

**Adicción a las Redes Sociales en Estudiantes Adolescentes y Jóvenes de la Facultad de
Derecho, Ciencias Políticas y Sociales de la Universidad Popular del Cesar Sede
Valledupar.**

Bleidis Cenith Ruedas Contreras

Melissa Yiseth Navarro Carrascal

Universidad Popular del Cesar

Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales

Programa de Psicología

Esp. Lisbeth Pumarejo Araujo

Dra. Doris Colina Sánchez.

Valledupar, Cesar

2026

**Adicción a las Redes Sociales en Estudiantes Adolescentes y Jóvenes de la Facultad de
Derecho, Ciencias Políticas y Sociales de la Universidad Popular del Cesar Sede
Valledupar.**

Bleidis Cenith Ruedas Contreras

Melissa Yiseth Navarro Carrascal

Esp. Lisbeth Pumarejo Araujo

Dra. Doris Colina Sánchez.

Universidad Popular del Cesar

Valledupar, Cesar

2026

Tabla De Contenido

Agradecimientos	6
Resumen	9
Abstract.....	10
Introducción.....	11
Capítulo I	13
Idea De Investigación	13
Planteamiento del Problema	14
Pregunta De Investigación.....	16
Objetivos.....	16
Objetivo general	16
Capítulo II Marco Teórico Referencial	18
Antecedentes.....	18
Bases Teóricas	34
Psicología	34
Redes sociales.....	34
Redes sociales existentes	35
Adicción	39
Adicción a las redes sociales	40
Educación superior	41
Obsesión	41
Falta de control	42
Uso excesivo de redes sociales	42
Marco Legal.....	44
Capitulo III	47
Marco Metodológico	47
Enfoque de la investigación.....	47

Tipo y diseño	48
Técnica e instrumento de recolección de datos	50
Validez y confiabilidad del instrumento.....	53
Técnica de análisis de datos	53
Operacionalización de las variables	55
Consideraciones éticas y consentimiento informado	56
Consentimiento informado para la participación en investigación en psicología educativa.....	57
Asentimiento informado para la participación en investigación en psicología educativa.....	59
Capítulo IV	60
Análisis de resultados	60
Discusión de los Resultados	65
Conclusiones.....	68
Anexos	81

Tabla De Figuras

Tabla 1 Operacionalización de variables.....	¡Error! Marcador no definido.
Tabla 2 Cuestionario ARS.....	51
Tabla 3 Operacionalización de variables.....	55
Tabla 4 Marco administrativo.....	¡Error! Marcador no definido.
Tabla 5 Caracterización demográfica programa de derecho	60
Tabla 6 Caracterización demográfica programa de sociología	61
Tabla 7 Caracterización demográfica programa de psicología	61
Tabla 8 Dimensión obsesión a las redes	62
Tabla 9 Dimensión falta de control personal.....	63
Tabla 10 Dimensión uso excesivo de las redes sociales.....	64
Tabla 11 Comparación de ARS en estudiantes de derecho, sociología y psicología	64

Agradecimientos

Al **Señor**, nuestro **Dios**, por su fidelidad, por su amor, su gracia, por sostenernos en todo tiempo y brindarnos sabiduría para transitar este camino académico, por Él hoy obtenemos la victoria.

“Para que la gente vea y sepa, considere y entienda, que la mano del SEÑOR ha hecho esto...” Isaías 41:20

A la **Universidad Popular del Cesar** y el **programa de psicología** por propiciarnos lo necesario para aprender y brindarnos herramientas adecuadas para formarnos como Psicólogas.

A **Doris Colina**, nuestra tutora metodológica por su orientación, su calidez humana y su guía invaluable para ver materializada esta investigación; agradecemos profundamente su gran interés, su ayuda oportuna y motivación en este proyecto.

A **Mary Isabel Salamanca**, docente y ser humano excepcional a quien conocimos en cuarto semestre e impactó nuestras vidas con su pasión, su entereza y su ética para ejercer su profesión. Quien nos inculcó estándares altos en cuanto a la enseñanza, nos incentivó a ser investigadoras, nos mostró el camino y sentó las bases de la psicología con evidencia.

Dedicatorias Melissa Yiseth Navarro

A mis papás, Nano y Myriam, por ser mi apoyo incondicional, mi ejemplo, motivación e inspiración; por levantar mis brazos en medio del cansancio; por sus oraciones constantes, por instruirme con valentía, por hacer más de lo necesario y proveerme. Su amor hacia mí se refleja en este proyecto finalizado, los amo inmensamente y gracias por darme siempre más de lo que imaginé posible.

A Matea, la persona que me enseñó a dar la milla extra, a ser proactiva y trabajar por mis sueños, quien hasta el último de sus días hizo todo por apoyarme. Fuiste mi maestra de vida, mi animadora constante y mi polo a tierra; aunque no lo podemos celebrar juntas este logro también es tuyo hermanita, te amaré por siempre.

A Abigail, mi pequeña animadora, que sin saberlo fue una de mis razones más grandes para llegar hasta aquí. En tu mirada encuentro el orgullo que quiero merecer. Ser tu tía me hace mejor, y este logro también lo dedico a la niña que me enseña todos los días que el amor es la fuerza más grande.

A Cenith, mi coequipera en la vida, junto a vos he alcanzado mucho y ha sido un honor trabajar a tu lado; tu lealtad y amistad han sido refugio en los momentos más difíciles. Mejor compañera no pude haber tenido y finalizar esta etapa contigo llena mi corazón de alegría.

Ebenezer “Hasta aquí nos ha ayudado el Señor”

Dedicatoria Bleidis Cenith Ruedas

A mi núcleo familiar, **EL PILAR DE MI VIDA** y mi red de apoyo:

A mi familia, quienes me han provisto de múltiples herramientas para culminar de forma satisfactoria esta etapa; con amor, esfuerzo y dadivosidad me han acompañado.

A Carmelita Contreras (mi mamá) quien fue mi ayuda incondicional en estos años académicos y ha sido cimiento de resiliencia y fuerza.

A Edgardo Ruedas, (Mi papá, mi teco teco) mi guía en el camino de la vida, quien ha sido mi certeza y con amor me ha enseñado el significado de la responsabilidad y del compromiso.

A Jhoan Ruedas y Yonaider Ruedas, (Mis hermanos) el regalo más hermoso que mis padres me han dado. Gracias por cada acto de amor hacia mí, por convertirse en mis cuidadores y protectores, gracias por incentivar me y orientarme.

A quienes también compartieron conmigo este camino:

A GP, quien me acompañó durante muchas madrugadas y con calidez me animó a seguir adelante; gracias por tomar mi mano y por prestarme tu hombro para reposar.

A Melissa Navarro (Yiseth) mi compañera de investigación y amiga, gracias por la paciencia, el amor y el cariño que con sus actos han quedado en evidencia. Gracias por orar por mí, y por ser mi ayuda cuando lo he necesitado.

A mí (Bleidis Cenith), gracias por estudiar la carrera que anhelabas y no traicionar tus convicciones, por tu determinación y capacidad para continuar aun cuando no lo creías posible.

Resumen

La presente investigación determinó la adicción a las redes sociales en estudiantes de 15 a 19 años de la Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales de la Universidad Popular del Cesar, sede Valledupar. Se empleó un enfoque cuantitativo con diseño no experimental, descriptivo y transversal, aplicando el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) de Ecurra y Salas (2014) a 110 estudiantes mediante muestreo por conveniencia. El instrumento evalúa tres dimensiones: obsesión por las redes sociales, falta de control personal y uso excesivo.

Los resultados obtenidos demostraron que el 56.36% de los estudiantes presenta nivel medio de adicción, el 33.64% nivel bajo y el 10% nivel alto. Prevaleció la participación femenina (85.5%) y la edad más frecuente fue 18 años. En la dimensión de falta de control personal predominó el nivel medio en los tres programas (Derecho 82.85%, Sociología 80.55%, Psicología 53.85%), mientras que en uso excesivo Psicología mostró el mayor porcentaje de nivel alto (20.51%). Se concluye que existe una tendencia significativa hacia la adicción a las redes sociales en esta población universitaria, mostrando problemas para instaurar límites efectivos en el tiempo de conexión

Palabras clave: Redes sociales, adicción, falta de control, uso excesivo.

Abstract

This research determined social media addiction in students aged 15 to 19 years from the Faculty of Law, Political and Social Sciences at Universidad Popular del Cesar, Valledupar campus. A quantitative approach with a non-experimental, descriptive, and cross-sectional design was employed, applying the Social Media Addiction Questionnaire (SMAQ) by Ecurra and Salas (2014) to 110 students through convenience sampling. The instrument evaluates three dimensions: obsession with social media, lack of personal control, and excessive use.

The results obtained demonstrated that 56.36% of students present a medium level of addiction, 33.64% a low level, and 10% a high level. Female participation prevailed (85.5%) and the most frequent age was 18 years. In the dimension of lack of personal control, the medium level predominated across all three programs (Law 82.85%, Sociology 80.55%, Psychology 53.85%), while in excessive use, Psychology showed the highest percentage of high level (20.51%). It is concluded that there is a significant trend toward social media addiction in this university population, showing difficulties in establishing effective limits on connection time.

Keywords: Social networks, addiction, lack of control, excessive use.

Introducción

El siglo XXI ha permitido grandes avances para el hombre, facilitando los procesos y el modo de relacionarse con los demás; por ello, la vinculación del uso de las redes sociales se ha establecido como un elemento esencial de la vida diaria; particularmente en los adolescentes y jóvenes. Estas plataformas han permitido la eliminación de barreras en la comunicación y el alcance a la información. Este fenómeno, aunque ha transformado positivamente los procesos de interacción, comunicación y acceso a la información; no obstante, ha permitido la aparición de problemáticas como la adicción a las redes sociales dado al uso excesivo y sin consciencia de estas plataformas digitales.

A partir de la revisión de la literatura disponible, se encontraron distintas investigaciones nacionales e internacionales que han evidenciado que los estudiantes jóvenes constituyen una población particularmente vulnerable al desarrollo de conductas adictivas hacia las redes sociales, las cuales pueden afectar su bienestar psicológico, su desarrollo cognitivo, su interacción social y su desempeño académico.

En este contexto, es pertinente profundizar sobre el impacto de esta problemática; por lo que, investigaciones como las de Cheng et al. (2021) son valiosas, en ella han reportado que entre el 12% y el 34% de los universitarios a nivel global presentan niveles de adicción a redes sociales. Del mismo modo, el informe de Save the Children (2024) relaciona que los adolescentes de manera prematura hacen uso de las redes sociales, esto de manera desmedida puede facilitar una dependencia a ellas. En este sentido, el uso desmedido de las redes sociales es una problemática que se viene presentando en distintos ciclos vitales; pero que, afecta principalmente a los adolescentes y jóvenes.

Ahora bien, esta investigación se realiza con estudiantes de la Derecho, Sociología y Psicología de La Universidad Popular del Cesar sede Valledupar, específicamente quienes se encuentran ubicados en el rango de edad entre los 15 y 19 años para determinar la existencia de adicción a las redes sociales en estudiantes adolescentes y jóvenes de la facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales de la Universidad Popular del Cesar sede Valledupar; para ello se empleó un enfoque cuantitativo, no experimental, descriptivo y transversal, utilizando el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS), aplicado mediante un muestreo por conveniencia.

La investigación adquiere preeminencia porque posibilita identificar la existencia de este fenómeno, visibilizarlo; así como, la incidencia en las diversas áreas del funcionamiento diario de estos jóvenes. Finalmente, se convierte en un recurso para futuras investigaciones, siendo una evidencia local que favorece al entendimiento de este fenómeno en estudiantes de educación superior de Valledupar.

Capítulo I

Idea De Investigación

Adicción a las redes sociales en estudiantes adolescentes y jóvenes de la facultad de Derecho, ciencias políticas y sociales de la Universidad Popular del Cesar sede Valledupar.

Según el GlobalWebIndex (2019) Colombia es uno de los países con mayor interacción en redes sociales, ocupando el Ránking (3) de 25 países encuestados, donde se indica que los colombianos pasan en promedio un estimado de 216 minutos. Doscientos dieciséis minutos frente a las pantallas digitales equivale a 3 horas y 36 minutos, esto indica que el tiempo que invierten las personas en redes sociales es extenso; debido a que, en la semana estarían utilizando las pantallas en un estimado de 25,2 h; quiere decir, que en Colombia la población destina más de un día a la semana solo en la utilización de estas herramientas digitales.

En este sentido, es importante mencionar que la adicción a las redes sociales genera gran impacto en distintas poblaciones, indistintamente de su ciclo vital y estrato social; pues esto; ha sido una problemática constante desde que las redes sociales se inmiscuyeron en la rutina de las personas. Si bien no se desconoce que este fenómeno ha llegado para generar bienestar significativo al individuo en cuanto a la automatización de distintos roles, generando así una descarga de responsabilidades y ayuda a las personas, sin embargo, al pasar el tiempo, el uso excesivo de las pantallas digitales ha creado una necesidad constante de exposición a estas. Este fenómeno afecta a estudiantes de educación superior en la ciudad de Valledupar, Cesar generando preocupación por la incidencia en su salud mental,

rendimiento académico y el modo de interacción social; por lo que es necesario desarrollar esta investigación con el fin de favorecer a la población estudiada.

Planteamiento del Problema

Las redes sociales (RDS) han transformado la perspectiva y la manera en que las personas generan integración social. A partir de dicha transformación, muchas cosas han venido cambiando para los individuos, hoy en día la tecnología facilita diversas tareas debido a que sus herramientas prestan el servicio necesario para apoyar a quien lo necesite; en este sentido, los estudiantes hacen uso de estas plataformas tanto de forma debida como indebida. El uso deliberado y descontrolado de las redes sociales generan daños cognitivos, donde se puede ver afectada distintas áreas, tales como la memoria, la percepción, así como la creatividad. Por otro lado, esto genera una implicación negativa en la ergonomía de la persona debido a que las posturas indebidas relacionadas al uso excesivo del dispositivo móvil o al computador dan como resultado alteraciones físicas.

Estudios recientes manifiestan que la adicción a las redes sociales en la población adolescente y juvenil va incrementando progresivamente; debido a que, esto se convierte en un hábito que cada día es reforzado. Como bien sostiene, Baltazara y Mamami (2022), los adolescentes en la búsqueda de una conexión emocional con sus pares, el aumento de conexión a internet, el acceso a teléfonos móviles y el uso desmedido de las redes sociales; expone a los jóvenes a un estado de total vulnerabilidad; debido a que, esto los envuelve de tal manera en que sienten dependencia absoluta tanto a redes sociales como a los dispositivos móviles.

Así mismo, un informe realizado por Save the Children (2024) en encuestas realizadas a casi 3.315 adolescentes de 14 y 17 años en España, señala que 9 de cada 10 adolescentes se conectan varias veces al día a internet o están permanentemente conectados. Además, el 58% utilizan internet de manera habitual desde los 11 años, y 1 de cada 3 lo utiliza de manera habitual desde antes de cumplir los 10 años. En este sentido, la exposición que tienen los adolescentes a redes sociales es indiscutiblemente muy amplia; de este modo, los menores inician la interacción con dispositivos móviles y con plataformas a una edad temprana, lo cual genera daños y alteraciones psicológicas en ellos, puesto que estos se encuentran en una etapa de desarrollo.

El siglo XXI ha sido un punto de la historia donde la comunicación e interacción ha variado con el auge de apps como MySpace y Facebook, las barreras en la comunicación se eliminaron a principio de los dos mil y poco a poco fueron apareciendo otras redes de entretenimiento y mensajería (Instagram, Tik tok, X, YouTube, WhatsApp); las cartas y las cabinas telefónicas dejaron de existir para concentrar todo en un solo dispositivo; nada antes en las memorias del tiempo se compara a lo que hoy ha generado las redes sociales; desde el punto de vista Valencia et al., (2021) no se había presentado nada que supere a las pantallas inteligentes, que desde una plataforma logre agrupar a tantas personas.

Aunque el establecimiento de las redes sociales permite estar informado y en comunicación, el exceso de uso y exposición a pantallas puede ser nocivo, sin embargo; aún no existe una conciencia en la sociedad sobre que el uso desmedido de las RDS puede generar afectaciones en los hábitos de sueño, estilo de vida poco saludables y hasta afectaciones en la salud mental (Mainoo et al., 2025); tampoco, existen reglas claras sobre el límite de horas diarias y permite libertad absoluta para el uso de estas. Estudios recientes

realizados por Rideout & Robb (2019), los adolescentes entre 12 y 17 años utilizan las pantallas diariamente un estimado de 7 horas y 22 minutos y los niños entre 8 y 12 años las utilizan por día 4 horas y 44 minutos. Estas cifras ponen en perspectiva la necesidad inherente de investigar a profundidad la adicción a las redes sociales por estudiantes de educación superior para establecer estrategias de prevención y promoción del buen uso de las redes sociales.

Pregunta De Investigación

¿Cuál es el nivel adicción a las redes sociales en estudiantes de 15 y 19 años en educación superior?

Objetivos

Objetivo general:

Determinar el nivel de adicción a las redes sociales en estudiantes adolescentes y jóvenes de la facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales de la Universidad Popular del Cesar sede Valledupar.

Objetivos específicos

Caracterizar demográficamente a la población según su sexo, edad programa de estudio.

Identificar la obsesión a las redes, la falta de control personal y el uso excesivo de las redes sociales.

Comparar la adicción a las redes sociales presente en los estudiantes de los programas de derecho, psicología y sociología.

Justificación

La adicción a las redes sociales es un tema en auge, pero que no toda la sociedad tiene conocimiento de esto; el uso sin control ni límites de las redes sociales repercute negativamente y puede producir alteraciones en la memoria, la percepción, la creatividad los cuales para el ciclo vital de la población estudiada es primordial. Cheng et al. (2021) en su investigación “Prevalence of social media addiction across 32 nations: Meta-analysis with subgroup analysis of classification schemes and cultural values” afirman que los estudiantes universitarios suponen una población altamente vulnerable, ya que la forma en que usan sus redes sociales llega hasta un punto perjudicial generando la adicción.

Asimismo, las cifras de la adicción en distintos países encuestados oscilan entre el 12% y el 34%; el desarrollo cognitivo, la construcción de la identidad, el autoconocimiento y la construcción de relaciones aún está en desarrollo en los estudiantes dentro de los 15 y 19 años, por lo que, el uso desmedido de las RDS y la no vigilancia termina siendo una problemática de alto impacto.

Teniendo en cuenta lo dicho anteriormente, es pertinente profundizar sobre el tema de investigación para conocer el impacto del uso de las RDS en estudiantes de educación superior en la ciudad de Valledupar y la adicción a ellas; de esta manera, investigaciones posteriores pueden hacer uso de esta información para desarrollar estrategias efectivas de prevención y promoción del uso responsable y consciente de las redes sociales lo cual favorecerá la no normalización de conductas y practicas destructivas, tanto cognitivamente, como en el rendimiento académico, las relaciones interpersonales y su bienestar integral.

En este sentido, la población elegida para estudiar son los estudiantes de educación superior entre 15 y 19 años, dado a que en esta etapa del ciclo vital son particularmente vulnerables y tienen mayor tendencia a desarrollar adicción a esta, debido a la alta exposición a la tecnología. Del mismo modo, comprender las dinámicas de esta adicción permitirá desarrollar estrategias efectivas para prevenir y mitigar sus efectos negativos que pueden llegar a presentarse en esta población.

Capítulo II Marco Teórico Referencial

Antecedentes

El primer antecedente de orden internacional es realizado por Rojí (2024) titulado “Influencia del uso de redes sociales en el sueño, el rendimiento académico y la actividad física en estudiantes de Secundaria” el objetivo de esta investigación fue “analiza(R) el impacto del uso de redes sociales sobre la calidad del sueño, el rendimiento académico y la actividad física en estudiantes de 3º de Educación Secundaria Obligatoria (ESO) en un centro educativo de Caravaca de la Cruz, Murcia.” La metodología llevada a cabo fue basada en un enfoque cuantitativo con un diseño correlacional descriptivo.

Para llevar a cabo esta investigación se utilizaron los siguientes instrumentos: El cuestionario Sleep Self-Report (versión en español), adaptado de Orgilés et al. (2013), para medir la calidad del sueño, y El PAQ-A Questionnaire, desarrollado por Martínez-Gómez et al., (2009), para evaluar la cantidad y tipo de actividad física realizada.

Así mismo, los resultados encontrados en esta investigación fueron los siguientes: El uso de smartphone entre adolescentes generalmente se da entre 2 y 5 horas al día, siendo WhatsApp la aplicación más usada mientras que tik tok e Instagram suelen ser usadas en un

rango entre 1 y 3 horas. Respecto al reporte del sueño la mayoría indica un buen descanso sin embargo en el rendimiento académico predomina una repercusión negativa. Finalmente, esta investigación afirma que el uso excesivo de redes sociales se encuentra vinculado a los desafíos de desarrollo físico, cognitivo y emocional en los adolescentes. Así mismo, se especifica la relevancia que tienen los espacios educativos y familiares para ser proactivos y ejercer una función de regulación en el uso desmedido de la tecnología.

Por otro lado, la investigación mencionada se relaciona con una de las variables de estudio “redes sociales” por lo cual se convierte en un referente teórico. Aunque el contexto educativo es distinto, los resultados sobre el abuso de las redes sociales refuerzan la importancia de investigar dicha problemática en el contexto de educación superior.

El segundo antecedente de orden internacional, realizado por Sánchez Cevallos, E. (2022), tiene como título “Adicción a las redes sociales en jóvenes de 12 a 18 años de una institución educativa de la ciudad de Quito, D.M. por la variación en la modalidad de estudio por distanciamiento social” este estudio estableció como objetivo principal el “Determinar los niveles de adicción a las redes sociales en jóvenes de 12 a 18 años por la variación en la modalidad de estudio.”. Asimismo, la metodología empleada fue desde un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental, transversal y descriptivo, hizo uso del instrumento de investigación el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) de Ecurra y Salas (2014)

En cuanto a los resultados, se estableció que los jóvenes encuestados tienen un nivel medio de adicción a las redes sociales, y en la diferenciación de género las mujeres son más propensas a utilizar por mayor tiempo las redes sociales, del total de la población femenina encuestada el 90 % cumple con lo anteriormente dicho, por otro lado, los hombres

encuestados, un 80 % de los estudiados tiene un uso excesivo a las redes sociales. Del mismo modo, del total de los encuestados el 29% se conectan diariamente de entre 7 y 12 veces al día, esto evidencia un uso excesivo a las RDS. Finalmente, se concluyó que la población entre 12 y 18 años presenta un nivel medio de adicción a las RDS, así como que, los jóvenes experimentan intranquilidad al no estar conectados.

Esta investigación se relaciona con las variables del trabajo, así como el instrumento de medición utilizado, por lo que se convierte en una guía de la ruta a seguir para una investigación bien ejecutada.

El tercer antecedente de orden internacional es realizado por Urrunaga Ramírez et al., (2020) titulado “Adicción a redes sociales y rendimiento académico” el cual tiene como objetivo identificar la relación existente entre la adicción a redes sociales y el rendimiento académico, así mismo, su metodología es descriptiva-relacional, no experimental, así mismo, se utilizó el estadístico SPSS-23. Por otro lado, dicho estudio tiene discusión La totalidad de los estudiantes encuestados usa redes sociales y se encuentra la mayor parte del tiempo conectado a sus redes sociales y dispositivos, del mismo modo, no se identificó relación entre las redes sociales y el bajo rendimiento académico. Finalmente, no se encontró correlación entre adicción a redes sociales y el bajo rendimiento académico. Así mismo se especifica que el 40,5% tiene un uso abusivo de redes sociales.

Ahora bien, aunque en esta investigación no se especificó relación entre la adicción a redes sociales y el impacto negativo en el rendimiento escolar, si es esta una investigación necesaria para comprender la incidencia de la conducta en cuanto al uso de las redes sociales por jóvenes estudiantes, lo cual genera una perspectiva amplia de lo que sucede en relación con el uso de las herramientas digitales.

El cuarto antecedente de orden internacional fue realizado por Ramírez Jaime et al.,(2023) titulado “Adicción a las redes sociales, estrés académico y rendimiento académico en jóvenes universitarios de Sinaloa y Nayarit.” con el objetivo “identificar la relación entre adicción a las redes sociales, estrés y rendimiento académicos en 2590 estudiantes de dos universidades públicas de Sinaloa y Nayarit.”. Así mismo, la metodología fue un estudio de diseño descriptivo, correlacional y transversal; se realizó con 1870 estudiantes universitarios hombres y mujeres mayores de 18 años inscritos en un programa de licenciatura del área de la salud de una universidad pública del municipio de Ahome, Sinaloa, México, y en 720 estudiantes de un programa en área de la salud de una universidad pública de la ciudad de Tepic, Nayarit, México. Esto por medio del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (Escurrea y Salas, 2014).

En cuanto a los resultados obtenidos los estudiantes universitarios tienen ARS en nivel bajo y moderado; además, experimentan un nivel moderado de estrés académico. Es decir, que a mayor uso excesivo de redes sociales menor es el rendimiento académico; también, se observó que entre más horas de conexión a redes sociales más reacciones psicológicas relacionadas al estrés académico.

El quinto antecedente internacional fue realizado por Portillo et al., (2021), titulado “Relación del Uso de Redes Sociales con la Autoestima y la Ansiedad en Estudiantes Universitarios” este tuvo como objetivo establecer la relación entre la adicción a las redes sociales, la autoestima y la ansiedad en estudiantes universitarios. Dentro de la metodología correlacional desde lo cuantitativo se estableció la participación 100 estudiantes de la Universidad Autónoma de Ciudad Juárez (36 hombres y 64 mujeres), con edades entre 18 y 44 años; a quienes se les aplicó tres cuestionarios, el primero fue el cuestionario de

Adicción a Redes Sociales (ARS) para medir obsesión, falta de control y uso excesivo; también, la escala de Ansiedad Manifiesta en Adultos (AMAS-A) para evaluar niveles y tipos de ansiedad y finalmente, la escala de Autoestima de Rosenberg para medir autoestima.

En relación con los resultados, se deduce que la adicción a las redes sociales se vincula nocivamente con su nivel de autoestima; además, la adicción a las redes sociales y el nivel de ansiedad coexisten considerablemente; es decir que, los estudiantes con mayor adicción presentan mayores niveles de ansiedad. Así mismo, los resultados mostraron que los estudiantes con alta autoestima no obtuvieron niveles altos de adicción, lo que contrasta con los estudiantes que puntuaron con altos niveles ansiedad también mostraron niveles altos en el cuestionario de adicción. Finalmente, esta investigación indicó que existe correlación entre la adicción a las redes sociales y los niveles de ansiedad; es decir que, las estudiantes más ansiosas son las que mayor tiempo en redes sociales utilizan.

Con relación a la relevancia de este antecedente para esta investigación es importante por varios aspectos, uno de ellos es que ambas investigaciones tienen como población objetivo a estudiantes de educación superior; así mismo, que empleen mismo instrumento, el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS), puede facilitar la comparación de resultados y la metodología.

El sexto antecedente de orden internacional fue realizado por Cheng et al. (2021), fue titulada "Prevalence of social media addiction across 32 nations: Meta-analysis with subgroup analysis of classification schemes and cultural values" tuvo como objetivo realizar un metaanálisis para sintetizar sistemáticamente las investigaciones existentes en 32 países sobre la prevalencia de la adicción a las redes sociales, teniendo en cuenta los

esquemas de clasificación, valores culturales (individualismo vs. colectivismo) y factores demográficos. En cuanto en la metodología implementada, tuvo 63 muestras independientes con un total de 34,798 participantes de 32 naciones. Esto fue analizado haciendo uso de las escalas Bergen Facebook Addiction Scale (BFAS) y Bergen Social Media Addiction Scale (BSMAS).

En cuanto a los resultados, existe una prevalencia de adicción a las redes sociales en los 32 países, se encontró un impacto mayor en países colectivistas con un porcentaje del 31% a diferencia de los países individualistas que obtuvo 14%; por otro lado, no se encontraron diferencias significativas por edad o género en los estudios revisados. En conclusión, la existencia de la prevalencia de adicción a las redes sociales se estableció a partir del esquema de clasificación utilizado y de factores culturales utilizados para discriminar entre las distintas poblaciones, comunidades y países siendo más alta en naciones colectivistas.

Estos hallazgos resaltan la necesidad de considerar el contexto cultural y el método de medición al interpretar la prevalencia de esta problemática a nivel global, para orientar mejor las políticas y estrategias de intervención. Esta investigación aporta una visión global y comparativa sobre la adicción a redes sociales, destacando la influencia cultural y metodológica en la estimación de su prevalencia de adicción a las redes sociales en el contexto colombiano, más específicamente en los estudiantes de educación superior en la ciudad de Valledupar.

El séptimo antecedente de orden internacional fue realizado por Twenge et al., (2022), con el título “Specification curve analysis shows that social media use is linked to poor mental health, especially among girls.” Esta investigación tuvo como objetivo

reanalizar los resultados de estudios anteriormente publicados respecto al uso de tecnología y salud mental en adolescentes, haciendo un análisis de curva de especificación (SCA) con restricciones analíticas alternativas para explorar la correlación entre actividades específicas en RDS y la salud mental, considerando el género y descartando posibles mediadores.

En cuanto, a la metodología implementada se hizo un análisis de curva de especificación (SCA) en tres conjuntos de datos a gran escala de adolescentes en EE. UU. y Reino Unido. A partir de los resultados de investigaciones previas, se reanalizaron los datos mutando cuatro aspectos; el primero fue explorar actividades específicas de medios digitales (redes sociales) en lugar de agrupar todo el "tiempo de pantalla"; el segundo fue discriminar entre niños y niñas, el tercero se enfocó en descartar posibles mediadores de la lista de controles; y cuarto fue tratar las escalas de medición por igual.

Referente a los resultados de esta investigación, se encontró que entre las niñas existe una correlación significativa entre la salud mental y el uso de redes sociales; en comparación con los resultados obtenidos entre salud mental y el consumo excesivo de alcohol, la agresión sexual, la obesidad y el consumo de drogas duras. Por lo que se concluyó que el uso de redes sociales se relaciona significativamente con disminución del bienestar psicológico, principalmente entre las niñas.

En lo que refiere a la relevancia de esta investigación como antecedente es debido a que este estudio vincula la variable del uso de redes sociales y muestra las consecuencias de un uso desmedido de las RDS y ¿cómo este afecta en la salud mental?; esto ayuda a comprender las secuelas psicológicas de la adicción a redes sociales en la población estudiantil.

El octavo antecedente de orden internacional fue realizado por Valencia et al. (2023), titulado “Uso problemático de las redes sociales: el caso de estudiantes mexicanos” tuvo como objetivo analizar la adicción a las redes sociales en los jóvenes mexicanos.; para esta investigación se usó una metodología exploratoria aplicando un cuestionario a 17,600 jóvenes, apoyado en la adaptación de la forma de estudiante de escala de adicción a las redes sociales (SMAS-SF) de Sahin.

Con relación a los resultados se puede enfatizar la poca conciencia por parte de los jóvenes en su percepción sobre la dependencia a las redes sociales y su nivel de adicción. Con estos resultados los investigadores concluyeron que es necesario prestar mayor atención a la poca conciencia por parte de la juventud sobre su adicción a redes sociales, teniendo en cuenta las restricciones de percepción que presenta la muestra; además, que la investigación se centró en medir las autopercepciones de los estudiantes jóvenes con relación a las redes sociales.

En cuanto a la importancia de este antecedente se centra en que la población de estudio coincide significativamente en su ciclo vital, aunque la nacionalidad sea distinta; la investigación se centra en jóvenes, aunque de nacionalidad mexicana; esto permite un marco de referencia sobre cómo presenta la adicción a las redes sociales en este grupo etario.

El noveno antecedente de orden internacional, realizado por López Iglesias et al., (2023), y titulado “Patologías y dependencias que provocan las Redes Sociales en los jóvenes nativos digitales” con el objetivo de “analizar la percepción que tiene la población juvenil sobre las enfermedades mentales asociadas al uso de las redes sociales” con una metodología cuantitativa, descriptiva. Por otro lado, los resultados obtenidos en esta

investigación evidencian que la mayoría de encuestados equivalentes al 63,9% se encuentran conectados a internet, específicamente a redes sociales, y el motivo inicial de estos es el disfrute y el placer; una de las mayores preocupaciones de los consumidores de redes sociales es la pérdida de privacidad y la preocupación por una posible adicción; así mismo, estos consumidores estimaron contemplar síntomas de ansiedad y depresión.

Por otro lado, es importante mencionar que la investigación anterior es necesaria debido a que se relaciona estrechamente con una de las variables de esta investigación la cuál es “redes sociales” en este sentido, es una guía de la cual se puede partir para tener conocimiento de las incidencias y repercusiones que tienen las redes sociales en los jóvenes y el impacto negativo que estas generan en la vida diaria de la juventud, específicamente a nivel de patologías.

El décimo antecedente de orden internacional, realizado por Soria (2024) el cual es titulado “Adicción a las redes sociales y su relación con la autoestima en adolescentes” con el objetivo de “determinar la relación que existe entre adicción a las redes sociales y la autoestima en adolescentes de la Unidad Educativa “San Luis Gonzaga”, del mismo modo, la metodología utilizada es cuantitativa, con alcance descriptivo, correlacional de corte transversal. Por otro lado, la escala utilizada es la Autoestima de Rossemberg con 10 ítems, tipo Likert y el cuestionario aplicado corresponde a: adicción a redes sociales (ARS). En cuento, a los resultados obtenidos se relacionan con que a mayor obsesión por las redes sociales menor nivel de la autoestima del consumidor de dichas redes sociales. Así mismo, en cuanto a redes sociales, prevalece más autoestima en hombres que en mujeres.

En este sentido, esta investigación se convierte en referente teórico para el desarrollo de futuras investigaciones y en especial, busca describir la adicción a las redes sociales que tienen los jóvenes universitarios.

El onceavo antecedente de orden internacional es realizado por Valencia et al, (2021) titulado “Problemática de estudio e investigación de la adicción a las redes sociales online en jóvenes y adolescentes” este estudio estableció como objetivo “analizar el impacto de las redes sociales en los más jóvenes y los elementos que hay que controlar desde el ámbito educativo” Por otro lado, la metodología implementada es de carácter exploratorio-descriptivo, donde se obtuvieron los siguientes resultados: El uso de RSO representa una preocupación constante en el ámbito educativo ya que esto podría ocasionar riesgos relacionados con la imagen personal, psicológica, afectiva y de salud; así mismo, se plantean acciones formativas para estudiantes, adolescentes y padres para promover una dieta digital que permita filtrar aspectos positivos y negativos del uso reiterado de las redes sociales.

De igual manera, esta investigación se relaciona con el uso adictivo y excesivo de las redes sociales siendo así una herramienta teórica importante para el desarrollo de esta investigación que busca determinar aspectos de la adicción a redes sociales, teniendo en cuenta el uso que los jóvenes comprendidos en un rango de edad entre 15 y 19 años pueden llegar a darle; por otro lado, la investigación puntualiza sobre las repercusiones del uso de redes sociales en los estudiantes por lo cual se convierte en un sustento teórico necesario e importante.

El doceavo antecedente de orden internacional Tejada-Garitano et al. (2023) titulado “Internet, smartphone y redes sociales: entre el uso y abuso, previo a la adicción” su

objetivo fue tener información útil sobre el uso que el alumnado de sexto de Educación Primaria hace del smartphone, internet y redes sociales para valorar en qué medida están abusando de los mismos; esto se logró por medio de un estudio cuantitativo vinculando la aplicación de un cuestionario “Encuesta sobre hábitos de uso y seguridad de internet de menores y jóvenes en España” a 197 estudiantes con edades comprendidas entre 11 y 12 años del grado sexto de Educación Primaria; este cuestionario recoge información sobre la periodicidad de uso, espacios de uso, internet, redes sociales, entre otros aspectos.

De este modo, se encontró que la gran mayoría de los estudiantes encuestados usa internet de forma moderada; pero, se presenta que de cada 10 estudiantes 1 de ellos utiliza las tecnologías de forma desmedida; además, existe un uso prematuro y sin vigilancia que facilita el abuso paulatino, permitiendo un futuro de dependencia y adicción. Por añadidura, se establecieron contrastes entre géneros sobre el uso de internet, los varones se vinculan a las tecnologías principalmente videojuegos; por el contrario, las mujeres se incorporan directamente a redes sociales horizontales. Con esta información se concluyó que es imprescindible educar no para atención solamente de la problemática, si no como método de prevención a las dependencia o adicción a las RDS; así mismo, se invita a la supervisión por parte de los acudientes para evitar riesgos futuros.

Finalmente, la trascendencia de este antecedente se debe a que suministra datos sobre el uso y abuso de las RDS como previo a la adicción en jóvenes escolares, subrayando la importancia de la prevención y la educación para evitar la dependencia en el contexto digital.

Por otro lado, los antecedentes nacionales son indispensables para discriminar la problemática en el contexto colombiano, pues dichas investigaciones crean espacios

académicos para que futuros investigadores continúen contribuyendo a la indagación de problemáticas.

El primer antecedente de orden nacional es el realizado por Palencia et al, (2022) titulado “El impacto del uso desmedido de las redes sociales e internet en el rendimiento académico de los adolescentes del liceo superior de Bogotá”; este estableció como objetivo de investigación “Identificar la relación entre el uso desproporcionado de las redes sociales e internet y el bajo rendimiento académico en los estudiantes de decimo de la institución liceo superior.” Así mismo, la metodología implementada fue desde un enfoque cuantitativo no experimental de corte transversal correlacional, con una muestra poblacional de 30 adolescentes de estrato socioeconómico (3) escolarizados en la institución Liceo Superior de Bogotá; además, se utilizó el instrumento de medición “Escala de riesgo de adicción-adolescentes a las redes sociales e internet: fiabilidad y validez (ERA-RSI)”.

Ahora bien, los resultados obtenidos de esta investigación constan que, en la dimensión de adicción, el 50% de las respuestas de los participantes se vinculan a presentar una sintomatología de adicción “muchas veces” o “siempre”; de la misma manera, en la dimensión del uso social de las redes sociales los adolescentes seleccionaron en más del 50% que utilizan las RDS como un impulso social, seleccionando en sus respuestas en “Muchas veces” o “siempre”. Finalmente, esta investigación concluyó que en la sintomatología adicción, el 49% de los estudiantes comprende que existe un uso desmedido a las redes sociales que interfiere en una rutina sana de sueño. Sin embargo, en la correlación estudiada entre adicción a las redes sociales y bajo rendimiento académico, 1 de

30 estudiantes de la muestra presenta adicción a las redes sociales y bajo rendimiento académico.

Esta investigación anteriormente descrita, es importante debido a que provee una base metodológica y conceptual sobre la adicción a las redes sociales y explorar cómo el uso problemático puede influir en el desempeño educativo.

El segundo antecedente nivel nacional es el realizado por Klimenko et al., (2024), titulado “Riesgo de adicción a redes sociales e Internet y su relación con habilidades para la vida y socioemocionales en una muestra de estudiantes de bachillerato del municipio de Envigado.” Este estudio tuvo como objetivo valorar el riesgo de adicción a redes sociales e Internet y su relación con habilidades para la vida y socioemocionales en una muestra de adolescentes. Este se llevó a cabo por medio de una metodología cuantitativa, un estudio no experimental, de nivel correlacional, con un diseño transversal; a partir de la aplicación de la Escala de Riesgo de Adicción a las Redes Sociales e Internet (ERA-RSI), la escala de Habilidades para la Vida y otras escalas para estimar las habilidades socioemocionales de 221 estudiantes de un colegio público.

Respecto a los resultados de este antecedente se encontró un nivel medio de riesgo de adicción en la muestra, los puntajes en la dimensión de habilidades socioemocionales, la población masculina presentó niveles considerablemente superiores en autoestima, autoeficacia, satisfacción vital y tolerancia a la frustración. En cambio, las mujeres revelaron significativamente mayor resiliencia y habilidades sociales. Aparte se hallaron puntajes bajos en las prácticas para la vida, con una discrepancia significativa estadísticamente en todas las diez dimensiones constitutivas a favor del género femenino. Por ende, se concluyó los adolescentes son más propensos a la adicción a las RDS e

internet cuando existen carencias en habilidades blandas. En contraposición quienes tienen habilidades blandas y factores protectores, logran usar las redes sociales de manera más consciente.

De este modo, este antecedente es crucial puesto que justifica a partir los resultados la relevancia y necesidad de profundizar en la adicción a las RDS, revisar las causas y consecuencias del uso desmedido de las redes sociales en la población de estudiantes de educación superior en la ciudad de Valledupar, Cesar.

El tercer antecedente de orden nacional fue realizado por Tirado & Rivera. (2024). titulado “Efecto del uso de las redes sociales en la procrastinación académica.” Con el objetivo de analizar los efectos del uso de las redes sociales mediada por una unidad didáctica en los hábitos, manejo del tiempo, inicio y culminación de tareas y conciencia de la procrastinación académica en los estudiantes de noveno grado pertenecientes a la Institución Educativa Liceo la Pradera de la ciudad de Montería, Córdoba. Por otro lado, la metodología implementada fue desde lo cuantitativo con un enfoque experimental, a partir de la aplicación Escala de Procrastinación Académica (EPA) a cuarenta estudiantes entre los trece y catorce años.

Ahora bien, los resultados de esta investigación mostraron que la procrastinación académica se intensifica con el uso desmedido de las redes de las redes sociales; además, se encontró que una tercera parte de los estudiantes desconocían sobre el manejo consciente de internet y redes sociales; así como, la existencia procrastinación académica; con esto se concluyó que el uso de las redes sociales impacta significativamente en la procrastinación académica, así mismo, que los estudiantes se sienten más cómodos al utilizar redes sociales como herramienta de aprendizaje.

El cuarto antecedente de orden nacional fue el realizado por Valero et al., (2025), titulado “Redes sociales y su impacto en la salud mental de estudiantes universitarios: un estudio bibliométrico.” Este antecedente tuvo como objetivo el analizar las principales producciones científicas relacionadas con las redes sociales y su impacto en la salud mental de los estudiantes universitarios, este se logró a partir de una metodología cuantitativa descriptiva, analizando bibliométricamente estudios previos entre 2014 y 2024. Fueron revisados 277 documentos tomados del repositorio Scopus; además, se hizo uso del software VOSviewer con el propósito revisar la simultaneidad de las palabras clave y otras condiciones pertinentes en la literatura científica.

Del mismo modo, esta investigación pudo obtener unos resultados que se vinculan principalmente al incremento del estudio científico particularmente desde el año 2020, esto se relaciona con un hecho histórico como lo fue la pandemia de COVID-19, que acrecentó las interacciones por medio de plataformas; países como Estados Unidos, Reino Unido y China sobresalieron como países con mayor interés y publicación sobre el tema estudiado; sin embargo, otros países también se interesaron significativamente. De esta manera, se concluyó que imprescindible proseguir en la investigación de la incidencia de las redes sociales y la salud mental, para poder contrarrestar el uso inadecuado y proteger el bienestar de la población estudiantil.

Finalmente, la pertinencia de este antecedente corresponde a que es un estudio reciente que investiga el impacto de las redes sociales en la salud mental de los estudiantes universitarios, mostrando información de referencia sobre el impacto y posible adicción a las RDS en el contexto universitario.

El primer antecedente de orden local fue realizado por Curiel y Escobar (2022), titulado “Adicción al internet en estudiantes de primero y segundo semestre del programa de psicología de la Universidad Popular del Cesar Sede Valledupar Cesar, 2021-2” este tuvo como objetivo determinar el nivel de adicción al internet en estudiantes de los dos primeros semestres del programa de psicología de la Universidad Popular del Cesar Sede Valledupar Cesar, 2021-2. Por otro lado, la metodología implementada fue desde le enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental con corte trasversal, con un tipo de investigación descriptiva; para esto se aplicó a 91 estudiantes de primero y segundo semestre del programa de psicología de la Universidad Popular del Cesar Sede Valledupar Cesar, 2021-2, entre hombres y mujeres un instrumento de medición llamado Test de adicción a la internet (IAT).

En cuanto a los resultados se encontró que la gran mayoría de los estudiantes son propensos a tener adicción a las redes sociales; que, aunque indicaron un control moderado de las redes sociales presentan dificultades para medir el tiempo de uso y los impulsos a revisar constantemente, entre otros aspectos encontrados. Finalmente se concluyó que los estudiantes argumentan y validan su excesivo uso de las redes sociales, sin tener en cuenta el impacto en sus responsabilidades.

Por esta razón, este antecedente es importante ya que aporta indicios en el contexto local sobre la adicción a las redes sociales en el programa de psicología de la Universidad Popular del Cesar Sede Valledupar. Así como, presenta una muestra de lo que hasta el momento ha sido investigado en el sector.

Bases Teóricas

Psicología

Tal como es definido por Baron, (2008, Pág.5; citado por Sotelo Narváez, 2016) la psicología es la ciencia que estudia la conducta y los procesos cognoscitivos. La psicología es una ciencia de amplio espectro la cual estudia el comportamiento y la conducta del ser humano, esta comprende al individuo como un ser integral, el cual es la respuesta de la influencia social brindada por su entorno; sin embargo, no minimiza la influencia biológica que en nosotros existe, pero, especifica que la conducta del hombre es dada por su contexto de desarrollo.

Redes sociales

Según Celaya (2008; citado por Hütt,2012) las redes sociales son un espacio virtual donde las personas publican y comparten información a nivel personal y profesional con personas cercanas y desconocidos. En este sentido, las redes sociales pueden utilizarse con distintos objetivos, sin embargo, cualquier uso que a este sentido se le dé, está estrechamente relacionado con la vinculación de información personal y/o profesional para ser compartida con distintas personas, aspecto que puede ser visualizado desde distintas perspectivas sea positivo o negativo, incluso en términos de beneficio o poco provechoso, donde el usuario determina límites para establecer lo que otros usuarios pueden observar y percibir de este.

Del mismo modo, Boyd y Ellison (2008; citado por Lorenzo-Romero et al., 2011) definen las redes sociales como los servicios que se encuentran en internet, donde se crean perfiles públicos, semipúblicos dentro de un sistema donde se comparte información constante de forma bidireccional. De esta forma, los perfiles tienen como objetivo ser

visibles dentro del entorno digital; teniendo en cuenta que los perfiles sociales se asocian a la pérdida de privacidad, es una responsabilidad individual poder cuidar detalladamente de la información que se comparte en estas plataformas debido a las redes sociales aun no cuentan con un gran regulador que permita que el usuario tenga control absoluto sobre el destino que tienen los datos sensibles que se llegan a proporcionar a través de estados, historias videos e incluso imágenes.

Redes sociales existentes

Las redes sociales han ido emergiendo a partir de las tendencias y necesidad de la población, por lo que desde la década de los 2000 con mayor fuerza las aplicaciones de entretenimiento y de interacción se han vinculado a la rutina de las personas, como una necesidad inherente de estar a la vanguardia. Existen una gran cantidad de redes sociales, sin embargo, Raffino (2020; citado de Zarzoso, 2021) las clasifica entre RDS horizontales o genéricas y RDS verticales. De esta forma, las primeras se refieren a aquellas que tienen establecido no poseer un asunto específico, ni un nicho determinado, por el contrario, están disponibles para cualquiera que desee utilizar; son abiertas y diversas, por ejemplo, Facebook, Instagram, YouTube, TikTok, Snapchat, Pinterest, X, entre otras.

Asimismo, las redes sociales verticales son las que tienen como objetivo una población determinada, con intereses claros, que comparten afinidades, gustos por algún deporte, música, fotografía, como también, redes verticales para un nicho organizacional, son aplicaciones que relacionan a profesionales, como lo es la red de LinkedIn, no obstante aunque este tipo de redes delimitan la población o el nicho para generar interacción dentro de ellas también pueden compartirse datos sensibles que permiten el

establecimiento de vínculos entre los usuarios, haciendo así que el propósito principal se vea permeado por decisiones individuales de dichos usuarios.

De este modo, es necesario describir algunas de las redes sociales más utilizadas en la actualidad. Según Suarez (2024) Facebook es una red social por medio de la cual se generan conexiones que trascienden las barreras de distancia, estos vínculos no solo se generan entre individuos sino también entre marcas u organizaciones. Esta red posibilita comunicar información, vivencias, preferencias e infinidad de oportunidades; esto por medio de distintos formatos como textos, fotos y videos. Además, permite comunicarse entre pares por medio de su aplicación aliada “Messenger”, como también posee un espacio de comercialización digital donde los usuarios pueden ofrecer sus servicios y productos.

Así mismo, Martínez y Rojas (2025) mencionan que Facebook fue creada alrededor de 2004 en Estados Unidos por unos estudiantes universitarios de la Universidad de Harvard, Mark Zuckerberg inició en compañía de Chris Hughes, Eduardo Saverin, Andrew McCollum, y Dustin Moskovitz. Aunque inicialmente tenía un límite de miembros, en el año 2006 se habilitó para mayores de 13 años. Esta red ha ido transformándose a lo largo de los años, adaptándose a la evolución de la tecnología como a las tendencias e incorporando nuevas funciones y posicionándose exponencialmente como una empresa de gran valor en todo el mundo, lo que inicialmente comenzó como “Facebook” se ha transformado al mundo de Meta, que incluye otras aplicaciones de comunicación y entretenimiento como Instagram, Messenger y WhatsApp.

Caramutti, G. (2020) afirma que en el año 2010 se dio a conocer una red social llamada Instagram creada por Kevin Systrom y Mike Krieger con el propósito que los usuarios pudieran compartir sus instantes y experiencias de manera llamativa, aplicando

filtros y marcos; sin embargo, esta aplicación se ha ido adaptando a las tendencias y actualmente permite compartir imágenes, videos, relacionarse con otros por medio comentarios y "me gusta", así como, interactuar con conocidos, amigos y familiares, del mismo modo, posibilita editar y compartir reels y stories; esta red está disponible para dispositivos iOS, Android y Windows 10, lo cual permite que los usuarios tengan distintas posibilidades para compartir entre pares y seguir tendencias.

Ahora bien, González (2018; citado por Caramutti, G., 2020) señala que la red social Instagram ha revolucionado los modelos de comunicación pues ha roto las barreras lingüísticas, geográficas y de mercado con ingeniosas y únicas tendencias, ubicándose como la red propicia para impulsar un medio o una imagen personal. Es decir, que el alcance de esta red la ubica como una red principal que los usuarios usan para compartir lo que desean comunicar debido a que ha sido creada con el objetivo de compartir y generar cercanía entre los usuarios, así mismo, se presenta de forma informal abriendo paso a nuevas tendencias.

Por otro lado, TikTok es una de las redes sociales más conocidas y utilizadas en la actualidad, de acuerdo con Ankuash-Kaekat et al. (2021) esta red por su popularidad y alcance ha sido el medio para compartir distintos contenidos puesto que su diseño es de fácil manejo y permite el entrenamiento. Esta red social ofertada por la empresa china ByteDance, posibilita a quienes la utilizan no solo consumir contenido digital, sino también crear y compartir videos de corta duración; creando un factor diferencial entre las demás aplicaciones, además, TikTok se ha convertido en una plataforma sumamente informal donde los usuarios se sienten en absoluta confianza para compartir sus rutinas y su cotidianidad, así mismo, es un espacio donde muchas personas tienen un rol activo como

usuario debido a que el contenido creado puede llegar a ser visualizado por múltiples personas a la vez.

Es importante resaltar que la popularidad de esta red social emergió a gran escala en tiempos de pandemia, según Quiroz, (2020) “El aislamiento acontecido por la pandemia Covid-19, cambió nuestras vidas de forma imprevista y lo virtual empezó a reemplazar el mundo del trabajo, de las relaciones interpersonales y el modo de entretenimiento”. De este modo, esta red se convirtió en el espacio perfecto para compartir afinidades y crear vínculos en grandes cantidades. Esto obedece a su vez a cambios en las dinámicas sociales, lo cual apertura que dichas dinámicas se vean obligas a ser más flexibles en la forma en que estas se llevan a cabo, facilitando así que las plataformas digitales y las redes sociales tengan mayor cabida en los distintos contextos sociales.

Igualmente, WhatsApp es una red social con gran popularidad en gran parte del mundo por su funcionalidad y versatilidad; de acuerdo con Clement (2019) WhatsApp es una aplicación perteneciente al mundo de Meta, es una red social disponible para todo aquel que la desee utilizar, pues su descarga no tiene costo; esta aplicación posibilita enviar mensajes, realizar llamadas y video llamadas teniendo acceso a Internet. Es importante destacar que WhatsApp desde el año 2019 se ha posicionado como la aplicación de mensajería móvil más utilizada a nivel global, con un estimado de 1,6 mil millones de beneficiarios constantes cada mes, en este sentido es una de las aplicaciones más importantes las redes sociales dado a que es una red social un poco más formal para generar interacciones sociales.

La red social conocida actualmente como “X” según distintos autores (Liebert, 2009; Bozarth, 2010; Moorley & Chinn, 2014; Grajales, Sheps, Ho, Lauscher &

Eysenbach, 2014; Power, 2014; Kapp, Hensel, Kyle, Schnoring, 2015; Citado por Restrepo et al; 2020) creada para que los usuarios puedan realizar en microblogging con un máximo de 280 caracteres por cada publicación. En el año 2006, Jack Dorsey en San Francisco, Estados Unidos creó lo que antes se conocía como Twitter. Se posicionó rápidamente como el “correo electrónico 2.0” ya que permitía enviar mensajes tweets y aún continúa ofertando esa posibilidad de intercambiar información de manera instantánea. La red social X permite compartir textos, imágenes, videos, artículos y blogshots lo que brinda a los usuarios contactos directos con gran variedad de información.

Adicción

A la hora de definir la adicción, existen distintas posturas, una de ellas la plantea Oliveros et al. (2018.). afirmando que esta se vincula a una enfermedad física y emocional, que según la Organización Mundial de la Salud en una definición simple es una dependencia o necesidad hacia una sustancia, actividad o relación producida especialmente por la complacencia que esta provoca al individuo (codependencia). Esta adicción trasciende a que el adicto posea pensamiento y conductas desadaptativas, que buscan una sensación agradable o efecto deseado, sin embargo, la adicción puede presentarse en cualquier momento del ciclo vital, demás este término no está solo vinculado a consumo de sustancias psicoactivas, sino que también da respuesta a fenómenos relacionados con la necesidad incontrolable de generar una conducta.

Este padecimiento está conformado por deseos que consumen los pensamientos y comportamientos (síndrome de abstinencia) del adicto, y éstos actúan en aquellas actividades diseñadas para conseguir la sensación o efecto deseado Oliveros et al. (2018.). La adicción contrasta con prácticas simples o influencias consumistas, puesto que estas son

"dependencias" que producen afectaciones y secuelas graves en la rutina y bienestar del individuo; además, deterioran las relaciones interpersonales en los distintos contextos donde se desarrolle; también, la salud mental y física, de igual manera las adicciones tienen gran incidencia en las áreas de ajuste del individuo e incluso generan que este pierda el sentido de su propia existencia debido a que muchas conductas favorables para su desarrollo son suplantadas por el consumo.

Por otro lado, Sussman y Sussman (2011) plantean que el termino adicción no solo se puede aplicar a adicción por sustancias psicoactivas, sino que es también conductas desadaptativas , indicando que todo comportamiento que permita ‘engancharse’ resulta ser una secuela reforzante relacionada con la adicción; además, esto se presenta como cualquier tipo de adicción, donde se desglosa un refuerzo positivo; así mismo, se genera tolerancia o nivel de saciedad transitoria, pérdida de control que cada vez se latencia, intensidad y frecuencia de la conducta se extiende y que sea involuntaria; finalmente, que exista dificultad para interrumpir o limitar dicha conducta aun sabiendo el impacto de esas acciones.

Adicción a las redes sociales

La adición a redes sociales según Echeburúa,E. (2010), se vincula con el patrón de uso exclusivo de plataformas digitales que al consumirlas de forma habitual generan un circuito de placer generando consigo, pérdida de control, dependencia, síntomas de abstinencia, y en términos generales impacta de forma negativa en la cotidianidad; ahora bien, cualquier tipo de exceso se puede explicar con los cambios fisiológicos que se generan en el cerebro a partir del sistema de recompensas que aumentan la sensación de

placer, donde la necesidad de consumir plataformas digitales día a día es mayor, incrementando así la dependencia por ellas.

Educación superior

De acuerdo con Cuevas (2016 citado por Jiménez, 2016) la educación superior se relaciona con la formación académica que se realiza posterior a la realización del bachillerato, aquí se influye estudios de pregrado y posgrado. Esto indica que la educación superior (ES) comprende distintos niveles académicos, sin embargo, la E.S es el más alto escalafón educativo. Del mismo modo, la ES, ha presentado cambios a lo largo del tiempo, debido a las transformaciones digitales, sociales y económicas que la población ha experimentado, anteriormente quien culminaba un pregrado ya se encontraba preparado para ejercer cualquier cargo relacionado con su experticia; sin embargo, hoy en día debido a la necesidad inherente de que cada profesional se especialice en un área, se le ha dado mayor auge a los posgrados donde se comprenden (especializaciones, maestrías, doctorados y posdoctorados).

Obsesión

De acuerdo con la Real Academia Española (s.f) la palabra obsesión proviene del latín “*obsessio*, -*ōnis* 'asedio'” que significa alguna “Perturbación anímica producida por una idea fija” como también lo describe como una “Idea fija o recurrente que condiciona una determinada actitud.” es decir, las obsesiones son aquellas ideas fijas y constantes que se presentan en distintos momentos y buscan incentivar la realización de determinadas conductas asociadas a la problemática que el ser humano este presentando, esto puede llegar a generar malestar en el bienestar psicológico del individuo.

Falta de control

Tal como sugieren (Wallston et al, 1987; citado por Cantorán., et al, 2017) El control puede ser definido como la creencia de que el individuo puede determinar sus propios estados internos y comportamientos, para de esta manera influir en su entorno y/o lograr un resultado deseado. En este sentido, la falta de control puede describirse como la imposibilidad de determinar acciones para lograr objetivos deseados o planteados por parte de un ser humano.

Respecto a, la falta de control de acuerdo con lo planteado por Carbonell & Panova (2017; citado por Rosero., et al, 2022) simboliza una expresión de adicción, donde el sujeto se ve imposibilitado para inhibirse o restringir una actividad o conducta, teniendo pleno conocimiento de la implicación y malestar producido y continuar con ese patrón; la falta de control se potencializa y reduce en la práctica de uso de tecnología y específicamente en el uso de redes sociales. De acuerdo con lo anterior, la falta de control condiciona a la persona a no sentirse en la potestad de terminar de realizar una acción que le está incidiendo en su desarrollo como individuo en sociedad.

Uso excesivo de redes sociales

Cuando se habla de uso excesivo es la conducta que se acerca y se relaciona con la aparición de la adicción a las redes sociales, para esto Müller et al. (2015) refiere que es el no control y excesivo uso de medios digitales como redes sociales, páginas web, juegos, entre otros que generan en el individuo un desajuste en su rutina diaria y desvinculación de la forma habitual de relacionarse en los distintos contextos que tenga a su alcance. Así mismo, Young (2004) plantea que cuando esta conducta está presente produce la aparición de problemas para relacionarse con los demás, en su autopercepción y en su conducta. Es

decir que, al presentarse un uso excesivo de las redes sociales el individuo posee conflictos para tener control de la periodicidad, frecuencia y extensión del uso.

De acuerdo con Arab, E. y Diaz, A. (2015; citado por Payares y Chamorro, 2021) manifiestan que se encontró relación entre el uso excesivo de las redes sociales, con trastornos psicológicos como la depresión, disminución del sueño, bajo rendimiento académico, problemas de aprendizaje y algunos problemas psicosociales. De tal forma, el uso inadecuado de redes sociales genera en los consumidores alteraciones cognitivas, de tal forma que los individuos requieren ayudas tecnológicas para desarrollar ideas, pensamientos e incluso necesitan hacer un esfuerzo mayor para redactar párrafos sencillos, por ende, estas conductas repercuten en el diario vivir del individuo.

Marco Legal

El marco normativo colombiano establece disposiciones legales con relación a las redes sociales y al manejo de estas.

En este sentido, la ley **1273 de 2009**, por medio de la cual se modifica el código penal, se crea un nuevo bien jurídico tutelado denominado “de la protección de la información y de los datos” Dentro de esta ley se establecen acciones que buscan contribuir con la seguridad de los consumidores de la tecnología; sin embargo, una de las mayores especificaciones que se realiza es la pena de prisión en la que se incurrirá en caso de violación de datos personales, siendo este un delito por el cual se la persona que incurra en el deberá pagar con prisión cuarenta y ocho (48) a noventa y seis (96) meses y en multa de 100 a 1000 salarios mínimos legales mensuales vigentes.

De igual manera, Ley estatutaria **de 1581 de 2012**, por la cual se dictan disposiciones generales para la protección de datos personales, tiene como objetivo desarrollar el derecho constitucional que tienen todas las personas de conocer, actualizar y rectificar la información en base de datos, y /o archivos. Tal como es manifiesto, en las redes sociales reposa información de los usuarios así que dicha ley actúa como ente regulador de plataforma digitales con el fin de garantizar bienestar a los usuarios que la consumen.

Es importante mencionar que las normativas con relación a la tecnología no solo son expuestas con la intención de ayudar en el tratamiento de datos, sino que también buscan reducir cualquier tipo de daño o perjuicio que pueda llegar a darse por medio de las plataformas digitales, y/o redes sociales. La **Ley 1620 de 2013**, la cual se centra en la

“Convivencia Escolar y Formación para el Ejercicio de los Derechos Humanos, la Educación para la Sexualidad y la Prevención y Mitigación de la Violencia Escolar” sin embargo esta también se inmiscuye en el área digital y en el artículo 2 define el ciberacoso como Ciberbullying o ciberacoso escolar: Forma de intimidación con uso deliberado de tecnologías de información (internet, redes sociales virtuales, telefonía móvil y videojuegos online) para ejercer maltrato psicológico

De esta manera, aporta a nivel teórico con la defensa de abusos realizados a través de internet, redes sociales y plataformas digitales; de igual manera, esta ley busca formar ciudadanos coherentes con sentido solidario y humanizado para evitar situaciones donde se manifieste el ciberbullying como una opción en el trato diario los estudiantes, los cuales llevan a cabo estas conductas por diversas razones.

La **ley 1978 de 2019** moderniza el sector de las tecnologías de la información y de las comunicaciones, se distribuyen competencias, se crean un regulador único y se dictan otras disposiciones. El objetivo de dicha ley es alinear los incentivos de los agentes y autoridades del sector de tecnologías de la información y de las comunicaciones TIC. Específicamente en el **artículo 18** se detallan las funciones del ministerio de tecnologías de la información y las comunicaciones; inicialmente se dispone a promover el crecimiento de una cultura de. Las TIC a través de proyectos para facilitar el bienestar y el desarrollo socioeconómico.

Así mismo, la **ley 2108 de 2021**, establece que los servicios públicos de telecomunicaciones tengan acceso a internet de forma inmediata con el fin de garantizar la conectividad a todos los habitantes del territorio nacional, especialmente la conectividad

debe llegar a zonas rurales y vulnerables con el fin de promover la igualdad para toda la población.

Capítulo III

Marco Metodológico

En este apartado, se manifiestan todos los aspectos requeridos para el progreso continuo de esta investigación, es de relevancia contemplar dicho apartado debido a que de esta manera se conocerá el tipo de investigación, el diseño, la población, muestra, muestreo, técnica e instrumento de recolección de datos, validez y confiabilidad del instrumento, Técnica de análisis de datos, así como las consideraciones éticas, el consentimiento informado y el marco administrativo.

Enfoque de la investigación

La presente investigación se encuentra diseñada bajo el planteamiento de la metodología cuantitativa, debido a que esta metodología da respuesta a los motivos teóricos y prácticos establecidos en este trabajo. Así mismo, los enfoques de investigación se refieren al conglomerado de planteamientos que buscan orientar la investigación comprendiendo los requerimientos de la problemática específica. (Ñaupas et. al. 2018; citado por Acosta., F, 2023) el enfoque de investigación es lo que permite que el investigador logre acercarse al objeto o al fenómeno que se desea estudiar.

Del mismo modo, (Bunge 2018; citado por Acosta., F, 2023) considera que los enfoques de investigación son métodos o formas de ver las cosas lo cual les permite a los investigadores resolver problemas establecidos dentro de la investigación. En este sentido, los enfoques de investigación son íntegramente necesarios debido a que estos permiten establecer la perspectiva y la visualización misma dentro la investigación a fin de está de realice de la mejor forma posible.

Por otro lado, Hernández, Baptista, (2002; citado Babativa, 2017) Comprende que la investigación cuantitativa surge debido a la búsqueda del conocimiento científico, caracterizándose por conocer la realidad de fenómenos a través de datos. De tal forma, la investigación cuantitativa se basa en la medición de datos para construir científicamente a la resolución de problemáticas específicas.

Tipo y diseño

En cuanto al tipo de investigación, se orienta a una investigación descriptiva, que busca a partir del objetivo general determinar la existencia o no de adicción a las redes sociales por parte de estudiantes de 15 y 19 años de educación superior de la ciudad de Valledupar, Cesar, con ello describir la frecuencia de uso, clasificar las redes sociales más utilizadas y medir el nivel de adicción.

Esto se sustenta con lo planteado por Monje, C. (2011) quien en su guía de metodología de la investigación cuantitativa y cualitativa expone que desde la investigación descriptiva se detallan las características de una población y el fenómeno, sin realizar alguna manipulación de variables como tampoco instaurar causales específica de la presencia o no del fenómeno estudiado. Por ello, se considera que esta investigación es descriptiva por se enfoca en detallar y definir el fenómeno de la adicción a las redes sociales en estudiantes de educación superior, sin manipular las variables.

Asimismo, Arias, J. (2021) describe que una investigación no experimental, es aquella donde no existen estímulos, ni se manipulan las variables, se realiza el estudio en un momento específico en su contexto natural solo para observar y recoger información. De acuerdo con esto, esta investigación es no experimental, ya que no se pretende manipular las variables y solo obtener información en un momento determinado para así detallar lo

encontrado sobre la presencia o no de adicción las redes sociales en estudiantes de educación superior de 15 a 19 años en la ciudad de Valledupar, Cesar.

Para cerrar, Cvetković et al. (2021) señala que estudio trasversal “es la evaluación de un momento específico y determinado de tiempo, en contraposición a los estudios longitudinales que involucran el seguimiento en el tiempo” por ello, esta investigación es trasversal ya que la aplicación del cuestionario de adicción (ARS) se aplica en un solo momento y no se realiza seguimiento en determinados periodos; solo se busca obtener los resultados en un momento concreto.

Población, muestra y muestreo

Población:

De acuerdo con Hernández et al (2014; citado por Vizcaíno., et al, 2023) La población es descrita como el numero totalitario de sujetos que convergen en características las cuales son relevantes para este estudio. En este sentido, se hace indispensable darle relevancia a la población debido a que los participantes de esta investigación deben compartir características contextuales y conductuales para logra evaluar y discriminar el objetivo del estudio.

Todos los estudiantes de la Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales de la Universidad Popular del Cesar, que comprendan un rango de edad entre 15 y 19 años.

1. Nivel educativo: Estudiantes actualmente activos dentro de la Universidad Popular del Cesar.
2. Ubicación geográfica: Valledupar, César (Área urbana)

3. Especificaciones para participar en la aplicación del instrumento: Los participantes deben ser usuarios activos de redes sociales (no se requiere una en específico, sino que puede ser bajo la preferencia del participante)

Muestra:

De acuerdo con López y Fachelli, (2015) La muestra es el subconjunto que se escoge a partir de la población. Básicamente la muestra es la representación de esa población. Además, en esta investigación la muestra corresponde a jóvenes de educación superior entre 15 y 19 años, actualmente activos en la facultad de derecho, ciencias políticas y sociales.

Muestreo a conveniencia:

El muestreo es una técnica que tiene fundamento en las estadísticas donde se busca que la población (N), muestra (n). Según Gay, (1987; citado por López y Fachelli, S. 2015) el muestreo corresponde a la forma en que se lleva se trabaja con la muestra.

Específicamente en este caso, se utilizará un muestreo por conveniencia el cual es definido por Hernández (2021) como la forma en la que se trabaja con la población de forma conveniente para el investigador lo cual permite elegir aspectos relacionados con la aplicación del instrumento, tales como; la cantidad de personas que lo realizarán.

Técnica e instrumento de recolección de datos

En este apartado se aplica el Cuestionario de adicción a redes sociales (ARS) diseñado por Ecurra y Salas (2014), este consta de 21 preguntas tipo Likert con cinco posibles respuestas que evalúan la periodicidad de las conductas (0= nunca hasta 4=siempre), de este modo, el cuestionario posee tres dimensiones, la primera evalúa obsesión por las redes sociales (1,4, 5, 6, 7, 8, 11, 15, 18, 23) relacionados al pensamiento

constante de las RDS y el malestar por desconexión; la segunda valora falta de control personal en el uso de las redes sociales (12,13, 14, 21, 22, 24) , respecto a los límites y cumplimiento de los deberes; la última, estima el uso excesivo de las redes sociales (2, 3, 9, 10, 16, 17, 19, 20) que incluye el incremento en el tiempo de uso y su afectación en los vínculos académicos y sociales.

A continuación, cada uno de los ítems del cuestionario:

Tabla 1 Cuestionario ARS

ITEM		
1	Siento la necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales.	0= nunca, 1= casi nunca, 2= algunas veces, 3= casi siempre, 4= siempre
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	Siento ansiedad cuando no puedo conectarme a las redes sociales	

8	Usar las redes sociales me produce alivio, me relaja
9	Cuando hago uso las redes socia-les 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 mientras no estoy conectado(a).
12	Pienso en que debo controlar las actividades que realizo en las redes sociales
13	No 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 usando 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 smartphone o al computador.
19	Descuido a mis amigos, a mis familiares o a mi pareja 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	Mi familia, mis amigos o mi pareja; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.
23	Cuando estoy en clase sin conectarme a las redes sociales, me siento aburrido(a).
24	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia (energía y tiempo dedicados) con la que entro y uso las redes sociales

Fuente: Tomado de Rosero., et al (2022)

Validez y confiabilidad del instrumento

Respecto a la confiabilidad de este instrumento fue verificado a través del coeficiente de alfa de Cronbach, según Ecurra y Salas (2014) este oscila en un promedio de .88 y .92. El coeficiente de consistencia interna es de .88, lo que permite concluir que es apta y que este instrumento cumple con los criterios psicométricos fundamentales de la teoría clásica de las pruebas. (Ecurra y Salas, 2014)

Técnica de análisis de datos

El análisis de datos para esta investigación “Adicción a las redes sociales en estudiantes de 15 y 19 años de educación superior de la ciudad de Valledupar, Cesar”, se enfoca en organizar, procesar y examinar los datos recolectados a partir del Cuestionario de adicción a redes sociales (ARS) diseñado por Ecurra y Salas (2014) para dar respuesta a

los objetivos planteados debido a que el estudio es de tipo descriptivo, no experimental y transversal.

Para la planificación del análisis de datos de esta investigación se toma como precedente y base lo planteado por Monje, C. (2011) en su guía de metodología de la investigación cuantitativa y cualitativa, quien explica que:

“Analizar significa descomponer un todo en sus partes constitutivas para su más concienzudo examen... En esta etapa se aplican las técnicas de análisis elegidas en el diseño de la investigación. Para los datos cuantitativos se aplica el análisis estadístico mediante el cálculo de porcentajes, de medios aritméticos, de correlaciones, ponderaciones, pruebas de significación, etc. Estos cálculos pueden hacerse manualmente o por computadora...”

De acuerdo con lo anterior esta investigación se enfoca en este apartado inicialmente organizar y tabular la información obtenida de cada ítem del cuestionario ARS, las 24 preguntas de acuerdo con la escala Likert (0 = Nunca, 1 = Casi nunca, 2 = Algunas veces, 3 = Casi siempre, 4 = Siempre), cada respuesta se recopila numéricamente para luego procesar mediante una matriz de datos, ya sea en Excel, SPSS u otro software estadístico. A partir de esto, se realiza el cálculo de frecuencias absolutas y relativas de cada respuesta obtenida; por ejemplo, el ítem 19 “Descuido a mis amigos, a mis familiares o a mi pareja por estar conectado(a) a las redes sociales.” Y con el describir lo usual es la conducta, discriminar la variabilidad de las respuestas según el género, edad u otras características si fueron recolectadas.

Por otro lado, es posible realizar el análisis a partir de la división de las tres dimensiones establecidas en el cuestionario como son obsesión, falta de control y uso

excesivo, donde se puede analizar de manera general el promedio por dimensión y el promedio total de adicción por cada sujeto lo que posibilita jerarquizar de acuerdo si la adicción en nivel bajo, medio, alto. Finalmente, con los resultados se analizan las conductas preponderantes y los niveles de adicción de la población estudiantil universitaria estudiada para relacionarlos con los objetivos planteados.

Operacionalización de las variables

Tabla 2 Operacionalización de variables

Variables	Dimensión	Indicador	Ítems	Tipo de Escala	Valores de Medición
Adicción a las Redes Sociales	1. Obsesión por las redes sociales	Pensamiento constante sobre redes sociales	1, 4, 11, 15	Likert ordinal	0 = Nunca a 4 = Siempre
		Ansiedad o malestar por desconexión	5, 6, 7, 8, 18, 23		
	2. Falta de control personal en el uso	Dificultad para limitar el uso	12, 13, 14, 21		
		Retroalimentación negativa del entorno	22, 24		
	3. Uso excesivo de redes	Aumento de tiempo destinado	2, 3, 10, 16, 17		

sociales

Afectación de actividades académicas y relaciones	9, 19, 20
---	-----------

Fuente: Tomado de Rosero, et al. (2022)

Consideraciones éticas y consentimiento informado

En el **artículo 2** de la ley 1090 de 2006, se evidencia que converge la **responsabilidad** la cual se relaciona directamente con que cada servicio que brinde el psicólogo es usado de la mejor manera posible; así mismo, en este artículo también se representa el **bienestar del usuario**, este busca priorizar la integridad de los individuos que participan en el desarrollo de una actividad de psicología (sea a nivel académico o profesional) específicamente menciona que los usuarios deben conocer la libertad que tienen frente a una investigación tal cual como es el caso en este proyecto.

Del mismo modo, de igual manera, artículo **50** especifica que los profesionales en psicología que deseen llevar a cabo la investigación deberán basarse en principios éticos y de dignidad, en este sentido, en el caso de los menores de edad se da el cumplimiento del **artículo 52** que manifiesta que las personas menores de edad y personas incapacitadas no deben firmar consentimiento, sino que lo debe hacer sus tutores. También, se deberá dar cumplimiento al **artículo 55**; todo profesional que realice investigaciones de carácter científico deberá dejar a un lado su percepción personal e inmiscuirse en su percepción laboral.

Demás, dentro de los procesos profesionales existen los principios de la bioética y se relacionan con aspectos principales que debería tener toda entidad

1. **Autonomía:** Respetar la decisión de participación de los jóvenes inmersos en esta investigación

2. **Beneficencia:** Buscar que la investigación contribuya de forma positiva

3. **No maleficencia:** Evitar cualquier tipo de daño psicológico a los integrantes de la investigación

4. **Justicia:** Priorizar a que a todos los participantes se les brinde un trato digno

Consentimiento informado para la participación en investigación en psicología educativa.

Título del estudio: Adicción A Las Redes Sociales En Estudiantes Adolescentes Y Jóvenes De La Facultad De Derecho, Ciencias Políticas Y Sociales De La Universidad Popular Del Cesar Sede Valledupar.

Investigadores: Bleidis Cenith Ruedas Contreras y Melissa Yiseth Navarro Carrascal

Institución vinculada a la investigación: Universidad popular del César

1. La presente investigación busca discriminar Adicción A Las Redes Sociales En Estudiantes Adolescentes Y Jóvenes De La Facultad De Derecho, Ciencias Políticas Y Sociales De La Universidad Popular Del Cesar Sede Valledupar.

2. El procedimiento a ejecutar es el siguiente:

Los participantes deberán completar un cuestionario anónimo que mide variables relacionadas con el estudio empleado, se estima que la duración de la aplicación sea de aproximadamente 15 minutos.

Así mismo, de acuerdo con el artículo 2 de código deontológico y bioética del psicólogo (ley 1090 de 2006) su participación será totalmente voluntaria; en este sentido, usted podrá decidir si continuar con la gestión o retirarse de la participación.

Finalmente se garantiza que en cumplimiento del artículo 2 de la ley 1090 de 2006, confidencialidad de datos personales será prioridad a puesto a que todos los resultados serán utilizados únicamente con fines académicos y científicos.

Yo _____ C.C _____ certifico que he leído toda la información anteriormente presentada. Así mismo, se me brindó el espacio de realizar preguntas las cuales han sido respondidas con satisfacción. Comprendo así, que mi participación es voluntaria y no tiene ningún tipo de penalización ni daño y/o perjuicio para mí.

Datos del participante

Nombre completo:

Documento de identidad:

Firma:

Fecha

Asentimiento informado para la participación en investigación en psicología educativa.

Título del estudio: Adicción A Las Redes Sociales En Estudiantes Adolescentes Y Jóvenes De La Facultad De Derecho, Ciencias Políticas Y Sociales De La Universidad Popular Del Cesar Sede Valledupar.

Investigadores: Bleidis Cenith Ruedas Contreras y Melissa Yiseth Navarro Carrascal

Institución vinculada a la investigación: Universidad popular del César

En este documento te explicaremos en qué consiste la investigación en la cual vas a participar. Si te encuentras de acuerdo con todo esto que te estamos contando entonces tú marcarás con una X donde diga la palabra “SI” y si no estás de acuerdo puedes marcar una X en la palabra “NO” (al finalizar la página)

Este estudio se trata de comprender cómo usan las redes sociales los jóvenes como tú y conocer si quizá el uso de redes sociales podría llegar a afectarlos, para esto responderás unas preguntas que se parecen mucho a una encuesta y sólo tardarás 15 minutos aproximadamente. Es importante contarte que no corres ningún riesgo al participar en esta investigación, por lo contrario, podrías ayudar a nivel científico para que se conozca más de esta temática. Finalmente, nadie conocerá tus respuestas.

Si estás de acuerdo, puedes escribir tu nombre completo a continuación junto a tu edad, la fecha en que lo firmas y la ciudad donde te encuentras.

SI () NO ()

Tu nombre completo:

Edad _____ Fecha _____ Ciudad _____

Capítulo IV

Análisis de resultados

La presente investigación tiene como objetivo “Determinar la adicción a las redes sociales en estudiantes adolescentes y jóvenes de la facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales de la Universidad Popular del Cesar sede Valledupar.” Por lo cual se aplicó el Cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS) de Ecurra y Salas (2014) a 110 estudiantes (94 mujeres y 16 hombres) dentro del rango de edad de 15 a 19 años; a partir de eso se establece lo siguiente:

Tabla 3 Caracterización demográfica programa de derecho

Derecho	Masculino	%	Femenino	%
15 años	0	0	0	0
16 años	0	0	1	3,85
17 años	3	33,33	8	30,76
18 años	4	44,44	14	53,85
19 años	2	22,22	3	11,54
Total:	9	100	26	100

Fuente: Elaboración propia

Se evidencia en el programa de derecho, que la población abordada está conformada principalmente por población del sexo femenino, del mismo modo, se evidencia que la mayor parte de los encuestados corresponden a jóvenes de 18 años. Por otro lado, la participación de personas que se encuentran en un rango de edad entre 15 y 16 años es nula, mientras que se puede observar que los encuestados de 19 años representan una minoría dentro de la población abordada.

Tabla 4 Caracterización demográfica programa de sociología

Sociología	Masculino	%	Femenino	%
15 años	0	0	0	0
16 años	0	0	0	0
17 años	2	40	9	29,3
18 años	3	60	14	45,16
19 años	0	0	8	25,80
Total:	5	100	31	100

Fuente: Elaboración propia

La tabla presenta la distribución de los participantes de la investigación “Adicción a las redes sociales en estudiantes adolescentes y jóvenes de la facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales de la Universidad Popular del Cesar sede Valledupar.” pertenecientes al programa de Sociología según el sexo y la edad. Se observa una participación total de 36 estudiantes, de los cuales 5 (13,9%) son hombres y 31 (86,1%) son mujeres, evidenciando una notoria predominancia femenina en la muestra, lo que se relaciona a que la carrera de sociología tiene una prevalencia de matrícula por parte de la población femenina superior en comparación a la cantidad de población masculina.

Tabla 5 Caracterización demográfica programa de psicología

Psicología	Masculino	%	Femenino	%
15 años	0	0	0	0
16 años	0	0	1	2,70
17 años	0	0	12	32,43

18 años	2	100	13	35,13
19 años	0	0	11	29,73
Total;	2	100	37	100

Fuente: Elaboración propia

Ahora bien, respecto al programa de Psicología se puede observar que el sexo masculino no predominó dentro de la participación de este instrumento, mientras que el sexo femenino represento el 94,87% de la población total a diferencia del sexo masculino que solo represento el 5.12%. Por otro lado, tal como se evidencia la no hubo participación de personas ubicadas en el rango de edad de 15 años, sin embargo, se registró la presencia de una persona de 16 años. Del mismo modo, los participantes que se encuentran en un rango de edad entre 17 y 18 años fueron la población más representativa.

Tabla 6 Dimensión obsesión a las redes

Dimensión obsesión a las redes						
	Bajo	%	Medio	%	Alto	%
Derecho	19	54,28	15	42.85	1	2,86
Sociología	22	61,11	13	36,11	1	2,77
Psicología	22	56,41	17	43,59	0	0

Fuente: Elaboración propia

Con relación a la dimensión “Obsesión a las redes sociales” se generó un análisis a los programas de: Derecho, Sociología y Psicología. Estos resultados son evidencia de los programas de sociología y psicología predominan en un nivel bajo de obsesión, con un porcentaje de 61.11% y 56.41%. Por otro lado, derecho, obtuvo un porcentaje de 54.28% para el nivel bajo.

Respecto al nivel medio, derecho tiene un porcentaje de 42.85% mientras que Sociología de 36.11% y Psicología un 43.59%. Así mismo, en cuanto al nivel alto, derecho obtuvo un porcentaje de 2.86%, Sociología un 2.77% y en Psicología no se presenció un nivel de obsesión a las redes sociales alto.

Tabla 7 Dimensión falta de control personal

Dimensión falta de control personal						
	Bajo	%	Medio	%	Alto	%
Derecho	4	11,42	29	82,85	2	5,71
Sociología	2	5,55	29	80,55	5	13,9
Psicología	14	35,89	21	53,85	4	10,26

Fuente: Elaboración propia

La dimensión falta de control personal evalúa la gravedad o desafío que tiene cada estudiante para establecer límites adecuados y así regular el uso de las redes sociales, mostrando poca capacidad de acortar el tiempo o interrumpir voluntariamente (Escurre & Salas, 2014). La información de la tabla representa los resultados obtenidos por los estudiantes de los programas de Derecho, Sociología y Psicología. Se evidencia que en los tres programas existe una tendencia en un nivel medio de la dimensión, mostrando una tendencia general de un uso moderadamente descontrolado de las redes sociales.

En el programa de Derecho, el 82,85% de los participantes se ubica en el nivel medio, mientras que solo el 5,71% presenta un nivel alto, y el 11,42% un nivel bajo. Mientras que, en Sociología, los resultados muestran un comportamiento similar, con un 80,55% en el nivel medio y un 13,9% en el nivel alto, lo que indica mayor vulnerabilidad al descontrol conductual frente al uso de redes y finalmente el programa de Psicología, el 53,85% se ubica en nivel medio y el 10,26% en nivel alto, pero destaca un 35,89% con nivel bajo.

Tabla 8 Dimensión uso excesivo de las redes sociales

Dimensión uso excesivo de las redes sociales						
	Bajo	%	Medio	%	Alto	%
Derecho	1	2,86	29	82,85	5	14,28
Sociología	0	0	30	83,33	6	16,66
Psicología	2	5,12	29	74,36	8	20,51

Fuente: Elaboración propia

En cuanto a la tercera dimensión: Uso excesivo de las redes sociales, se observa que derecho obtuvo un 2.86% en el nivel bajo, mientras que sociología no registró en este nivel (0%), así mismo, Psicología, evidenció un 5.12%

A demás, en cuanto al nivel medio, los resultados de derecho especifican un 82.85%, Sociología un 83.33% mientras que Psicología un 74.36%. Finalmente, en el nivel alto, se identificó un 14.28% para el derecho; así como un 16.66% en Sociología y un 20.51% en Psicología, siendo este el porcentaje más elevado

Tabla 9 Comparación de ARS en estudiantes de derecho, sociología y psicología

Adicción a las redes sociales						
	Bajo	%	Medio	%	Alto	%
Derecho	9	(25,71 %)	23	(65,71%)	3	(8,57%)
Sociología	18	(50 %)	15	(41,66 %)	3	(8,33 %)
Psicología	10	(25,64 %)	24	(61,53 %)	5	(12,82 %)

Fuente: Elaboración propia

Realizando una recopilación de las puntuaciones totales de cada dimensión se evalúa la adicción a las redes sociales por partes de los estudiantes de la facultad de Derecho,

Ciencias Políticas y sociales; de esta manera, se evidencia que, en el programa de Derecho, el 65,71% de los estudiantes se ubica en el nivel medio, el 25,71% en el nivel bajo y el 8,57% en el nivel alto. Así mismo, el programa de sociología, el 50% de los participantes se encuentra en el nivel bajo, el 41,66% en el nivel medio y el 8,33% en el nivel alto y finalmente los estudiantes de Psicología puntuaron el 61,53% nivel medio, el 25,64% un nivel bajo y el 12,82% un nivel alto. Es decir que este último programa registra el porcentaje más elevado de adicción alta.

Discusión de los Resultados

De acuerdo con investigaciones previas que han abordado la adicción a las redes sociales, los resultados obtenidos en el presente estudio guardan coherencia con los hallazgos reportados por Curiel y Escobar (2022), estos autores evidenciaron que gran parte de los estudiantes participantes presentaban indicios de adicción a las redes sociales, aunque la población manifestaba un control moderado sobre su uso, sus resultados revelaron dificultades para establecer límites efectivos en cuanto al tiempo de conexión y la necesidad de revisar constantemente las RDS.

El antecedente anteriormente nombrado muestra cierta similitud con la presente investigación donde se identificaron comportamientos relacionados con la falta de control personal, dimensión que evalúa la capacidad del individuo para regular el tiempo de uso o interrumpir voluntariamente la actividad en redes sociales. En este sentido, se observó que el 5,71% de los estudiantes del programa de Derecho, el 13,9% de Sociología y el 10,26% de Psicología obtuvieron puntuaciones altas.

Así mismo, en la dimensión de uso excesivo que evalúa la incapacidad del sujeto para restringir satisfactoriamente el uso de las redes sociales 17,27 % del total de los participantes de los tres programas se ubicaron en una puntuación alta, mostrando dificultad para regular el

tiempo de uso lo cual muestra una conducta adictiva a estas plataformas por parte de esta población. No obstante, en cuanto a la dimensión de la obsesión a las RDS, la investigación presente señala que el 57,27% se encuentra en un nivel de obsesión bajo, mientras que el 40,90% se encuentra en un nivel medio y tan solo el 1,81% en un nivel alto, por lo cual se deduce que la población total, no se reconoce como personas que necesiten las redes sociales de forma imprescindible.

Tal como lo manifestó Ramírez Jaime et al., (2023) en su investigación adicción a redes sociales, estrés y rendimiento académicos en jóvenes universitarios de Sinaloa y Nayarit, la gran mayoría de sus encuestados puntuaron un bajo y medio nivel, indicando así una baja adicción por las redes sociales, sin embargo, en el nivel medio se evidenció una adherencia a estas plataformas. Por otro lado, en la presente investigación donde participaron 110 estudiantes pertenecientes a la facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales, en los programas de Derecho, Sociología y Psicología, de la Universidad Popular del Cesar, se encontró que 67 de ellos (56.36%) representaron un nivel medio de adicción, lo cual se manifiesta en más de la mitad de la población total.

Del mismo modo, 37 estudiantes (33.64%) se ubicaron en un nivel bajo, mientras que 11 encuestados (10%) puntuaron un nivel alto en cuanto a adicción a redes sociales. Estos resultados generan una reflexión inmediata debido a que predominó un nivel medio de adicción, indicando así que esto podría escalar hacia un nivel alto si se intensifica la frecuencia en que se usan dichas plataformas, debido a que el uso de las redes sociales es por cuanto en la cotidianidad se incluyen estas como herramientas de comunicación, trabajo y ocio.

Además, esto podría afectar de forma indirecta en el desempeño académico de los estudiantes, dado a que distintas investigaciones señalan que a mayor exposición a redes

sociales, mayor alteración se presenta en las funciones cognitivas, tales como la memoria a corto y largo plazo, atención, razonamiento e incluso en las funciones ejecutivas (las cuales le permiten al ser humano establecer planificación y organización dentro de sus compromisos), un ejemplo de ello es la investigación de Rojí (2024) titulado: Influencia del uso de redes sociales en el sueño, el rendimiento académico y la actividad física en estudiantes de Secundaria, donde demuestra a partir de sus resultados que la alta frecuencia del uso de redes sociales repercute a nivel cognitivo en los estudiantes y por ende incide en su rendimiento académico.

Por otro lado, la investigación realizada por Klimenko et al., (2024), titulada: Riesgo de adicción a redes sociales e Internet y su relación con habilidades para la vida y socioemocionales en una muestra de estudiantes de bachillerato del municipio de Envigado. En esta investigación se evaluó la adicción a redes sociales relacionadas con las habilidades para la vida. A partir de la aplicación de la Escala de Riesgo de Adicción a las Redes Sociales e Internet (ERA-RSI), la escala de Habilidades para la Vida y otras escalas para estimar las habilidades socioemocionales de 221 estudiantes de un colegio público. En este estudio la mayor parte de la población puntuó en un rango medio, así como lo es el caso de la presente investigación donde los tres programas abordados convergen en un rango medio indicando que no se encuentran con poca adicción ni con una gran prevalencia en esta.

También, un estudio realizado por Sánchez Cevallos, E. (2022) el cual tiene como título Adicción a las redes sociales en jóvenes de 12 a 18 años de una institución educativa de la ciudad de Quito, D.M. por la variación en la modalidad de estudio por distanciamiento social. En esta investigación se buscaba determinar los niveles de adicción a las redes sociales en jóvenes de 12 a 18. En cuanto a los resultados se evidenció que la población se encuentra experimentando una adicción a las redes sociales en un rango medio, mostrando que los estudiantes participantes de esta investigación se sienten intranquilos cuando no

tienen acceso a las redes sociales; así mismo, esto es proporcional a los resultados de la presente investigación dado a que gran parte de la población encuestada correspondientes a los tres programas abordados puntúan un nivel medio de adicción.

Conclusiones

Finalmente, se evidencia que existe una tendencia a adicción a las redes sociales en estudiantes de 15 y 19 años de la facultad de Ciencias Políticas y Sociales de la Universidad Popular del Cesar en un nivel medio. Ahora bien, en cuanto a los objetivos específicos planteados se logró caracterizar demográficamente a la población según lo planteado: predominando el sexo femenino, y la edad con mayor frecuencia correspondió a los 18 años.

Por otro lado, con relación a la dimensión de obsesión a las redes el programa de Psicología y Derecho puntuaron con mayor prevalencia en un rango medio, así mismo, en la falta de control personal los tres programas analizados obtuvieron una puntuación media en los resultados de esta; sin embargo, es interesante que en esta temática la población abordada refleja también alta incidencia en cuanto a la falta de control personal; de igual manera, con respecto al uso excesivo de redes sociales se evidenció una mayor tendencia al rango medio en Derecho, Sociología y Psicología, no obstante, es necesario manifestar que una mayor población se ubicó dentro de un rango alto.

Por otro lado, en cuanto a la adicción a las redes sociales se compararon los resultados totales de los encuestados donde se manifestó una gran prevalencia hacia una adicción media en los programas abordados, mientras que en el rango de baja, una menor cantidad de población se sintió identificada; sin embargo, es indispensable mencionar que en la alta se logró discriminar una población lo cual indica que hay una latente problemática donde los estudiantes encuestados están manifestando por medio de estos resultados una adicción alta a las redes sociales.

De este modo, es de relevancia especificar que en el programa Derecho hay una mayor población ubicada en un rango medio, seguido del bajo y con una menor prevalencia para la puntuación alta. En cuanto a Sociología, este puntuó distinto a Derecho, debido a que en el rango bajo obtuvo mayores respuestas y seguido a esto un rango medio, sin embargo, convergen en las puntuaciones altas dado a que en este programa también fue el rango con menores respuestas. De igual manera, en Psicología las respuestas del rango alto fueron mayores continuando con el rango bajo y finalizando con el rango alto.

De la misma forma, se presenta que el rango medio predomina en Derecho y Psicología mientras que en Sociología es destacado el rango bajo, a diferencia de la puntuación alta que se mantiene baja en los tres programas abordados, aunque en Psicología presenta una variación alta lo cual ubica el foco de atención en este programa.

En este sentido, es menester trabajar de forma preventiva en aspectos relacionados con la mitigación del uso prolongado de redes sociales en estudiantes de educación superior, en busca de una mejora para el bienestar integral de estos. Aunque el rango alto en los tres programas se mantenga en niveles bajos, es fundamental implementar estrategias de prevención, dado a que la problemática de adicción ya se encuentra situada en los encuestados. La presencia de estos indicadores se asocia a un riesgo elevado de adicción a redes sociales por lo cual esto representa una alerta que no debe subestimarse porque dicho indicador puede aumentar con el uso que los estudiantes dan a las redes sociales.

Recomendaciones

Al programa de Psicología:

Al inicio y cierre de cada semestre académico desarrollar estrategias para la promoción del uso consciente y seguro de las redes sociales.

Realizar seguimiento a mitad de semestre a estudiantes universitarios con el propósito de identificar la variación de los niveles de adicción; teniendo en cuenta el aumento en uso y la evolución de estas plataformas con evaluaciones con instrumentos como el ARS.

A los estudiantes de la Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales establecer hábitos de uso saludable de redes sociales:

Promover semanalmente hábitos de autorregulación como espacios de desconexión programadas, así como la incorporación de herramientas que vigilen el tiempo de uso y programar horarios exclusivos para el uso de RDS, incluir en sus prácticas el desactivar notificaciones en horario nocturnos y así propiciar una higiene digital.

Fomentar diariamente el reconocimiento de signos de alarma por afectación del uso excesivo de las redes sociales, como la incidencia en el rendimiento académico, rutinas de sueños, relaciones interpersonales e intrapersonal, entre otros.

Referencias bibliográficas

- Ankuash-Kaekat, L., Peralta-Herrera, N., & Suquilanda, M. (2021). TikTok en el ocio de los jóvenes. En *TikTok: más allá de la hipermedialidad* (pp. 33-50).
<https://doi.org/10.7476/9789978106815.0003>
- Acosta., F.. (2023). Los enfoques de investigación en las Ciencias Sociales. *Revista Latinoamericana Ogmios*, 3(8), 82–95. <https://doi.org/10.53595/rlo.v3.i8.084>
- Arias, J. (2021). DISEÑO Y METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN.
https://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w26022w/Arias_S2.pdf
- Baltazara, J. S., & Mamani, A. Q. (2022). Apoyo social percibido y riesgo de adicción a las redes sociales en estudiantes de una institución pública de Haquira. *Revista Científica De Ciencias De La Salud*, 14(2), 34–48. <https://doi.org/10.17162/rccs.v14i2.1654d>
- Babativa, A. (2017). *Investigación cuantitativa*. Biblioteca Digital Areandina.
<https://digitk.areandina.edu.co/entities/publication/45461a56-9c00-47c4-9405-cfa73dae0449>
- Cantorán, C. L., Nicolás, J. C. O., & López, E. M. C. (2017). Control percibido, emociones y experiencias satisfactorias.
<https://www.redalyc.org/journal/5475/547569057002/html/>
- Caramutti, G. (2020). *La importancia de Instagram como medio de comunicación*.
https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/USAT_3756aa0f3674c187f503804b4dc6fac5
- Cvetković, et al. (2021). Cross-sectional studies. *Revista De La Facultad De Medicina Humana*, 21(1), 164–170. <https://doi.org/10.25176/rfmh.v21i1.3069>

Cheng, C., Lau, Y. C., Chan, L., & Luk, J. W. (2021). Prevalence of social media addiction across 32 nations: Meta-analysis with subgroup analysis of classification schemes and cultural values. *Addictive behaviors*, 117, 106845.

<https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2021.106845>

Clement, J. (2019). WhatsApp - statistics & facts. En Statista. 18 de septiembre. Documento disponible en: <https://www.statista.com/topics/2018/whatsapp>

Congreso de la República de Colombia. (2009). Ley 1273 de 2009 por medio de la cual se modifica el Código Penal, se crea un nuevo bien jurídico tutelado —denominado “de la protección de la información y de los datos”— y se preservan integralmente los sistemas que utilicen las tecnologías de la información y las comunicaciones. *Diario Oficial* No. 47.223.

Congreso de la República de Colombia. (17 de octubre de 2012). Ley 1581 de 2012. Por la cual se dictan disposiciones generales para la protección de datos personales. *Diario Oficial* No. 48.587.

http://www.secretariassenado.gov.co/senado/basedoc/ley_1581_2012.html

Congreso de la República de Colombia. (2013). Ley 1620 de 2013 por la cual se crea el Sistema Nacional de Convivencia Escolar y Formación para el Ejercicio de los Derechos Humanos, la Educación para la Sexualidad y la Prevención y Mitigación de la Violencia Escolar*. *Diario Oficial* No. 48.733.

Congreso de la República de Colombia. (2019). Ley 1978 de 2019 por la cual se moderniza el sector de las tecnologías de la información y las comunicaciones (TIC), se distribuyen competencias, se crea un regulador único y se dictan otras disposiciones. *Diario Oficial* No. 50.964.

Congreso de la República de Colombia. (2021). Ley 2108 de 2021 por medio de la cual se promueve el acceso a Internet como servicio público esencial y universal y se dictan otras disposiciones. Diario Oficial No. 51.756.

Curiel y Escobar (2022). Adicción al internet en estudiantes de primero y segundo semestre del programa de psicología de la Universidad Popular del Cesar Sede Valledupar Cesar, 2021-2

Escurrea y Salas. (2014). CONSTRUCCIÓN Y VALIDACIÓN DEL CUESTIONARIO DE ADICCIÓN A REDES SOCIALES (ARS). Liberabit. Revista Peruana de Psicología, 20 (1), 73-91.

Echeburúa, E. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto Adicciones, vol. 22, núm. 2, 2010, pp. 91-95

GlobalWebIndex. (2019). Social Flagship Report 2019. Trendstream Limited.
<https://www.gwi.com/reports/social-2019>

Hernández, G. (2021). Aproximación a los distintos tipos de muestreo no probabilístico que existen. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252021000300002

Hütt Herrera, H., (2012). LAS REDES SOCIALES: UNA NUEVA HERRAMIENTA DE DIFUSIÓN. Reflexiones , 91 (2), 121-128.

Ramírez Jaime, Sombra, F. G. B., Barragán, R. A. M., Valenzuela, G. C., Cota, G. A. M., & Olivas, C. A. S. (2023). Adicción a las redes sociales, estrés académico y rendimiento académico en jóvenes universitarios de Sinaloa y Nayarit. Dilemas Contemporáneos Educación Política y Valores. <https://doi.org/10.46377/dilemas.v11i1.3752>

Jiménez, A. C. (2016). La educación superior ante los desafíos sociales ALTERIDAD.

Revista de Educación, vol. 11, núm. 1, enero-junio, 2016, pp. 101-109 Universidad

Politécnica Salesiana Cuenca, Ecuador.

<https://www.redalyc.org/pdf/4677/467746763008.pdf>

Klimenko, O., Florez, N. E. H., Carmona, P. C., Herrera, J. a. M., & Parra, J. G. P. (2024).

Riesgo de adicción a redes sociales e internet, habilidades sociales y bienestar

psicológico en estudiantes de básica secundaria. Revista Virtual Universidad Católica

Del Norte, 73, 38–71. <https://doi.org/10.35575/rvucn.n73a3>

Lorenzo-Romero, C., Gómez-Borja, M. Á., & Carmen, del. (2011). Redes sociales virtuales:

¿de qué depende su uso en España? Innovar, 21(41), 145–158.

http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-

[50512011000300011](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-50512011000300011)

López y Fachelli. (2015). Metodología de la investigación social cuantitativa. Dipòsit Digital

De Documents De La UAB. <https://ddd.uab.cat/record/129382>

López Iglesias, M., Tapia-Frade, A., y Ruiz Velasco, C. M. (2023). Patologías y

dependencias que provocan las redes sociales en los jóvenes nativos digitales. Revista

de Comunicación y Salud, 13, 1–22. <https://doi.org/10.35669/rcys.2023.13.e301>

Mainoo, A., Lokko, F. N. T., Short, J. L., Frankenfeld, C. L., & Cheskin, L. J. (2025). Social

media use and adverse mental health and sleep effects among adolescents and adults:

A systematic review. Journal of Biomedical Research and Environmental Sciences,

6(2), 157–171. <https://doi.org/10.37871/jbres2068>

Martínez-Gómez, D., Martínez-de-Haro, V., Pozo, T., Welk, G. J., Villagra, A., Calle, M. E.,

Marcos, A., y Veiga, O. L. (2009). Fiabilidad y validez del cuestionario de actividad

- física PAQ-A en adolescentes españoles. *Revista Española de Salud Pública*, 83(3), 427–439. <https://doi.org/10.1590/s1135-57272009000300008>
- Martínez y Rojas. (2015). Uso de la red social Facebook en los estudiantes del grado 11-01 de la institución educativa Ricardo Borrero Álvarez del municipio de Neiva-Huila. <https://repository.unad.edu.co/handle/10596/11889>
- Monje, C. (2011). METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN CUANTITATIVA Y CUALITATIVA Guía didáctica. <https://www.uv.mx/rmipe/files/2017/02/Guia-didactica-metodologia-de-la-investigacion.pdf>
- Müller, K., Dreier, M., Beutel, M., Duven, E., Giralt, S., & Wölfling, K. (2015). A hidden type of internet addiction? Intense and addictive use of social networking sites in adolescents. *Computers in Human Behavior*, 55, 172–177. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.09.007>
- Rojí Morcillo, G. (2024). Influencia del uso de redes sociales en el sueño, el rendimiento académico y la actividad física en estudiantes de Secundaria. *RiiTE Revista Interuniversitaria De investigación En Tecnología Educativa*, (17), 12–25. <https://doi.org/10.6018/riite.629881>
- Oliveros, L. M., Noda, D. O., Delgado, Z. P., & Hernández, C. G. (2018). Consideraciones sobre las adicciones en la formación del profesional de Ciencias Médicas. *Revista Médica Electronica*, de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1684-18242018000200027&lng=es&tlng=es.
- Orgilés, M., Owens, J., Espada, J. P., Peren, E., y Carballo, J. L. (2013). Adaptación y validación española del Sleep Self-Report (SSR) para evaluar la calidad del sueño en adolescentes. *Psicothema*, 25(3), 375–381. <https://doi.org/10.7334/psicothema2012.257>

- Palencia-Cortes, C. P., Patiño-Vargas, K. A., & Robayo-Sáenz, J. M. (2022). El impacto del uso desmedido de las redes sociales e internet en el rendimiento académico de los adolescentes del grado décimo del centro educativo Liceo Superior de Bogotá [Trabajo de grado, Politécnico Grancolombiano]. Repositorio Institucional Alejandria. <https://alejandria.poligran.edu.co/handle/10823/6870>
- Payares, M., & Chamorro, M. (2021). Impacto negativo del uso excesivo de redes sociales en la salud mental de jóvenes y adolescentes. Universidad Nacional Abierta y a Distancia. <https://repository.unad.edu.co/handle/10596/62710>
- Portillo Reyes, V., Ávila Amaya, J. A., & Capps, J. W. (2021). Relación del Uso de Redes Sociales con la Autoestima y la Ansiedad en Estudiantes Universitarios. Enseñanza E Investigación En Psicología, 3(1), 139-149. <https://doi.org/10.62364/89ex4q51>
- Quiroz, N. T. (2020). TikTok. Revista Argentina de Estudios de Juventud, 14, e044. <https://doi.org/10.24215/18524907e044>
- Real Academia Española (s.f.). Obsesión | Diccionario de la lengua española. <https://dle.rae.es/obsesi%C3%B3n>
- Ramírez Jaime, L. E., Sombra Barragán, F. G., Barragán Morales, R. A., Valenzuela, G. C., Cota Morales, G. A., y Olivas Soto, C. A. (2023). Adicción a las redes sociales, estrés académico y rendimiento académico en jóvenes universitarios de Sinaloa y Nayarit. Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores, 11(1). <https://doi.org/10.46377/dilemas.v11i1.3752>
- Restrepo, Henao, G. G., & Zapata, E. A. (2020,). EL PODER DE TWITTER EN LA COMUNICACIÓN INVESTIGATIVA EN LAS ÁREAS DE LA EDUCACIÓN, MARKETING y POLÍTICA. <https://www.redalyc.org/journal/5115/511563779004/html/>

- Rideout, V., & Robb, M. B. (2019). The Common Sense census: Media use by tweens and teens. Common Sense Media. <https://www.commonsensemedia.org/research/the-common-sense-census-media-use-by-tweens-and-teens-2019>
- Rosero, A.D., Eraso, J.S., Villalobos-Galvis, F.H., & Herrera-López, M. (2022). Validación del Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) en una muestra de adolescentes colombianos. *Informes Psicológicos*, 22(2), pp. 29-45
<http://dx.doi.org/10.18566/infpsic.v22n2a02>
- Sánchez Cevallos, E. (2022). Adicción a las redes sociales en jóvenes de 12 a 18 años de una institución educativa de la ciudad de Quito, D.M. por la variación en la modalidad de estudio por distanciamiento social. Quito : UCE. Disponible en:
<http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/29335>
- Save the Children. (2024). *Casi 9 de cada 10 adolescentes se conectan varias veces al día a internet o están permanentemente en la red.*
<https://www.savethechildren.es/notasprensa/casi-9-de-cada-10-adolescentes-se-conectan-varias-veces-al-dia-internet-o-estan>
- Soria, P., & De Jesús Villegas-Villacres, N. (2024). Adicción a las redes sociales y su relación con la autoestima en adolescentes. *Psicología UNEMI*, 8(14), 19–29.
<https://doi.org/10.29076/issn.2602-8379vol8iss14.2024pp19-29p>
- Sotelo Narváez, V. (2016). Fundamentos de la Psicología. Manual Autoformativo. Universidad Continental.
- Suarez. (2024). Qué es Facebook, cómo funciona y para qué sirve en marketing. Digital Marketing Agency. <https://www.seonetdigital.com/es/blog/que-es-facebook>

- Sussman S. y Sussman A.N. (2011). Considering the definition of Addiction. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. (8). 4025-4038.
- Tejada-Garitano, E., Arce-Alonso, A., Bilbao-Quintana, N., & López de la Serna, A. (2023). Internet, smartphone y redes sociales: entre el uso y abuso, previo a la adicción. *Alteridad*, 18(1), 14-22. <https://doi.org/10.17163/alt.v18n1.2023.01>
- Tirado-Peinado, J. C., & Rivera-Rivero, L. J. (2024). Efecto del uso de las redes sociales en la procrastinación académica [Trabajo de grado, Universidad de Córdoba]. Repositorio Institucional Universidad de Córdoba. <https://repositorio.unicordoba.edu.co/handle/ucordoba/8066>
- Twenge, J. M., Haidt, J., Lozano, J., & Cummins, K. M. (2022). Specification curve analysis shows that social media use is linked to poor mental health, especially among girls. *Acta Psychologica*, 224, 103512. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2022.103512>
- Urrunaga Ramírez, J., Tello Cabrera, C., y Armas Marinos, G. (2020). Adicción a redes sociales y rendimiento académico. *Revista de Psicología (Trujillo)*, 22(2). <https://doi.org/10.18050/revpsi.v22i2.2292>
- Valencia-Ortiz, R., Cabero-Almenara, J., Ruiz, U. G., & Robles, B. F. (2021). Problemática de estudio e investigación de la adicción a las redes sociales online en jóvenes y adolescentes. *Revista Tecnología Ciencia Y Educación*, 99–125. <https://doi.org/10.51302/tce.2021.573>
- Valencia-Ortiz, R., Garay-Ruiz, U., y Cabero-Almenara, J. (2023). Uso problemático de las redes sociales: el caso de estudiantes mexicanos. *Alteridad. Revista de Educación*, 18(1), 23–33. <https://doi.org/10.17163/alt.v18n1.2023.02>

- Valero Ancco, V. N., Sosa Gutierrez, F., & Miranda Salas, V. S. (2025). Redes sociales y su impacto en la salud mental de estudiantes universitarios: un estudio bibliométrico. *Revista Vive*, 8(22), 90–106. <https://doi.org/10.33996/revistavive.v8i22.364>
- Vizcaíno, et al. (2023) *Vista de Metodología de la investigación científica: guía práctica* | *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*.
<https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/7658/11620>
- Young, K. S. (2004). Internet addiction. *American Behavioral Scientist*, 48(4), 402–415.
<https://doi.org/10.1177/0002764204270278>
- Zarzoso. (2021). *Las redes sociales como medio de comunicación para las personas con diversidad funcional: Propuesta de intervención con adolescentes de 14 a 18 años*. Universidad De Valladolid. <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/49432>

Anexos



Valledupar 29/08/25

Señores
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales

Atención

Jorge Eliecer Bernard

Cordial saludo.

Muy respetuosamente me dirijo a ustedes, como docente y asesora del programa de Psicología de la Universidad Popular del Cesar, para solicitar su colaboración autorizando la aplicación en su institución del instrumento de medición "Cuestionario de adicción a redes sociales (ARS)" indispensable para realizar la medición de la variable con igual nombre, actividad que se hace necesaria para que mis tutorados puedan recolectar los datos referentes a su proyecto de grado y obtener el título profesional como psicólogos.

Título del proyecto de investigación:

"Adicción a las redes sociales en estudiantes adolescentes y jóvenes de la facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales de la Universidad Popular del Cesar sede Valledupar."

Objetivo:

Determinar la adicción a las redes sociales en estudiantes adolescentes y jóvenes de la facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales de la Universidad Popular del Cesar sede Valledupar.

Estudiantes:

Nombres y apellidos	Correo institucional	Celular	Cedula
Bleidis Cenith Ruedas Contreras	bruedas@unicesar.edu.co	3013332470	1007230327
Melissa Yiseth Navarro Carrascal	mynavarro@unicesar.edu.co	3226441919	1004898444

Los egresados deben garantizar por escrito la confidencialidad de la información que recolectan, así como el diligenciamiento del consentimiento informado y comprometerse con la socialización de los resultados del estudio, para beneficio de la Institución.

Agradezco su apoyo y colaboración en el desarrollo del proyecto de grado de mis tutorado(a)s y una vez culminado el proceso de aplicación, facilitarnos una certificación del ejercicio realizado. Quedo atenta a la respuesta de este correo.

Atentamente

Director(a)/Tutor(a) metodológico
Doris Colina Sánchez

Universidad Popular del Cesar
Programa de Psicología



Universidad
Popular del Cesar

FACSOCIALES

Doctora
Doris Magaly Colina Sánchez
Tutora Metodológica
Programa Psicología
Universidad Popular del Cesar.

CERTIFICACIÓN DE APLICACIÓN DE INSTRUMENTOS

Por medio del presente documento certifico que **BLEIDIS CENITH RUEDAS CONTRERAS CC 1007230327** de Valledupar, Cesar y **MELISSA YISETH NAVARRO CARRASCAL CC 1004898444** de Valledupar, Cesar estudiantes del 10º semestre de Psicología, les fue otorgado permiso para aplicación del Cuestionario Adicción a las redes sociales (ARS) de Miguel Escurra y Edwin Salas a estudiantes entre los 15 y 19 años de la Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales; el cual fue aplicado de forma virtual desde el 06 de septiembre 2025 hasta el 22 de octubre de 2025 para recolectar información del trabajo titulado **Adicción A Las Redes Sociales En Estudiantes Adolescentes Y Jóvenes De La Facultad De Derecho, Ciencias Políticas Y Sociales De La Universidad Popular Del Cesar Sede Valledupar.**

Certificado que se expide en Valledupar a los 24 días del mes de noviembre de 2025.

Dr. Jorge Eliécer Bernard Castro
Decano de la Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales
www.unicesar.edu.co
Sede Campus Universitario Sabanas.
Teléfono conmutador (57) (605585592)
Valledupar – Cesar, Colombia

Tabla 1 Cuestionario ARS

ITEM		
1	Siento la necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales.	0= nunca, 1= casi nunca, 2= algunas veces, 3= casi siempre, 4= siempre
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	Siento ansiedad cuando no puedo conectarme a las redes sociales	
8	Usar las redes sociales me produce alivio, me relaja	
9	Cuando hago uso 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 mientras no estoy conectado(a).	

12	Pienso en que debo controlar las actividades que realizo en las redes sociales
13	No 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 usando 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 smartphone o al computador.
19	Descuido a mis amigos, a mis familiares o a mi pareja 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	Mi familia, mis amigos o mi pareja; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.
23	Cuando estoy en clase sin conectarme a las redes sociales, me siento aburrido(a).
24	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia (energía y tiempo dedicados) con la que entro y uso las redes sociales

Fuente: Tomado de Rosero et al (2021)

Consentimiento informado para la participación en investigación en psicología educativa.

Título del estudio: Adicción a las redes sociales en estudiantes de 15 y 19 años de educación superior de la ciudad de Valledupar, César.

Investigadores: Bleidis Cenith Ruedas Contreras y Melissa Yiseth Navarro Carrascal

Institución vinculada a la investigación: Universidad popular del César

1. La presente investigación busca discriminar la adicción a redes sociales en estudiantes de 15 y 19 años de educación superior en la ciudad de Valledupar, César

2. El procedimiento a ejecutar es el siguiente:

Los participantes deberán completar un cuestionario anónimo que mide variables relacionadas con el estudio empleado. Se estima que la duración de la aplicación sea de 15 minutos.

Así mismo, de acuerdo con el artículo 2 de código deontológico y bioética del psicólogo (ley 1090 de 2006) su participación será totalmente voluntaria, en este sentido, usted podrá decidir si continuar con la gestión o retirarse de la participación.

Finalmente se garantiza que en cumplimiento del artículo 2 de la ley 1090 de 2006, confidencialidad de datos personales será prioridad a puesto a que todos los resultados serán utilizados únicamente con fines académicos y científicos.

Yo _____ C.C _____ certifico que he leído toda la información anteriormente presentada. Así mismo, se me brindó el espacio de realizar preguntas las cuales han sido respondidas con satisfacción. Comprendo así, que mi participación es voluntaria y no tiene ningún tipo de penalización ni daño y/o perjuicio para mí.

Datos del participante

Nombre completo:

Documento de identidad:

Firma:

Fecha

Asentimiento informado para la participación en investigación en psicología educativa.

Título del estudio: Adicción a las redes sociales en estudiantes de 15 y 19 años de educación superior de la ciudad de Valledupar, César.

Investigadores: Bleidis Cenith Ruedas Contreras y Melissa Yiseth Navarro Carrascal

Institución vinculada a la investigación: Universidad popular del César

En este documento te explicaremos en qué consiste la investigación en la cual vas a participar. Si te encuentras de acuerdo con todo esto que te estamos contando entonces tú marcarás con una X donde diga la palabra “SI” y si no estás de acuerdo puedes marcar una X en la palabra “NO” (al finalizar la página)

Este estudio se trata de comprender cómo usan las redes sociales los jóvenes como tú y conocer si quizá el uso de redes sociales podría llegar a afectarlos, para esto responderás unas preguntas que se parecen mucho a una encuesta y sólo tardarás 15 minutos aproximadamente. Es importante contarte que no corres ningún riesgo al participar en esta investigación, por lo contrario, podrías ayudar a nivel científico para que se conozca más de esta temática. Finalmente, nadie conocerá tus respuestas.

Si estás de acuerdo, puedes escribir tu nombre completo a continuación junto a tu edad, la fecha en que lo firmas y la ciudad donde te encuentras.

SI () NO ()

Tu nombre completo:

Edad _____ Fecha _____ Ciudad _____

Información general sobre respuestas

Activo

Respuestas

110



Puntuación media

0



Tiempo promedio

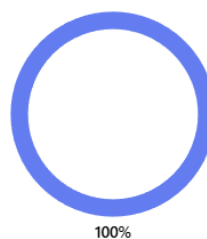
05:11



1. ¿Se encuentra de acuerdo con la información mencionada en el consentimiento informado? (0 punto)

[Más detalles](#)

- Sí, estoy de acuerdo 110
- No, no me encuentro de acuerdo 0



2. ¿Con cuál de las siguientes opciones se identifica? (0 punto)

[Más detalles](#)