana durante la mayoría de los días en un periodo de seis meses. Se asocia con una inquietud constante, fatiga, dificultad para concentrarse, tensión muscular, interrupción o sueño insatisfecho. En promedio el inicio de este trastorno es alrededor de los 30 años.

Uno de los trastornos con mayor prevalencia en adolescentes es la ansiedad, relacionada directamente con problemas emocionales. Un estudio realizado en Guayaquil-Ecuador mostró que, de 183 adolescentes de 14 a 18 años, solo un 4 %

## Ansiedad y Adicción a redes sociales en estudiantes Universitarios de la ciudad de Quito

no presento ansiedad, mientras que un 42 % presentaron niveles moderados, 33 % leves y 21 % severos. Algunos trastornos de ansiedad afectan a las mujeres presentando mas tasas de prevalencia ligeramente más altas en ciertos trastornos, como el Trastorno de ansiedad generalizada (TAG) y los trastornos de pánico, mientras que los trastornos de ansiedad sociales pueden ser más comunes en hombres.

La organización Mundial de la Salud (OMS) define a la adicción como “ un conjunto de fenómenos psicicos”, son comportamientos adictivos, la adicción se destaca por la compulsión persistente a consumir la sustancia que genera adicción o participar en actividades a pesar de las consecuencias negativas, lo que refleja la pérdida de control sobre el comportamiento adictivo, siento una enfermedad física y psicoemocional (Méndez et al, 2017).

Valler y Matysiak (2005) citados por Echeverría (2013), cuando una persona cae en una adicción o una conducta adictiva, puede experimentar una sensación de vacío cuando no se encuentra involucrado en dicha conducta, lo que puede generar una dependencia emocional y social en la

adicción, el individuo puede experimentar una serie de cambios en su comportamiento, y puede ser causada por factores como la falta de motivación, presión social y exposición a situaciones de riesgo, no puede controlarla, afectando así al realizar actividades de su vida diaria, teniendo bajo rendimiento y un cansancio, lo que le generaría mal humor y comportamientos agresivos.

Small y Vorgan (2008) mencionan que la adicción causada por el uso excesivo del internet se conoce como un trastorno de adicción, es caracterizado por un uso compulsivo y descontrolado. La adicción al internet afecta en problemas con la salud mental, disminución del rendimiento académico o laboral, también se presentan dificultades en las relaciones interpersonales. Esta adicción puede generar ansiedad, depresión y aislamiento social. Es importante establecer límites saludables en el uso del internet para mantener un equilibrio en la vida diaria.

Con el tiempo las redes sociales, son plataformas utilizadas por niños, adolescentes y personas adultas, lo que ha provocado una caída en una adicción o conducta adictiva de varias maneras, el uso excesivo de las redes sociales pueden llevar



## Ansiedad y Adicción a redes sociales en estudiantes Universitarios de la ciudad de Quito

a una pérdida de tiempo afectando en sus actividades diarias, las redes sociales afecta negativamente en el autoestima del usuario que lo utiliza, ya que generan sentimientos de inadecuación y baja autoestima al comparar la vida de otros usuarios, el trastorno de sueño es un factor del uso de las redes sociales, este afecta en las horas de sueño, que genera problemas de salud mental como la depresión y la ansiedad (Sierra y Barrientos, 2021)

La adicción a redes sociales puede afectar negativamente en la salud mental de los adolescentes, el uso excesivo ha sido un aumento en la ansiedad y la depresión, el usar las redes sociales de manera compulsiva, crea una dependencia estar constantemente conectado y interactuar en las redes sociales, generando así presión y miedo de no estar activo, teniendo un aislamiento de su vida real (Moreira, et al., 2021).

Todas las adicciones se agrupan en una serie de desórdenes psicológicos, que afectan al individuo. La adicción a redes sociales puede ser causada por el empleo compulsivo del medio para crear una aprobación social, la baja autoestima, la insatisfacción personal, la depresión, la hiperactividad y el uso excesivo de las redes sociales pueden generar una sensación de

vacio cuando no se esta involucrada en dicha conducta, lo que genera una dependencia emocional y social en la adicción. El diseño adictivo de algunas plataformas contribuye al uso compulsivo, creando así insatisfacción ante el usuario (Hernández, Yáñez y Carrera, 2017).

González (2009) citado por Lombeida (2018), las adicciones a las redes sociales han emergido como un fenómeno significativo en la sociedad moderna, la accesibilidad constante de plataformas digitales, la validación social y la necesidad de conexión han contribuido al desarrollo de comportamientos adictivos.

Las redes sociales son el medio más utilizado por los adolescentes y jóvenes, el deseo de validación social y la fácil accesibilidad pueden contribuir a un uso excesivo de las redes sociales, esta adicción puede afectar negativamente la salud mental, como el sueño y las relaciones personales. Las redes sociales son ampliamente utilizadas por niños, adolescentes y generan adicción debido a su fácil acceso a todo tipo de contenido, la generación de una amplia red social, la pertenencia a un grupo. Los adolescentes son más propensos a caer en esta adicción

## Ansiedad y Adicción a redes sociales en estudiantes Universitarios de la ciudad de Quito

debido a su tendencia a la impulsividad, la necesidad de tener una influencia social amplia y una búsqueda de aprobación. El uso excesivo de las redes sociales se ha asociado a un aumento en la ansiedad y la depresión. (Flores, 2020).

Respecto a la adicción a redes sociales, Truyenque (2022) menciona dos puntos importantes: La adicción a redes sociales puede contribuir al aumento de estrés, ansiedad y depresión debido al uso excesivo de tiempo en las redes sociales, teniendo así una dependencia de la validación social. Un mal uso de las redes sociales afecta en la interacción entre individuos, al estar constantemente en las plataformas del internet, donde existe una red social para conocer gente, no se interactúa con las personas de nuestro alrededor cayendo así a ser propensos a tener una adicción a estas plataformas. El Segundo punto, redes sociales son un peligro constante ante la juventud ya que son adictivas a las plataformas, dificultan la interacción con la familia y da un deterioro a las habilidades interpersonales, lo que conduce a un comportamiento disocial en el individuo.

Escurra y Salas (2014) citados por Mohanna y Romero (2019), se menciona que durante la realización de los estudios tanto empíricos como de literatura especializada, se corrobora que la adicción al internet en las distintas plataformas, se asocian a un riesgo de trastornos emocionales, afectivos y psiquiátricos. Un factor clave es la ansiedad siendo esta la relación con las conductas adictivas de un individuo, ya que al establecerse un hábito se genera la necesidad incontrolable del uso de una adicción, en ese momento se desencadena la ansiedad, desarrollando así un comportamiento adictivo desarrollando ciertos estímulos y recompensas que atribuyen al desarrollo de la adicción, el uso de las plataformas en los individuos puede generar dopamina en el cerebro, creando así una sensación de placer.

Las redes sociales son plataformas que se encuentran constantemente actualizándose ante las necesidades que pueden presentar los individuos, para así brindar a los usuarios que utilizan estas plataformas un mejor servicio, motivándoles al uso del internet y el exceso de uso de las plataformas. El uso de las herramientas que ofrece el internet crea un flujo constante de contenido, manteniendo así a los usuarios entretenidos y proporcionando una

## Ansiedad y Adicción a redes sociales en estudiantes Universitarios de la ciudad de Quito

distracción fácil, esta combinación de imágenes, videos y sonidos en las redes sociales crea una experiencia sensorial atractiva que resulta adictiva (Mendoza, 2018).

El uso de las redes sociales ha afectado en la comunicación de los individuos, lo que ha repercutido considerablemente en los adolescentes, el tener acceso al uso del internet tiene un lado negativo, es una herramienta precursora de adicción, especialmente en los adolescentes ya que dan un uso excesivo brindando largo tiempo a estas plataformas, lo que quita la interacción con el medio, y dificulta la brecha comunicativa con interpersonal del individuo. Al experimentar repetidamente el uso excesivo de las redes sociales o las plataformas que brinda el internet, puede contribuir al desarrollo de comportamientos adictivos a las redes sociales al generar respuestas emocionales y psicológicas positivas (Romero, 2018).

El uso excesivo de las redes sociales los individuos utilizan las plataformas de comunicación que tienen como fin la interacción con otros usuarios, en el caso de los adolescentes tienden a abusar de las diferentes herramientas y plataformas que proporciona el internet, el uso excesivo ha

presentado riesgos ya que son precursoras para el desencadenamiento de trastornos ante la adicción a las redes sociales.

La adolescencia es una etapa crucial en el desarrollo del individuo, se presentan conflictos emocionales y conductuales que dificultan en su vida diaria, la gran influencia de las aplicaciones como (Facebook, Instagram, WhatsApp, TikTok, YouTube) siendo estas las plataformas más utilizadas por usuarios en la actualidad, estas herramientas brindan una interacción ante los diferentes intereses de la persona, presentan también colores llamativos ante los adolescentes, un diseño interactivo y fácil de usar. El fácil acceso, el funcionamiento, la posibilidad de acceder a todo tipo de contenido, los algoritmos de las redes sociales están diseñadas para mostrar contenido que sea relevante y atractivo para cada usuario, lo que lleva a una sensación de satisfacción y recompensa cuando se interactúa con ese contenido (Iñigo, 2020).

Debido a lo mencionado anteriormente, se plantean las siguientes preguntas de interés: ¿Cuál es la relación que existe entre la ansiedad y la adicción a redes sociales en estudiantes universitarios de la ciudad de Quito?; ¿Cómo se presentan los niveles de

## Ansiedad y Adicción a redes sociales en estudiantes Universitarios de la ciudad de Quito

ansiedad en los estudiantes universitarios de la ciudad de Quito?; ¿Qué niveles de adicción a las redes sociales tienen los estudiantes universitarios de la ciudad de Quito?; ¿Cómo se relacionan la adicción a redes sociales con los datos sociodemográficos (sexo, edad, semestre, carrera, estado civil, número de hijos) de los estudiantes universitarios de la ciudad de Quito?

Es crucial tener los conocimientos adecuados del tema, se puede sentar bases que servirán en un futuro para el establecimiento de pautas psicoeducativas que se puedan implementar en el desarrollo de la adolescencia, en relación a cuáles podrían ser algunos factores de riesgo que se generen niveles preocupantes de ansiedad y la permanencia constante del uso de las redes sociales. Es necesario aportar con esta investigación al conocimiento científico, para profundizar ante esta problemática y generar así soluciones para el desarrollo adecuado del individuo.

La investigación sobre Ansiedad y Adicción a redes sociales en Estudiantes Universitarios de la Ciudad de Quito, se justifica por diversas razones significativas. En primer lugar, en el área digital actual, las

redes sociales se han convertido en una parte integral de la vida de los jóvenes, influyendo en su bienestar emocional y su rendimiento académico. Comprender como la ansiedad y la adicción a las redes sociales se interrelacionan en esta población es crucial para abordar los desafíos psicológicos que enfrentan los adolescentes universitarios.

Este estudio es relevante debido al impacto en la salud mental de los jóvenes. La ansiedad es una preocupación creciente en esta etapa de la vida, las redes sociales actúan como un factor agravante. Al investigar la relación entre ansiedad y adicción a las redes sociales se puede proporcionar información valiosa para el desarrollo de estrategias de prevención y de tratamiento hacia los jóvenes. Esta investigación puede tener implicaciones prácticas en el ámbito educativo y de la salud. Los hallazgos podrían beneficiar a las instituciones académicas a implementar políticas y programas que promuevan un uso saludable de las redes sociales entre estudiantes universitarios, fomentando así su bienestar y éxito académico.

Con el fin de responder a las preguntas planteadas, se formuló el siguiente objetivo

# Ansiedad y Adicción a redes sociales en estudiantes Universitarios de la ciudad de Quito

general: Determinar la relación que existe entre la ansiedad y la adicción a redes sociales en estudiantes universitarios de la ciudad de Quito; y, como objetivos específicos: 1. Identificar los niveles de ansiedad en los estudiantes universitarios de la ciudad de Quito; 2. Describir las medidas de tendencia central de la adicción a las redes sociales que tienen los estudiantes universitarios de la ciudad de Quito; 3. Correlacionar la adicción a redes sociales con los datos sociodemográficos (sexo, edad, estado civil, tiene hijos) de los estudiantes universitarios de la ciudad de Quito.

## 2. MARCO METODOLÓGICO.

La presente investigación se apoya en el paradigma positivista es un enfoque de investigación que se basa en la recopilación de datos empíricos y cuantitativos para respaldar conclusiones científicas. Este enfoque se caracteriza por la objetividad y el énfasis en la medición cuantitativa de variables, busca comprobar una hipótesis mediante el uso estadístico. (Herrera, 2018).

Ricoy (2006), menciona que “el paradigma positivista se califica de cuantitativo, empírico - analítico, racionalista,

sistemático gerencial y científico tecnológico” (Ramos, 2015, p.14). La investigación es fundamental para la comprobación de hipótesis a través de métodos estadísticos o en la determinación de parámetros de una variable mediante la expresión numérica.

El paradigma positivista apoya a la investigación que apunte a un análisis, mediante una expresión numérica. Este paradigma sustenta a la investigación que tiene como objetivo comprobar una hipótesis por medios estadísticos o determinar los parámetros de las variables. (Ramos, 2015).

En el presente estudio se utilizó la metodología cuantitativa, esta metodología se caracteriza por el uso de métodos y técnicas que buscan aproximarse al conocimiento de la realidad a través del análisis de los datos cuantificables. (Medina, Quinteros y Valdez, 2013).

La metodología cuantitativa tiene como finalidad la explicación, generalización y confirmación de hipótesis, utilizando la estadística para el análisis de los datos obtenidos, esta metodología se realiza a

## Ansiedad y Adicción a redes sociales en estudiantes Universitarios de la ciudad de Quito

través de encuestas y cuestionarios. (Sampieri, Collado y Baptista, 2023).

Según Sampieri, Fernández y Baptista, (2014) el método de investigación que se centra en las medidas numéricas, este método utiliza la observación del proceso para una recolección de los datos, se analizan las respuestas que tiene la investigación. Este enfoque es utilizado en el análisis estadístico, que analiza la medición de parámetros, la frecuencia y la extracción de estadística según la muestra de la población.

El diseño descriptivo correlacional es una investigación sistemática que se centra en la naturaleza de las relaciones o asociaciones entre las variables, en lugar de la relación directa de la causa y efecto. Los diseños de correlación son típicamente transversales y se utilizan para examinar los cambios de una o mas variables. En este tipo de investigación se busca descubrir nuevos hechos y significados de una situación, sin la manipulación de la variable.

El alcance correlacional, se refiere a la investigación que busca determinar si existe una relación entre dos o mas variables, sin

profundizar en las causas de dicho vinculo. Este tipo de investigación es no experimental, lo que significa que el investigador no interviene en el proceso, representa datos estadísticos, se basa en un método científico (Cifuentes, 2016).

Los estudios correlacionales pretenden responder a preguntas de investigación, ya que tiene como finalidad conocer la relación o el grado de asociación que exista entre las variables, en un contexto particular. El enfoque correlacional, es evaluar el grado de asociación entre dos variables o más, miden cada una de las variables (presuntamente relacionadas), se procede a cuantificar y analizar la vinculación. Estas correlaciones se sustentan en hipótesis sometidas a prueba (Hernández, et al., 2010)

El alcance correlacional busca analizar la dirección, el grado, la magnitud y la fuerza que tiene la relación o asociación de variables. Los resultados de los estudios proporcionan los medios para establecer hipótesis que puedan ser probadas en estudios cuasi-experimentales y experimentales. Estos estudios experimentales se utilizan para probar hipótesis y se relacionan sobre un grupo experimental y uno de control, con esto se

## Ansiedad y Adicción a redes sociales en estudiantes Universitarios de la ciudad de Quito

busca determinar si existe una relación entre dos o mas variables

Para la recolección de información se utilizó la herramienta de (Google Forms) que se aplicó en estudiantes universitarios de la ciudad de Quito en los meses de noviembre y diciembre del presente año.

La muestra deber ser dirigida o intencional, la elección de los elementos no depende de la probabilidad sino de las condiciones para hacer un adecuado uso de la muestra. Para la selección de la muestra se realiza con mecanismos informales que no aseguran la total representación de la población, lo que implica que no es posible calcular con precisión el error estandar de estimación ni determinar el nivel de confianza con que se hace la estimación. Esto se debe a que no todos los sujetos tienen la misma probabilidad de ser seleccionados, lo que puede llevar a la no representatividad de todos los miembros de la población.

El muestreo no probabilístico es un método de selección de muestra en el que no todos los elementos de la población tienen la misma probabilidad de ser elegidos, este muestreo no puede calcular la probabilidad de que un elemento en particular sea seleccionado, este muestreo es dirigido a poblaciones o grupos específicos, donde se controla la selección

de sujetos según las características (Scharager, 2001).

El investigador es quien selecciona la muestra en el muestreo intencional y trata de que sea representativa, por lo que la representatividad depende de su "intención" y "opinión". Esta representación es subjetiva y puede ser difícil de determinar, el muestreo intencional es el muestreo por cuotas, en el que el entrevistador o encargado de obtener la información contacta a las unidades de análisis, de un número proporcional al de las condiciones de la población y son elegidas según la conveniencia.

En la presente investigación se tomó la muestra establecida de una población de 100 personas, entre ellos hombres y mujeres, de entre 18 a 40 años, las cuales deben ser estudiantes universitarios de instituciones públicas y privadas de la ciudad de Quito. La aplicación de los Instrumentos fue en los meses de noviembre y diciembre del presente año.

En este estudio participaron 100 personas, entre ellas 33 hombres y 67 mujeres, de entre 18 y 40 años, estudiantes universitarios de instituciones públicas y privadas de Quito. La aplicación de los

# Ansiedad y Adicción a redes sociales en estudiantes Universitarios de la ciudad de Quito

instrumentos fue en los meses de noviembre y diciembre del presente año.

## Criterios de Inclusión y Exclusión

### Criterios de Inclusión:

- Estudiantes universitarios de entre 18 a 40 años.
- Que estén cursando su carrera universitaria.
- Que hayan aceptado el consentimiento informado.
- Los/las participantes deben tener redes sociales activas.

### Criterios de Exclusión:

- Estudiantes menores de 18 años y mayores de 40 años de edad.
- Personas que presenten discapacidad intelectual que le impida la realización del test.
- Estudiantes que no hayan aceptado el consentimiento informado.

Se obtuvo una información de la que cumplió con los principios éticos de los psicólogos y el código de conducta de la APA. Este código exige que los psicólogos proporcionen orientación y reglas de conducta profesional, permitan la acción personal, la injusticia, la aplicabilidad y evitar la obsolescencia de las normas. También en la investigación se

consideraron los principios éticos de la declaración de Helsinki, los cuales enfatizan la protección de la vida, la salud, la dignidad y otros derechos de las personas participantes (APA, 2010).

En esta investigación se tomó en cuenta los principios éticos de la declaración de Helsinki, es fundamental proteger la vida, la salud, la dignidad, la integridad, el derecho a la autodeterminación, la intimidad y la confidencialidad de la información personal de las personas que participan en la investigación (Editorial, 2008).

El consentimiento informado en la participación de personas capaces de dar su consentimiento informado en la investigación médica debe ser voluntaria, ninguna persona capaz de dar su consentimiento informado debe ser incluida en un estudio, a menos que ella acepte libremente (Editorial, 2008).

En la investigación médica en seres humanos capaces de dar su consentimiento informado, cada participante potencial debe recibir información adecuada acerca del objetivo, métodos, posibles conflictos de intereses y la interacción que tendrá el paciente. El participante potencial debe ser informado del derecho de participar o no en la investigación y de retirar su



## Ansiedad y Adicción a redes sociales en estudiantes Universitarios de la ciudad de Quito

consentimiento en cualquier momento, sin exponerse a represalias (Editorial, 2008).

En la autonomía de las personas es respetar el derecho de mantener puntos de vista, a hacer elecciones y a realizar acciones basadas en valores y creencias personales. El respeto por la autonomía del paciente obliga a los profesionales a revelar información, a asegurar la comprensión y la voluntariedad y a potenciar la participación en la toma de decisiones (Juan Carlos Siurana, 2010).

Childress nos dan algunas reglas para tratar a las personas de manera autónoma:

- Decir la verdad.
- Respetar la privacidad de los demás.
- Proteger la confidencialidad de la información.
- Obtener consentimiento para las intervenciones a pacientes.
- Cuando te lo pidan, ayudar a otros a tomar decisiones importantes.

### No-maleficencia

Este principio se refiere a la obligación de no causar daño intencionalmente, este principio es esencial en la ética médica. Este principio de no dañar a otros se refiere a intereses físicos y psicológicos, como la salud y la vida (Juan Carlos Siurana, 2010).

Principios de la no-maleficencia:

- No mate.
- No cause dolor o sufrimiento a otros.
- No incapacite a otros.
- No ofenda a otros.
- No prive a otros de aquello que aprecian en la vida.

Los reactivos utilizados fueron el (Test de Ansiedad y de Adicción redes sociales). El inventario de Ansiedad de Beck es una herramienta útil para evaluar los síntomas somáticos de ansiedad. Este cuestionario consta de 21 preguntas y proporciona un rango de puntuación entre 0 y 63. Los puntos de corte sugeridos para interpretar el resultado obtenido son los siguientes:

- 00-21 ansiedad muy baja
- 22-35 ansiedad moderada
- Mas de 36- ansiedad severa

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 podría soportarlo” y la puntuación 3 a “severamente, casi no la podía soportar. La puntuación total es la suma de los ítems Sanz, Paz, Fortún, (2012).

# Ansiedad y Adicción a redes sociales en estudiantes Universitarios de la ciudad de Quito

La escala de Adicción a redes sociales (ARS), es desarrollada por Miguel Escurra Mayute y Edwin Salas Blas en la ciudad de Lima, Peru en 2014, fue validada en una muestra de 380 participantes. Este cuestionario consta de 24 ítems en una escala de Likert que va desde “Nunca”, “Rara vez”, “Algunas veces”, “Casi siempre” y “Siempre”, obteniendo una puntuación de 0 a 4. Este instrumento está conformado por tres partes la cual los autores González, Tortolero y Silva (2021), su aplicación puede ser individual o grupal, su estructura interna consta de 3 sub-escalas, las cuales son; Factor 1 Obsesión por las redes sociales, se califican los siguientes ítems 2, 3, 5, 6, 7, 13, 15, 19, 22, 23.

Factor 2 falta de control personal en el uso de las redes sociales, hace referencia a la falta de control ante el uso de las redes sociales, lo que da desesperación, se califican los siguientes ítems 4, 11, 12, 14, 20, 24.

Factor 3, denominado uso excesivo de las redes sociales, se refiere al tiempo de uso que tiene el individuo para controlar su uso a las redes sociales, se califican los siguientes ítems 1, 8, 9, 10, 16, 17, 18, 21.

Este instrumento utiliza la confiabilidad del alfa de cronbach de .91, .89 y .92, en cada

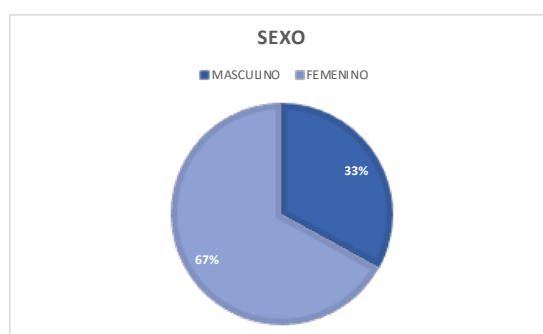
dimensión tiene un alta consistencia (Escurra y salas, 2014).

### 3. RESULTADOS.

Según esta investigación realizada a 100 encuestados, se describen las variables sociodemográficas.

Figura 1:

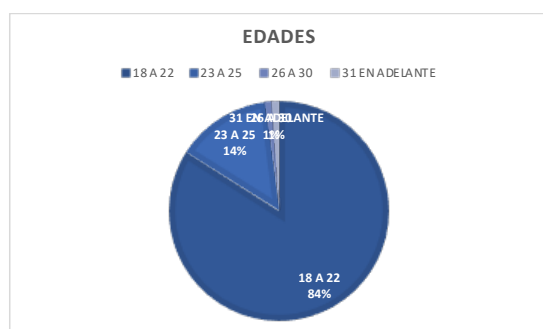
Sexo de los encuestados.



Según la gráfica, 67% de los encuestados, que representan 67 de la muestra de la población son de sexo Femenino, mientras que 33% que representa 33 personas de la muestra es de sexo masculino.

Figura 2:

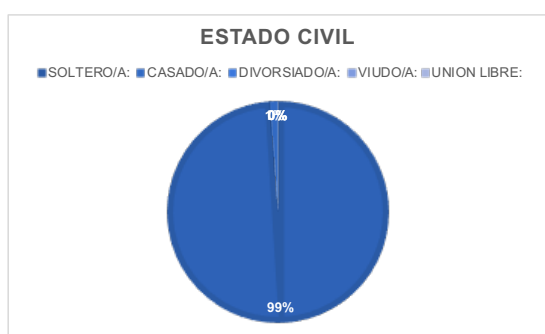
Edades de los encuestados.



# Ansiedad y Adicción a redes sociales en estudiantes Universitarios de la ciudad de Quito

Según la gráfica, el 84 % de los encuestados, que representan la mayoría, se encuentran entre 18 y 22 años, mientras que el 14 % entre 23 y 25 años, el 1 % entre los encuestados entre 26 y 30 años y el 1 % entre los encuestados entre los de 32 años.

Figura 3:  
Estado civil.



Según la gráfica, el 99% de los encuestados, que representan la mayoría, su estado civil es soltero/a, mientras que el 1% encuestados su estado civil es casado/a.

Figura 4:  
Tiene hijos.



Según la gráfica, el 93% de los encuestados, que representan la mayoría, no tienen hijos,

mientras que el 7% encuestados son padres de familia.

Figura 5:  
En relación al objetivo general de determinar la relación entre la ansiedad y la adicción a redes sociales en universitarios de Quito (Sáenz, 2023). Los resultados son los siguientes.

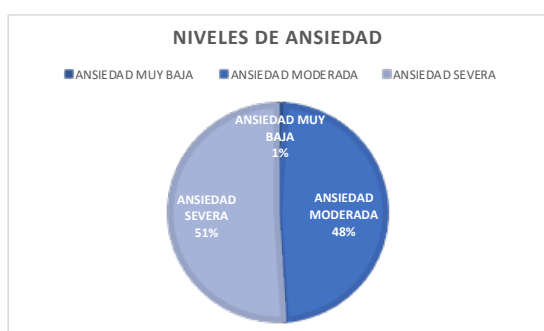
CORRELACIONES					
		ADICCIÓN A REDES SOCIALES	IN1OBSESION	IN2CONTROL	IN3EXCESO
ANSIEDAD	Correlación de Pearson	,256*	,248*	,224*	,242*
	Sig. (bilateral)	0,01	0,013	0,025	0,015
	N	100	100	100	100

La ansiedad y la adicción a las redes sociales tienen una correlación directamente proporcional de 0.256 con un nivel de significancia menor a 0.05 lo que determina que es estadísticamente significativo y las diferentes dimensiones de la adicción a redes sociales como la Obsesión a redes sociales tiene una correlación directamente proporcional de 0,248, la dimensión falta de control personal a las redes sociales tiene una correlación directamente proporcional de 0.224 y la dimensión del uso excesivo a redes sociales tiene una correlación

# Ansiedad y Adicción a redes sociales en estudiantes Universitarios de la ciudad de Quito

directamente proporcional de 0.242, las mismas tienen un nivel de significancia menor a 0.05 lo que determina que es estadísticamente significativo.

Figura 6:  
Identificar los niveles de ansiedad en los estudiantes universitarios de la ciudad de Quito.



Según la gráfica, el 51 % de los encuestados, que representan la mayoría, presentan ansiedad severa, el 48 % presentan ansiedad moderada y el 1 % presentan ansiedad muy baja.

Figura 7:  
Describir las medidas de tendencia central de la adicción a las redes sociales que tienen los estudiantes universitarios de la ciudad de Quito.

<b>MEDIA</b>	<b>35,78</b>
<b>MEDIANA</b>	<b>34</b>
<b>MODA</b>	<b>48</b>
<b>DESVIACIÓN</b>	<b>17,86</b>

## ESTANDAR

Según la gráfica presenta una media de 35.78, mientras que tiene una mediana de 34, una moda de 48 y una desviación estándar de 17.86.

Figura 8:  
Correlacionar la adicción a redes sociales con los datos sociodemográficos (sexo, edad, tiene hijos) de los estudiantes universitarios de la ciudad de Quito.

CORRELACIONES		SEXO	EDAD	HIJOS
ANSIEDAD	Correlación de Pearson	0,045	-0,023	0,087
	Sig. (bilateral)	0,66	0,819	0,388
	N	100	100	100

La ansiedad y los datos sociodemográficos (sexo, edad e hijos) no es estadísticamente significativo porque el nivel de significancia es mayor que 0,05.

## 4. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.

### DISCUSIÓN

En la presente investigación se da a conocer los resultados de varios estudios que muestran la vulnerabilidad ante el desencadenamiento de niveles de ansiedad que genera y el uso excesivo de redes sociales en estudiantes universitarios.

## Ansiedad y Adicción a redes sociales en estudiantes Universitarios de la ciudad de Quito

Según Reyes en (2021) nos indica que en un estudio realizado para determinar la relación entre adicción a redes sociales y ansiedad en estudiantes universitarios en la Universidad Autónoma de la Ciudad de Juárez, en este estudio se conto con la participación de 100 alumnos, 36 hombres y 64 mujeres, se aplico el cuestionario de adicción a redes sociales (ARS) y la escala de Ansiedad (AMAS-A). Los resultados obtenidos demostraron que la adicción a las redes sociales se relaciona significativamente con el nivel de ansiedad, de manera que los estudiantes que presentaron mayor adicción a las redes sociales también presentaron un mayor nivel de ansiedad. Al igual que en la presente investigación, la ansiedad y la adicción a las redes sociales tienen una correlación directamente proporcional de 0.256 con un nivel de significancia menor a 0.05 lo que determina que es estadísticamente significativo.

El estudio realizado por Trinidad y Varillas (2021) en una muestra de 215 estudiantes, se encontro que el 49% representaba niveles altos de ansiedad, seguido por un 39% y un 12% con niveles muy bajos de ansiedad. Además el 25% mostraba niveles medios y el 40% niveles bajos, mostrando así existe un gran porcentaje de la muestra

que presentan ansiedad. Al igual que en la presente investigación se aplico el instrumento de Ansiedad de Beck a 100 estudiantes universitarios, teniendo un 51% de los encuestados muestran un nivel de ansiedad severa, mientras que el 48% muestran un nivel de ansiedad moderado y un 1% de los encuestados muestra un nivel de ansiedad muy bajo. En los niveles de adicción a las redes sociales muestran una correlación directamente proporcional. Castillo menciona en (2021) que el desencadenamiento de la ansiedad en los estudiantes universitarios son las demandas del entorno académico, las cuales pueden generar pensamientos negativos sobre un posible fracaso.

La investigación realizada por García (2022), se aplico el instrumento del (ARS), a 100 estudiantes, pertenecientes al ciclo básico y bachillerato entre las edades de 11 a 19 años, los resultados obtenidos en el análisis de la escala de medidas de tendencia central de las dimensiones del instrumentos del (ARS) son obsesión por las redes sociales que nos da una media de (15,8), la dimensión de falta de control del uso de las redes sociales nos da una media de (10,59) y la dimensión de uso excesivo de las redes sociales nos da una media de (14,78), lo que sumando las tres dimensiones del instrumento (ARS) nos da

## Ansiedad y Adicción a redes sociales en estudiantes Universitarios de la ciudad de Quito

un total de media del (41,17). Lo que corrobora con la investigación actual, la aplicación del instrumento (ARS) nos da una media del (35,78), la suma total de las dimensiones del instrumento nos da que de 0-32 nos da un nivel bajo de adicción a redes sociales, de 33-64 nos da un nivel medio de adicción a redes sociales y de 65 en adelante nos da un nivel alto de adicción a redes sociales.

En una investigación de Peris, Maganto y Garaigordobil (2018) que, aplicando una escala para medir riesgo de adicción a redes sociales en estudiantes, en una muestra de 2417 participantes, se encontró que el género y la edad están asociados con los resultados, ya que existe una diferencia estadísticamente significativa. Los hombres obtuvieron puntuaciones totales de adicción más altas que las mujeres. Lo que contrasta con la investigación actual, en la que las variables sexo, muestra una correlación de 0,045 y un nivel de significancia de 0,66, en la edad muestra una correlación de -0,023 y un nivel de significancia de 0,819 y en la variable hijos muestra una correlación de 0,087 y un nivel de significancia de 0,388, lo que muestra que no tienen una correlación significativa con la adicción a redes sociales, esto puede deberse a la cantidad de la muestra de

ambas investigaciones, habiendo mayores posibilidades de correlación en una muestra más grande.

Se concluye en la presente investigación se constató que existe una correlación estadísticamente significativa entre las variables de ansiedad y adicción a redes sociales del 0,256 con un nivel de significancia menor a 0,05.

En esta investigación se aplicó el inventario de Ansiedad de Beck y se identificó que el 51% de los encuestados muestra un nivel de ansiedad severa, el 48% muestra un nivel de ansiedad moderada y el 1% tiene un nivel de ansiedad muy baja.

Al momento de aplicar el cuestionario de Adicción a redes sociales (ARS) se obtuvieron las siguientes medidas de tendencia central, con respecto a la dimensión de Media 35,78, Mediana 34, Moda 48 y Desviación estándar 17,86.

En los resultados obtenidos se manifiesta que no existe una correlación en la adicción a las redes sociales con los datos sociodemográficos como son el sexo, la edad y si tiene hijos. A pesar de que el sexo puede influir en la tendencia a participar en actividades relacionadas con el uso de las redes sociales, en esta

## Ansiedad y Adicción a redes sociales en estudiantes Universitarios de la ciudad de Quito

investigación en particular no parece tener un gran impacto en los resultados, lo mismo ocurre con la variable edad, la cual, a pesar de los cambios en el ámbito social, personal y académico, no parece ser un factor predominante en los niveles de adicción.

Se recomienda establecer una muestra con un mayor número para que los resultados obtenidos sean relevantes.

Establecer una variable diferente para el estudio de los procesos que tiene ansiedad y adicción es adultos.

Implementar en futuras investigaciones el método cualitativo, esto nos permitirá identificar los factores que cada estudiante universitario tiene y poder identificar problemáticas para tener una adicción.

Se recomienda utilizar estudios longitudinales que aporten aún mejor conocimiento en cuanto al estilo de vida

de una persona en relación a la adicción a redes sociales.

Dentro de las limitaciones se presentan dificultades para que los estudiantes universitarios puedan llenar el Google Forms y para realizar un análisis de resultados.

Existen pocas investigaciones que vinculen la ansiedad a redes sociales en estudiantes universitarios.

Dificultades por el bajo interés de los estudiantes en mostrar sus propios resultados en relación al nivel de ansiedad que presentan y a ser propensos de tener una adicción a las redes sociales.

Dificultad para tener una interpretación al instrumento de adicción a las redes sociales, ya que tenía varias dimensiones.

### REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

Asociación Americana de Asesoramiento. (2014). 2014 ACA código ético. <https://www.counseling.org/docs/default-source/default-document-library/2014-code-of-ethics-finaladdress.pdf>

Arrellanez- Juarez, N. & A. Iñigo-Dehud, L. S. (2020). Las redes sociales y el consumismo: del futuro colectivo al algoritmo de Facebook. *Dialnet*, 7(1), 100-107

## Ansiedad y Adicción a redes sociales en estudiantes Universitarios de la ciudad de Quito

- Cabero-Almenara, J., Pérez, J. L. & Valencia, R (2020). Escala para medir la adicción de estudiantes a redes sociales. *SciELO*, 27. ISSN 2448-5799.
- Castillo-Riquelme, V., Cabezas-Maureira, M., Vera-Navarro, C. & Toledo-Puente, C., (2021). Ansiedad al aprendizaje en línea: Relación con actitud, género, entorno y salud mental en universidades. *Revista Digital de investigación en Docencia Universitaria*, 15(1).
- Delgado, E. C. (2021). Generalidades del trastorno de ansiedad. *23Revista Cúpula 2021*; 35 (1): 23-36, <https://www.binasss.sa.cr/bibliotecas/bhp/cupula/v35n1/art02.pdf>.
- Díaz Kuaik, I. (2018). Ansiedad: Revisión y Delimitación Conceptual. Universidad de Palermo, Buenos Aires, <file:///Users/johan/Downloads/Dialnet-Ansiedad-7009167.pdf>.
- Editorial, E. (2008). Declaración de Helsinki de la Asociación Médica Mundial. *Arbor*, 184(730), 349–352. Recuperado a partir de <https://arbor.revistas.csic.es/index.php/arbor/article/view/183>
- Estrella, L. & Sacoto, J. (2019). *Ansiedad en adolescentes de 14 a 18 años asociados a redes sociales en un Centro Educativo de la ciudad de Guayaquil en el año 2018 -2019*. [trabajo de titulación, Universidad Católica de Santiago de Guayaquil]. Repositorio Institucional UCSG.
- Estrada-Araoz, E. G. & gallegos-Ramos, N. A. (2020). Funcionamiento Familiar y adicción a redes sociales en estudiantes de educación secundaria de puerto Maldonado. *Revista San Gregorio*.
- Güemes-Hidalgo, M, Ceñal-Gonzalez, M., & Hidalgo-Vicario, M. (2017). Desarrollo durante la adolescencia. Aspectos físicos, psicológicos y sociales. *Pediatría Integral*, 21(4), 233-244.
- Hernández, G. J., Aldape, M, A., Pineda, C. V. López, H. L. (2018). Redes sociales y habilidades sociales en alumnos de la preparatoria 6 de Tuxtla Gutiérrez, Chiapas. *Revista de Educación Básica*, 2(5), 28-39.
- Hernández-Mite, K. D., Yáñez-Palacios, J. F. Carrera-Rivera, A. A (2017). Las redes sociales y adolescencias. Repercusión en la actividad física. *Universidad y Sociedad*, 9(2). 242-247. ISSN 2218-3620.



## Ansiedad y Adicción a redes sociales en estudiantes Universitarios de la ciudad de Quito

- Herrera Rodríguez, J. I. (2018). Las prácticas investigativas contemporáneas. Los retos de sus nuevos planteamientos epistemológicos. *Revista Científica*, 3(7), 6–15.
- Mendoza-Lipa, J. R. (2018). “Uso excesivo de las redes sociales de internet y rendimiento académico en estudiantes de cuarto año de la carrera de psicología IMSA. *Scielo*, 05(02).
- Monserrat Macías-Carballo, C. P.-E.-M. (2019). Trastornos de ansiedad: revisión bibliográfica de la perspectiva actual. *e Neurobiología*, <https://eneurobiologia.uv.mx/index.php/eneurobiologia/article/view/2544/4545>.
- Carballo, M. M., Estudillo, C. P., Meraz, L. L., Parrazal, L. B., & Valle, C. M. (2019). Trastornos de ansiedad: revisión bibliográfica de la perspectiva actual. *Eneurobiología*, 10(24).  
<https://eneurobiologia.uv.mx/index.php/eneurobiologia/article/view/2544/4545>
- Mohanna-Velásquez, G. & Romero-Espinoza, D. V. (2019). *Adicción a las redes sociales y ansiedad en estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana*. [Trabajo de titulación, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. Repositorio Académico UPC.
- Sanz, J. (2014). Recomendaciones para la utilización de la adaptación española del Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) en la práctica clínica. *Clinica y salud*, 25(1), 39–48.  
<https://doi.org/10.5093/cl2014a3>
- Medina., Quintero ., & Valdez, J. C. R. . (2013). El enfoque mixto de investigación en los estudios fiscales. *Tlatemoani: revista académica de investigación*, (13), 8.
- Trinidad-Grados, L. A. & Varrillas-Estupiñán, G. V. (2021). Adicción a redes sociales y ansiedad estado-rango en estudiantes de secundaria del colegio privado Nikola Tesla, Huacho 2021. [Trabajo de titulación, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio Institucional UCV.
- Sampieri, R., Collado, C. & Baptista, L. (2003). *Metodología de la Investigación. Método de comunicación Sociales*.
- Judith Scharager. (2001). MUESTREO NO-PROBABILÍSTICO. Obtenido de [https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/31715755/muestreo-libre.pdf?1392395541=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DMetodologia\\_de\\_la\\_Investigacion\\_Escuela.pdf&Expires=1701205895&Signature=EAAdCCTQnFu7LMz1JFkMU3j2S15HQ990F6IdNGsLzJSb58U~5Zm1inf](https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/31715755/muestreo-libre.pdf?1392395541=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DMetodologia_de_la_Investigacion_Escuela.pdf&Expires=1701205895&Signature=EAAdCCTQnFu7LMz1JFkMU3j2S15HQ990F6IdNGsLzJSb58U~5Zm1inf)

## Ansiedad y Adicción a redes sociales en estudiantes Universitarios de la ciudad de Quito

Ramos, C. A. (2015). Los paradigmas de la investigación científica. *Avances En Psicología*, 23(1), 9–17. <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2015.v23n1.167>

Ramos, C. A. (2015). Los paradigmas de la investigación científica. *Unife*, 23(1), 9-17.

Galarza, C. A. R. (2020). Los alcances de una investigación. *CienciAmérica: Revista de divulgación científica de la Universidad Tecnológica Indoamérica*, 9(3), 1–6. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7746475>

Romero de Armas, L. (2018). *Adicción a las redes sociales en adolescentes*. (Trabajo de titulación, Universidad Autónoma de Madrid). Repositorio Institucional UAM.

Loja-Villazhiñay, A. K. (2015). *Uso del tiempo libre y adicción a redes sociales en adolescentes de 15 a 18 años* [trabajo de titulación, Universidad de Cuenca]. Repositorio Institucional UC. Peris, M., Maganto, C. & Garaigordobil, M. (2018). Escala de riesgo de adicción- adolescente a las redes sociales e internet: fiabilidad y validez (ERA-RSI). *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 5(2), 30-36.

Escurra Mayaute, Miguel, & Salas Blas, Edwin. (2014). Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). *Liberabit*, 20(1), 73-91. Recuperado en 23 de enero de 2024, de [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1729-48272014000100007&lng=es&tlng=pt](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272014000100007&lng=es&tlng=pt).

## **AGRADECIMIENTOS.**

El autor expresa, de forma breve y formal, el agradecimiento a colaboradores que han aportado en aspectos de planificación y evaluación de aspectos generales y/o específicos de su proyecto de investigación.

## **DEDICATORIA.**

El autor expresa, de forma libre, su gratitud y reconocimiento hacia quienes han sido actores relevantes para su formación personal y profesional.

## **ANEXOS.**

**Instrumento de Ansiedad de Beck**

## Ansiedad y Adicción a redes sociales en estudiantes Universitarios de la ciudad de Quito

En el cuestionario hay una lista de síntomas comunes de la ansiedad. Lea cada uno de los items atentamente, e indique cuanto le ha afectado en la última semana incluyendo hoy.

<b>Inventario de Ansiedad de Beck (BAI)</b>					
		En absoluto	Levemente	Moderadamente	Severamente
1	Torpe o entumecido.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2	Acalorado.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3	Con temblor en las piernas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4	Incapaz de relajarse	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5	Con temor a que ocurra lo peor.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6	Mareado, o que se le va la cabeza.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7	Con latidos del corazón fuertes y acelerados.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8	Inestable.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9	Atemorizado o asustado.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10	Nervioso.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
		En absoluto	Levemente	Moderadamente	Severamente
11	Con sensación de bloqueo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12	Con temblores en las manos.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13	Inquieto, inseguro.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14	Con miedo a perder el control.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15	Con sensación de ahogo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16	Con temor a morir.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17	Con miedo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18	Con problemas digestivos.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19	Con desvanecimientos.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20	Con rubor facial.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
		En absoluto	Levemente	Moderadamente	Severamente
21	Con sudores, frios o calientes.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

# Ansiedad y Adicción a redes sociales en estudiantes Universitarios de la ciudad de Quito

## Instrumento de Adicción a redes sociales (ARS)

Edad:

Sexo:

Grado y sección:

### ARS

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

Siempre	S	Rara vez	R
Casi siempre	CS	Nunca	N
Algunas veces	AV		

Nº ÍTE M	DESCRIPCIÓN	RESPUESTAS				
		S	CS	AV	R	N
1.	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales.					
2.	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.					
3.	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.					
4.	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.					
5.	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.					
6.	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.					
7.	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.					
8.	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.					
9.	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.					
10.	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.					
11.	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.					
12.	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.					
13.	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.					
14.	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.					
15.	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.					
16.	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.					
17.	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.					
18.	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.					
19.	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.					
20.	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.					
21.	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.					
22.	Mí pareja, o amigos, o familiares, me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.					

\*  
\*\*

# Ansiedad y Adicción a redes sociales en estudiantes Universitarios de la ciudad de Quito