



Asociación entre estrés y adicción a redes sociales en tiempos de posconfinamiento en el Azuay

Association between stress and social media addiction in poslockdown's time in Azuay

Associação entre estresse e dependência de redes sociais em tempos de pós-bloqueio em Azuay

ARTÍCULO ORIGINAL



Escanea en tu dispositivo móvil
o revisa este artículo en:
<https://doi.org/10.33996/repsi.v8i20.151>

 **Rafael Yanza¹**
ryanzam@ucacue.edu.ec

 **Walter Angulo¹**
walter.angulo.95@est.ucacue.edu.com

 **Carlos Ordóñez¹**
carlos.ordonez.49@ucacue.edu.com

 **María José Quezada²**
majoqzada@hotmail.com

 **Augusta Campoverde¹**
axcampoverdep@ucacue.edu.com

Universidad Católica de Cuenca. Cuenca, Ecuador¹
Ministerio de Salud Pública. Ecuador²

Recibido 8 de noviembre 2024 / Aceptado 5 de diciembre 2024 / Publicado 29 de enero 2025

RESUMEN

La pandemia por COVID-19 ha desencadenado cambios significativos en los patrones de comportamiento humano, incrementando la dependencia de las tecnologías digitales. Se tuvo como objetivo analizar la posible relación entre el estrés y la adicción a las redes sociales en el posconfinamiento en la provincia del Azuay. Es de enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo-correlacional, con diseño no experimental, transversal. Con 206 participantes adultos de ambos sexos entre 19 a 64 años. Los instrumentos utilizados fueron la escala de estrés del DASS-21 y la escala de adicción de redes sociales de Bergen (BSMAS). Los hallazgos revelan que el 53.4% de la muestra no tiene estrés, mientras que el 32% una adicción leve, predominando el sexo biológico femenino en ambos casos. En conclusión, se encontró una relación positiva con puntuación 0.349, por medio de la correlación de Spearman. Se concluye que existe relación directa cuando ambas variables descienden en sus valores.

Palabras clave: Adicción; Confinamiento; Estrés; Redes sociales

ABSTRACT

The COVID-19 pandemic has triggered significant changes in human behavior patterns, increasing dependence on digital technologies. The aim was to analyze the possible relationship between stress and addiction to social networks in the post-confinement in the province of Azuay. It is of a quantitative approach, descriptive-correlational type, with a non-experimental, cross-sectional design. With 206 adult participants of both sexes between 19 and 64 years old. The instruments used were the DASS-21 stress scale and the Bergen Social Media Addiction Scale (BSMAS). The findings reveal that 53.4% of the sample does not have stress, while 32% has a mild addiction, with the female biological sex predominating in both cases. In conclusion, a positive relationship was found with a score of 0.349, through the Spearman correlation. It is concluded that there is a direct relationship when both variables decrease in their values.

Key words: Addiction; Confinement; Stress; Networks; Social

RESUMO

A pandemia da COVID-19 desencadeou mudanças significativas nos padrões de comportamento humano, aumentando a dependência das tecnologias digitais. O objetivo foi analisar a possível relação entre estresse e dependência de redes sociais no período pós-confinamento na província de Azuay. Trata-se de abordagem quantitativa, descritiva-correlativa, com delineamento não experimental, transversal. Com 206 participantes adultos de ambos os sexos entre 19 e 64 anos. Os instrumentos utilizados foram a escala de estresse DASS-21 e a Escala de Dependência de Redes Sociais de Bergen (BSMAS). Os resultados revelam que 53,4% da amostra não apresenta stress, enquanto 32% apresenta dependência ligeira, predominando o sexo biológico feminino em ambos os casos. Concluindo, foi encontrada relação positiva com pontuação de 0,349, por meio da correlação de Spearman. Conclui-se que existe uma relação direta quando ambas as variáveis diminuem em seus valores.

Palavras-chave: Dependência; Confinamento; Estresse; Redes; Social

INTRODUCCIÓN

El confinamiento debido al COVID-19 provocó un impacto en la sociedad en materia de salud mental, por causa de los efectos del distanciamiento durante la cuarentena (Pérez et al., 2020). El virus respiratorio agudo severo tipo 2 (SARS-CoV-2), originado en Wuhan (China) el 31 de diciembre del año 2019, es un tipo de coronavirus perteneciente al grupo Coronaviridae y -causante de la infección viral de la COVID-19, con síntomas de transmisión respiratoria que van desde resfriado, neumonía hasta la muerte (Díaz y Toro, 2021). Según estudios, el índice de muertes por el virus, hasta 2021 en Latinoamérica y el Caribe fue del 32.1% y el 8.4% en la población mundial (Andrade et al., 2022).

Bajo estas condiciones de bioseguridad, se implementaron medidas de restricción obligatorias que generaron diversas dificultades en la interacción social, además de provocar intranquilidad por la pérdida de seres queridos, afectando las actividades cotidianas y otros aspectos (Murphy et al., 2021). Estos cambios impactaron tanto en la esfera cognitiva como en la emocional de la población (Calixto-Juárez et al., 2023). Como resultado, se han observado malestares que incluyeron el miedo al contagio y a la muerte por COVID-19, duelos patológicos, problemas financieros, sentimientos de soledad, irritabilidad y pensamientos suicidas (Aymerich et al., 2022; Huarcaya, 2020). Estos factores pueden

disminuir la capacidad de afrontamiento del individuo y representar un riesgo para el desarrollo de trastornos desadaptativos en el futuro, así como dificultar la adaptación a la nueva realidad (Feijoo, 2023).

También, se expone que el confinamiento prolongado puede llevar a los pacientes a desarrollar rasgos psicopatológicos, incluyendo alteraciones en el estado de ánimo, despersonalización y dificultades de adaptación, todas ellas asociadas al estrés (Reiter et al., 2020). Estas repercusiones psicológicas son consecuencia de la disfuncionalidad en diversas áreas de la vida, tales como el trabajo, la educación, la afiliación y el deporte; afectando las actividades diarias y reduciendo la satisfacción en estas, lo que a su vez dificulta el uso de habilidades de afrontamiento, resolución de conflictos y comunicación, impactando negativamente en la calidad de vida a largo plazo (Franziska et al., 2022). A raíz del decreto emitido por la Organización Mundial de la Salud (OMS) el 5 de mayo de 2023, se suspendieron las medidas de contingencia relacionadas con el posconfinamiento, marcando el fin de la emergencia sanitaria declarada el 11 de marzo de 2020.

En atención a esto, el estrés, lo define la OMS (2023) es un estadio de preocupación en las personas, ya sea por una situación o amenaza, que da lugar a reacciones de defensa, y a largo plazo ocasionar un desbalance en el cuerpo. Así mismo, el estrés es descrito como la dificultad para

controlar de manera asertiva y eficaz situaciones que implican sobrecarga física y mental, las cuales desencadenan reacciones conductuales como irritabilidad, preocupación, baja tolerancia a la frustración y desgaste (Vasan et al., 2023).

Por otro lado, se define la adicción a redes sociales como todo aquel patrón conductual y recurrente hacia los medios digitales, por medio de diferentes dispositivos móviles, tales como smartphones, gadgets, videojuegos, etc. (Cuesta et al., 2020) que conlleva a grados de dependencia, obsesión, compulsión y tolerancia. Esta se considera una adicción comportamental al no requerir de sustancias psicotrópicas o sintéticas (Espinel y Leguizamón, 2022).

El contexto de posconfinamiento genera interrogantes sobre el estado psicoemocional de las personas, en el cual la capacidad para afrontar conflictos, como gestionar habilidades sociales y mantener el compromiso diario se ven afectados (Colizzi et al., 2023). Además, la literatura señala que los cambios cognitivos y afectivos de las personas, pueden agravarse debido al estrés y al aumento del uso de las redes sociales durante el confinamiento, lo que resulta en una disminución de la productividad y la motivación (Thaienne et al. 2022).

Por tal razón, el objetivo de este estudio fue analizar la relación entre estrés y adicción a las redes sociales en tiempos de posconfinamiento en la provincia del Azuay. Esta investigación se justifica por la necesidad de ampliar los estudios

relacionados con el posconfinamiento en Ecuador, así como por el interés en comprender el estado general del estrés y la adicción a las redes sociales en la región Sierra. (Villegas et al., 2023; Fernández, 2020).

MÉTODO

Este estudio tuvo se enfocó cuantitativamente, con un diseño de corte transversal, lo que implica que los datos se recopilan y analizan en un único momento, sin seguimiento posterior ni evaluación adicional de la misma población. Al tratarse de un estudio transversal, se utilizó estadística descriptiva, lo cual significa que no se establecieron intervenciones experimentales. Se tomó una muestra de 206 participantes azuayos correspondientes a la región sierra. Finalmente, se determinó mediante un muestreo de carácter no probabilístico por conveniencia de los voluntarios encuestados. Entre los criterios de inclusión constaron: adultos entre de 19 a 64 años de ambos sexos; accesibilidad de un dispositivo con conexión a internet; y participación voluntaria en el estudio. Igualmente, criterios de exclusión que comprenden: participantes no pertenecientes a la población del Azuay; e indisposición de participar voluntariamente. La recolección de datos fue mediante una encuesta sociodemográfica, respondiendo a las variables de edad, sexo biológico, estado civil y nivel de instrucción.

Se optó por un muestreo no probabilístico por conveniencia debido a las limitaciones de tiempo y recursos. Este tipo de muestreo permitió acceder a una muestra de participantes de manera rápida y eficiente. Sin embargo, es importante reconocer que los resultados obtenidos a partir de esta muestra pueden no ser generalizables a toda la población del Azuay.

Por otro lado, se contó con el subdimensión del estrés proveniente a la escala de depresión ansiedad y estrés (DASS-21), instrumento realizado por P. Lovibond y S. Lovibond, que mide el nivel de depresión, ansiedad estrés con 21 ítems y con un tiempo de duración de 5 a 10 minutos, a mayor puntuación, mayor perturbación psicológica. También se menciona un elevado grado de fiabilidad, con una consistencia interna 0.92, al igual que un adecuado constructo de validez. Para el uso de la presente escala, se utilizó únicamente la sub escala del estrés, que comprenden los ítems 1, 6, 8, 11, 12, 14 y 18 en análisis de sus resultados.

Como último instrumento se contó con la escala de adicción a redes sociales de Bergen (BSMAS), cuyo objetivo es detectar el grado de dependencia y adherencia a las redes sociales. La aplicación es autoevaluada, con una duración entre 5 a 10 minutos. Con respecto a su fiabilidad se afirma un grado 0.86 en la escala, así mismo, con un grado de validez de 0.88.

Para la recolección de datos se creó una encuesta en cuya presentación se dio a conocer la finalidad del estudio, la voluntariedad de participar,

al igual que el consentimiento informado. Al aceptar dicho consentimiento la encuesta redirigía a la segunda parte del cuestionario, con la aplicación de los instrumentos de evaluación, garantizando así una participación voluntaria.

Los datos fueron procesados mediante tabulación, haciendo uso de estadística descriptiva con frecuencias y porcentajes, creación de cuartiles de edad y niveles de adicción a redes sociales (dado a que el BSMAS no cuenta con puntos de corte establecidos para la población ecuatoriana) y tablas cruzadas, tanto para las características sociodemográficas como para los niveles de estrés y adicción, a su vez se aplicó la prueba de normalidad de datos Kolmogorov-Smirnov, para la relación de las variables se usó correlación de Spearman en conjunto con un diagrama de dispersión. Se utilizó el Software RO-Statistics y Social Package for Social Studies (SPSS) versión 27.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos del análisis de la relación entre estrés y adicción a las redes sociales en tiempos de posconfinamiento en la provincia del Azuay, se detallan los hallazgos sobre las características sociodemográficas de la muestra, los niveles de estrés y adicción, y la correlación entre ambas variables. Los resultados se presentan a través de tablas y gráficos, e interpretados en el contexto de la literatura existente.

De acuerdo con la Tabla 1, se tuvo que en el estado civil el 86.5% de las mujeres son solteras a comparación del sexo masculino con el 77.1%, sin embargo, en ambos sexos dicho estado civil tuvo mayor prevalencia. Las cifras del estado civil y años cumplidos segmentados por sexo biológico fueron similares, lo cual implicó que la mayor parte de la muestra estuvo conformada por encuestados solteros de adultez temprana. De acuerdo al nivel de escolaridad, se obtuvo que en ambos sexos predominó el segundo nivel completo de estudios con el 33% e incompleto en la educación superior con el 41.4%. Por otra parte, el sexo femenino predominó con el 36.6% en la educación secundaria completa y 43.1% de tercer nivel en

curso, a comparación del masculino que obtuvo un 27.7% en el secundario completo y 38.6% en el tercer completo.

En la edad de los participantes el 89.4% de mujeres estuvieron entre 19 a 34 años, con una leve diferencia del masculino que tuvo el 84.3%, no obstante, ambos sexos tuvieron mayor latencia en dicho intervalo de edad. Con estos datos se pudo deducir que en la muestra total gran parte de los encuestados son adultos jóvenes que se encontraron cursando la universidad y otro grupo sin cursar la educación superior, quienes son compuestos en su mayoría por mujeres.

Tabla 1. Variables sociodemográficas segmentadas por sexo biológico.

	Sexo				Total	
	Femenino		Masculino		N	%
	N	%	N	%		
Estado Civil						
Soltero	106	86.2	64	77.1	170	82.5
Casado	11	8.9	13	15.7	24	11.7
Divorciado	2	1.6	3	3.6	5	2.4
Unión Libre	4	3.3	3	3.6	7	3.4
Nivel de Instrucción educativa						
Primaria incompleta	0	0	1	1.2	1	0.5
Primaria completa	2	1.6	3	3.6	5	2.4
Secundaria incompleta	6	4.9	2	2.4	8	3.9
Secundaria completa	45	36.6	23	27.7	68	33.0
Tercer nivel incompleto	53	43.1	32	38.6	85	41.4
Tercer nivel completo	17	13.8	16	19.3	33	16.0
Cuarto nivel	0	0	6	7.2	6	2.9
Rango de edad						
19 a 34 años	110	89.4	70	84.3	180	87.4
35 a 48 años	10	8.1	8	9.6	18	8.7
49 a 64 años	3	2.4	5	6.0	8	3.9

De acuerdo con la Tabla 2, se observa que el 48.8% de las mujeres no experimentaron estrés, siendo el nivel menor el 10.6% correspondiente al moderado y extremadamente severo. En contraste, el 60.2% de hombres no presentaron estrés, siendo el nivel más bajo el 4.8%. Sin embargo, se destacó que 60 participantes femeninos no mostraron ningún grado de estrés, mientras que en varones esta cifra fue de 50 participantes, lo que sugiere una predominancia del sexo femenino en esta variable.

En cuanto a la adicción a las redes sociales, el 33.3% de las participantes mujeres mostraron una adicción mínima, cifra que coincide con el nivel

leve representado por el 32.5%. Por otro lado, en los hombres, el 31.3% presentaron una adicción leve, seguido por el 26.5% con un nivel mínimo de adicción. Los resultados obtenidos exhibieron un predominio en el sexo femenino en todos los rangos analizados

Entre ambas variables, existe niveles altos de ausencia de estrés y adicción leve hacia las redes sociales, los cuales, considerando las puntuaciones de los niveles posteriores, predominan en su mayoría en niveles bajos, deduciendo el posible tipo de relación que existe, cuya hipótesis se explicará con mayor detalle a posterior.

Tabla 2. Nivel de estrés percibido y adicción a redes sociales segmentados por sexo biológico.

	Sexo				Total	
	Femenino		Masculino		N	%
	N	%	N	%		
Estrés						
Ausente	60	48.8	50	60.2	110	53.4
Leve	17	13.8	10	12.0	27	13.1
Moderado	13	10.6	13	15.7	26	12.6
Severo	20	16.3	6	7.2	26	12.6
Extremadamente severo	13	10.6	4	4.8	17	8.3
Adicción a redes sociales						
Mínima	41	33.3	22	26.5	63	30.6
Leve	40	32.5	26	31.3	66	32.0
Moderado	23	18.7	16	19.3	39	18.9
Grave	19	15.4	19	22.9	38	18.4

Para realizar la correlación entre las variables de estrés percibido y adicción a las redes sociales, se empleó la prueba de Kolmogorov-Smirnov para determinar la distribución de los datos.

En este análisis, se planteó la hipótesis nula de que la distribución de los datos era normal si la puntuación era igual o superior a 0.05; por el contrario, si la puntuación de significancia era

inferior a 0.05, se consideraba como hipótesis alternativa (Hernández et al., 2014). Como se observa a continuación, en la Tabla 3, el puntaje obtenido de dicha prueba fue de $<.001$, por lo

tanto, al ser una puntuación menor al criterio 0.05, los resultados son de distribución libre y asimétricas.

Tabla 3. Prueba de Kolmogorov-Smirnov.

	Pruebas de normalidad		
	Estadístico	gl	Sig
Puntaje de estrés	0.86	206	$<.001$
Puntaje de adicción a redes sociales	.132	206	$<.001$

De acuerdo con la Tabla 4, el Sig. bilateral se reflejó un puntaje <0.01 , lo cual es inferior al 0.05 para considerar el nivel de relación entre ambas variables, obteniendo una puntuación de 0.396, llegando a ser directa entre ambas variables, cabe

destacar que de acuerdo a los niveles de adicción y estrés presentaron niveles bajos, por lo que se entendería que, a menores niveles de estrés, menor es la adicción a redes sociales.

Tabla 4. Correlación Spearman entre el estrés del DASS-21 y adicción a redes sociales.

		Correlaciones		
			Puntaje de estrés	Puntaje de adicción
Rho de Spearman	Puntaje de estrés	Coefficiente de correlación	1,000	.396**
		Sig. (bilateral)		$<.001$
		N	206	206
	Puntaje de adicción	Coefficiente de correlación	.396**	1,000
		Sig. (bilateral)	$<.001$	
		N	206	206

Según la Figura 1 a continuación, el eje horizontal (X) de niveles de estrés, y el eje vertical (Y) de adicción a las redes sociales, se presentó con una fuerza débil. Se observó una relación positiva pero poco marcada entre los puntajes de ambas variables.

El diagrama de dispersión mostró una tendencia lineal con 8 datos coincidiendo en un mismo punto, no obstante, no mostraron significancia. La correlación de Spearman respalda esta observación, con un puntaje de signo positivo indicando una relación directa cuando ambas

variables aumentan o disminuyen. Según la escala DASS-21, un puntaje total de 9 o menos corresponde a un nivel leve de estrés, y por debajo de 8 indica ausencia de estrés.

Así mismo en la sumatoria de adicción a las redes sociales, cuando la puntuación es inferior a 13 la adicción es leve de acuerdo a la baremación realizada, y al ser inferior a 8 la adicción es mínima. Sin embargo, la distribución de puntos alrededor de la línea de referencia fue dispersa, especialmente a partir de un puntaje de estrés de

10, donde la mayoría de los datos se alejaron de la línea de referencia, con solo 2 puntos coincidiendo en ese tramo.

En conclusión, los resultados del análisis de correlación de Spearman revelaron una relación positiva y significativa entre el estrés percibido y la adicción a las redes sociales ($r = 0.396, p < .001$). Esta asociación indica que existe una tendencia a que los individuos con mayores niveles de estrés reporten también niveles más elevados de adicción a las redes sociales.

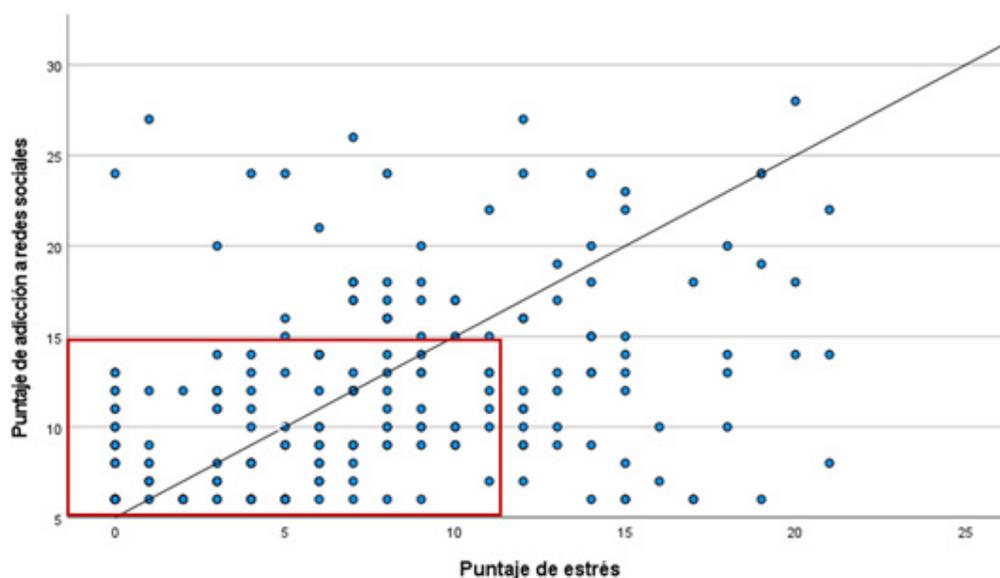


Figura 1. Diagrama de dispersión de estrés percibido y adicción a redes sociales.

Discusión

Los datos mencionados anteriormente dejan en evidencia la relación existente entre el estrés percibido y adicción a redes sociales, a través de la correlación de Spearman se obtuvo una relación media con el puntaje de 0.396. Analizando las variables de estudio, se entiende que, cuando un

sujeto presenta menor sintomatología y conductas desadaptativas del estrés, existe una disminución de síntomas asociados a la adicción a redes sociales, esto debido a los niveles bajos con mayor prevalencia descritos en la sección de resultados.

Pese a no encontrarse estudios relacionados con la correlación directa de dos variables que

bajan en conjunto, existen elementos que pueden explicar porque dicha asociación débil directa fue con niveles bajos, tomando de referencia el estudio de Zhang et al., (2023) realizado a 1051 adultos jóvenes chinos, el cual se determinó que, a mayor nivel de adicción a redes sociales, menor es la eficacia de las funciones ejecutivas, tales como la organización, memoria de trabajo, resolución de conflictos, toma de decisiones, entre otros; así mismo mayor es la desregulación emocional sumado a una calidad de sueño con dificultades severas. Esto puede ayudar a conocer cómo los procesos cognitivos suelen presentar una alteración con la presencia de la adicción a redes sociales y estrés percibido, lo cual en este estudio hubo relación positiva entre ambas variables.

De similar forma, en un estudio realizado en Perú con 300 estudiantes universitarios de psicología de los terceros y séptimos ciclos, para evaluar la relación de las mismas variables de este estudio, los resultados mostraron una correlación Rho de 0.509, indicando que el control sobre el uso de las redes sociales tiene una correlación moderada con respecto a los niveles elevados de estrés (Condori et al., 2022). Por otro lado, se observó que la adicción o el uso excesivo de las redes sociales presenta una correlación moderada de 0.496 con el estrés. Los resultados muestran que, a medida que aumenta la adicción, el nivel de estrés también aumenta, lo cual contrasta con los hallazgos de esta investigación, porque en la muestra, los participantes exhibieron bajos

niveles tanto de estrés como de adicción a las redes sociales, pese a ello la relación entre ambas variables estuvo determinada con signo positivo.

Así mismo Tullett et al., (2023) señalan que los síntomas predominantes en la adicción incluyen la tolerancia y los cambios en el estado de ánimo, que pueden manifestarse en irritabilidad relacionada con el estrés, como indicaron Dailey et al., (2020), quienes lo consideran un predictor adecuado para esta patología, reafirmando la influencia del sexo biológico a través de los resultados en las variables sociodemográficas. Bajo estos criterios se toma en cuenta la adherencia de nuevas variables que explican la naturaleza del estrés con la adicción a redes sociales. Los resultados de este estudio se comparten con un estudio longitudinal de 117 participantes italianos, en la que por medio de la correlación de Pearson obtuvieron una relación moderada (Moretta et al., 2023).

No obstante, en otro estudio realizado con 168 estudiantes de tercer nivel en Perú, se investigó la relación entre el estrés académico y la dependencia a las redes sociales. Utilizando el coeficiente de correlación de Spearman, se encontró que las variables de adicción, junto con las subescalas de obsesión, control y uso, presentaron una correlación negativa moderada de -0.482 con el nivel de estrés (Olivos et al., 2023).

La razón de dichos resultados son que, por medio de las medidas de tendencia central, se pudo determinar que los datos con mayor

repetición se dieron en el nivel medio respecto al estrés académico, reflejándose gráficamente la reducción de dichas cifras, mientras que en la adicción a redes sociales los datos con mayor repetición fueron en el nivel alto, reflejado en los diagramas con un nivel elevado de acuerdo a las dimensiones establecidas por los autores.

Estos resultados llevan a inferir que las personas presentan menor estrés en el área académica ante la recurrencia a redes sociales como una conducta adictiva, percibida como un reforzador negativo de acuerdo con el conductismo de Skinner (Rovira, 2023), ya que este responde a una gratificación de no exponerse directamente a estímulos estresores del ámbito académico y así reducir el rechazo a esta área, por lo tanto, la reducción del estrés se debe al incremento de la conducta adictiva hacia las redes sociales. Esto resultó relevante como una antítesis de correlación, ya que, al ser las mismas variables de investigación, los resultados fueron opuestos. Es importante destacar que las cifras obtenidas en este estudio se tomaron de la población Azuaya, según se detalla en la sección metodológica. Sin embargo, se evidencia que los datos sobre niveles de estrés y adicción a redes sociales pueden variar según el contexto, además de que la correlación varía según el sexo biológico.

Esto se corrobora de acuerdo al estudio realizado por Calixto-Juárez et al., (2023) en 120 estudiantes de preparatoria en Culiacán México, cuyos resultados reflejaron un estrés alto dentro

del ámbito educativo, concretamente en las dimensiones de aprovechamiento académico, evaluaciones, carencia de contenidos y poca participación bajo modalidad virtual. En este estudio se destacó que el mayor porcentaje de los participantes correspondieron al sexo biológico femenino.

En esta investigación, las cifras de la edad estuvieron ligadas a la adultez temprana, lo cual coincidió con el estudio realizado por Mao y Zhao (2023), el cual se buscó cómo influye el estrés y la adicción a las redes sociales en la búsqueda de empleo en una muestra de 144 profesionales chinos recién egresados, cuyos intervalos de edad circularon entre 21 a 24 años, así mismo con una alta tasa de participantes mujeres, se determinó la existencia de una relación significativa, revelando que una causa indirecta de dicha asociación es la necesidad psicológica de apoyo social, que en este caso radicó principalmente en la obtención de un puesto laboral.

De acuerdo a los estudios anteriores, se puede inferir que existe una mayor tasa de adicción y exposición al estrés en el sexo biológico femenino, al igual que en este estudio el sexo biológico femenino fue el predominante de la muestra, tomando en consideración las características sociodemográficas y la prevalencia de las escalas psicométricas.

Esto se puede corroborar nuevamente por medio del estudio realizado por Aldana et al., (2021), en la que, por medio de la muestra de

303 estudiantes universitarios en los países seleccionados de Venezuela, Perú y Ecuador, se evidenció un índice alto de adicción con el 72%, que, de acuerdo a los autores, la población femenina presenta una mayor adicción a comparación del sexo masculino. Adicionalmente se divisa la influencia del sexo y las diferencias en cuanto a los resultados, ya que, de acuerdo a un estudio realizado en estudiantes chinos para analizar el efecto del estrés en la adicción al móvil y la asociación entre sus variables, se reflejó una correlación positiva de 0.48. Por otra parte, en el sexo biológico hubo una correlación positiva fuerte de 0,53 en mujeres a diferencia de los hombres 0.42 (Tu et al., 2023), demostrando la variabilidad en cuanto al efecto del estrés y como las experiencias entre hombres y mujeres denota diferentes recursos psicológicos que conlleva a comportamientos autónomos diferentes.

Finalmente, los resultados de este estudio revelaron la relación significativa entre el uso de redes sociales y el bienestar psicológico, además se halló que los estudiantes universitarios presentaron mayores niveles de adicción a las redes sociales, en comparación con los estudiantes de secundaria. Estos resultados son consistentes con los hallazgos de estudios previos, de Sayili et al. (2023) en una muestra de estudiantes universitarios de Estambul. En su investigación, los autores reportaron que el 16.1% de los estudiantes presentaba adicción a las redes sociales, un porcentaje considerablemente alto que coincide con los resultados obtenidos

en el presente estudio. Además, ambos estudios sugieren una asociación entre el uso excesivo de redes sociales y hábitos de vida poco saludables, como la disminución de la actividad física y la lectura.

CONCLUSIONES

El estudio demostró que la muestra estuvo conformada en su mayoría por mujeres solteras graduadas del colegio y estudiantes universitarias no graduadas entre 19 a 34 años, correspondiendo a la adultez temprana. El estado civil que representó la muestra fue el soltero en ambos sexos, en cuanto a la escolaridad la mayoría estuvo cursando la universidad, seguidamente del colegio completo.

De igual forma, la mayoría de los participantes mostraron índices de estrés nulo, así como niveles leves de adicción a las redes sociales según los puntos de corte establecidos por las escalas utilizadas. En cuanto a las variables de estudio los 110 encuestados con estrés leve, hubo una alta prevalencia en participantes de entre 19 y 34 años con niveles igualmente leves de adicción.

Finalmente, se encontró mediante la correlación de Spearman para datos de distribución no paramétricos, se observó una relación débil entre ambas variables de estudio. De acuerdo al análisis realizado, los alcances en esta investigación presentaron una correlación de carácter directo y no inverso.

CONFLICTO DE INTERESES. Los autores declaran que no existe conflicto de intereses para la publicación del presente artículo científico.

REFERENCIAS

- Aldana, J., Vallejo, P., Isea, J y Colina, F (2021). Dependencia y adicción al teléfono inteligente en estudiantes universitarios. *Formación universitaria*, 14(5), 129-136. <https://lc.cx/9CjpVR>
- Andrade, P., Choez, A., Pincay, Y y Bravo, D (2022). Estudio sistemático de la morbilidad y mortalidad del COVID-19 a nivel mundial. *MQRInvestigar*, 6(3), 1280-1296. <https://lc.cx/98c6yE>
- Aymerich, C., Pedruzo, B., Pérez, J, Laborda, M., Herrero, J., Blanco, J y González-Torres, M (2022). COVID-19 pandemic effects on health worker's mental health: Systematic review and meta-analysis. *European Psychiatry*, 65(1), e10. <https://lc.cx/WDIiFs>
- Calixto-Juárez, P., Hernández-Murúa, J. A., y del Refugio Gaxiola-Durán, M. (2023). Valoración del estrés académico postpandemia covid-19 en estudiantes del nivel medio superior. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(1), 1553-1573. <https://lc.cx/dMzgwE>
- Condori, T., Quispe, A y Quiro, Y. (2023). Adicción a redes sociales y cansancio emocional en estudiantes Universitarios de la carrera de Psicología de una universidad privada en la ciudad de Juliaca, 2022. *Revista Científica De Ciencias De La Salud*, 16(2), 18 - 32. ISSN. 2411-0094. <https://lc.cx/Zx-nQK>
- Colizzi, M., Peghin, M., De Martino, M., Bontempo, G., Gerussi, V., Palese, A. y Balestrieri, M. (2023). Mental health symptoms one year after acute COVID-19 infection: Prevalence and risk factors. *Revista de Psiquiatría y Salud Mental*, 16, 38-46. <https://lc.cx/ibgOej>
- Cuesta, U., Cuesta, V., Martínez, L y Niño, J (2020). Smartphone: en comunicación, algo más que una adicción. *Revista Latina de Comunicación Social*, 75, 367-381. <https://lc.cx/jDR4Qr>
- Dailey, S., Howard, K., Roming, S., Ceballos, N y Grimes, T. (2020). A biopsychosocial approach to understanding social media addiction. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 2(2), 158-167. <https://lc.cx/7K71UY>
- Díaz-Castrillón, F y Toro-Montoya, A (2021). SARS-CoV-2/COVID-19: el virus, la enfermedad y la pandemia. *Medicina & laboratorio*, 24(3), 183-205. <https://lc.cx/28WarA>
- Espinel, S y Leguizamón, M (2022). Adicción a Internet en tiempos de COVID-19. Programa de prevención. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte* (67), 191-216. <https://lc.cx/SvxP9J>
- Feijoo, J (2023). Impacto de la COVID-19 en la salud mental en el Perú. *Revista Iberoamericana de Bioética*, (21), 1-18. https://lc.cx/eH8qh_
- Franziska, M., Derksen, C., Kötting, L., Dahmen, A y Lippke, S. (2022). Distress, loneliness, and mental health during the COVID-19 pandemic: Test of the extension of the evolutionary theory of loneliness. *Applied psychology: Health and Well-being*, 15(1), 24-48. <https://lc.cx/EXPAOk>
- Fernández, V. (2020). Tipos de justificación en la investigación. *Espíritu emprendedor*, 4(3), 65-76. <https://lc.cx/9qaAMq>
- Huarcaya-Victoria, J. (2020). Consideraciones sobre la salud mental en la pandemia de COVID-19. *Revista peruana de medicina experimental y salud pública*, 37, 327-334. <https://lc.cx/pdL5jr>
- Mao, E., y Zhao, L. (2023). The influence of job search stress on college students' addictive social media use: Seeking of social media support and perceived social support as serial mediators and sense of coherence as a moderator. *Frontiers in Psychology*, 14, 01-09. <https://lc.cx/s3WGjL>
- Moretta, T., Buodo, G., Santucci, V., Chen, S y Potenza, M. (2023). Problematic social media use is statistically predicted by using social media for coping motives and by positive reinforcement processes in individuals with high COVID-19-related stress levels. *Journal of Psychiatric Research*, 158, 104-113. <https://lc.cx/PVqPRk>

- Murphy, E., Svob, C., Van, M., Gameroff, M., Skipper, J., Abraham, E., Talati, A. (2021). The effects of the pandemic on mental health in persons with and without a psychiatric history. *Psychological Medicine*, 1-9. <https://lc.cx/uJxEDh>
- Olivos, G., Capcha, J., Illanes, A., Huincho, Y., Figueroa, W., Zarzosa, J y Huerta, G. (2023). Estrés académico y adicción a las redes sociales en estudiantes universitarios peruanos. *Salud, Ciencia y Tecnología*, 3, 519-519. <https://lc.cx/2dFyRM>
- Organización Mundial de la Salud. (2 de diciembre de 2023). Estrés. <https://lc.cx/wfRnZa>
- Pérez-Cano, H., Moreno-Murguía, M., Morales-Lopez, O., Crow-Buchanan, O., English, J., Lozano-Alcazar, J y Somilleda-Ventura, S (2020). Anxiety, depression, and stress in response to the coronavirus disease-19 pandemic. *Cirugía y cirujanos*, 88(5), 562-568. <https://lc.cx/Qu5lhr>
- Reiter, K., Ventura, J., Lovell, D., Augustine, D., Barragan, M., Blair, T., Strong, J. (2020). Psychological Distress in solitary confinement: Symptoms, Severity, and Prevalence in the United States, 2017-2018. *American Journal of Public Health*, 110(1), 556-562. <https://lc.cx/ZP23as>
- Rovira, I. (19 de diciembre de 2023). La teoría del reforzamiento de Burrhus Frederic Skinner. *Psicología y Mente*: https://lc.cx/h8dJb_
- Sayili, U., Pirdal, B., Kara, B., Acar, N., Camcioglu, E., Yilmaz, E y Erginoz, E. (2023). Internet Addiction and Social Media Addiction in Medical Faculty Students: Prevalence, Related Factors, and Association with Life Satisfaction. *Journal of Community Health*, 48(2), 189-198. <https://lc.cx/eS0hM0>
- Thaianne, C., Lise, M., Santos, J., Gomes, F y Gonçalves, N. (2022). Emotional consequences of the COVID-19 pandemic in adolescents: challenges to public health. *Revista da Escola de Enfermagem da USP* 56, 1-9. <https://lc.cx/rK7rb1>
- Tu, W., Nie, Y., y Liu, Q. (2023). Does the Effect of Stress on Smartphone Addiction Vary Depending on the Gender and Type of Addiction? *Behavioral Sciences*, 13(10), 810. <https://lc.cx/zBlalG>
- Tullett-Prado, D., Doley, J., Zarate, D., Gomez, R y Stavropoulos, V (2023). Conceptualising social media addiction: a longitudinal network analysis of social media addiction symptoms and their relationships with psychological distress in a community sample of adults. *BMC Psychiatry*, 23(509), 1-27. <https://lc.cx/YA8l4v>
- Vasan, S., Eikelis, N., Lambert, E y Lambert, L. (2023). Evaluating the impact of loneliness and social isolation on health literacy and health-related factors in young adults. *Frontiers in Psychology*, 01-12. <https://lc.cx/a0epZR>
- Villegas, D., Colquepisco, N., Villar, P., Cuba, S y Arana, M. (2023). Pautas para la elaboración de un artículo científico modelo IMRyD. *Revista Innova Educación*, 5(1), 59-76. <https://lc.cx/wdOQmy>
- Zhang, K., Zhao, Y., Griffiths, M., Wang, J y Zhang, M. (2023). Effect of Social Media Addiction on Executive Functioning Among Young Adults: The Mediating Roles of Emotional Disturbance and Sleep Quality. *Psychology Research and Behavior Management*, 16, 1911-1920. https://lc.cx/876_Hr

ACERCA DE LOS AUTORES

Steeven Jair Luna Ríos. Psicólogo Clínico, Universidad Católica de Cuenca. Magister en Drogodependencia, Universidad Católica de Cuenca; Master Universitario en terapias Psicológicas de tercera Generación, Universidad Internacional de Valencia-E. Docente Universitario en la Universidad Católica de Cuenca. Participación como ponente en congresos a nivel nacional e internacional, Ecuador.

Erika Nayeli Macas Chuchuca. Licenciado en Psicología, Universidad Católica de Cuenca. Voluntario en SOLCA, en apoyo a pacientes oncológicos. Diplomado en abordaje de enfermedades crónicas por la Fundación Carlos Slim, certificación en intervención en salud mental de la OPS, Ecuador.

Gerardo Xavier Peña Loaiza. Licenciado en Psicología Clínica, Universidad Católica de Cuenca. Maestrante en Neuropsicología Clínica, Universidad Internacional de la Rioja. Evaluador en reclutamiento de personal militar. Proyectos comunitarios scout. Diplomado en psicología clínica Instituto Azteca y certificación como Psicometrista en Neurocorp, Ecuador.

Wilson Javier Rojas Preciado. Médico General, Universidad Católica de Cuenca. Magister en Gerencia en salud para el desarrollo local, Universidad Técnica Particular de Loja. Participación como ponente en congresos a nivel nacional e internacional. Experiencia en investigación, Ecuador.

Wilson Javier Rojas Preciado. Doctora en Psicología Clínica. Magíster en Drogodependencias, Universidad Católica de Cuenca. Magíster en Victimología, Criminología y Delincuencia, Universidad de Valencia – España. Docente en la Universidad Católica de Cuenca; Directora Técnica del CETAD Hogares Kairos, Azogues. Ponente en la Especialización en Emergencias y Desastres. Líneas de investigación: adicciones. Salud mental, trayectoria del Investigador, Ecuador.