



# FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

CARRERA DE PSICOLOGÍA

“ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA, 2022”

Tesis para optar el título profesional de:

**Licenciada en Psicología**

**Autoras:**

Lorena Guadalupe Gutierrez Vilca  
Matshori Lucila Castro Ramos

**Asesor:**

Mg. David Santos Rojas Quiñonez

Lima - Perú

2022

## **DEDICATORIA**

El presente estudio está dedicado a cada uno de nuestros padres, por los consejos brindados, comprensión y por el apoyo para poder llegar a esta instancia de nuestros estudios, ya que siempre estuvieron presentes para apoyar de forma moral y psicológicamente. También dedicamos a nuestros familiares por el constante apoyo emocional y moral brindado en nuestras etapas.

A personas especiales en nuestras vidas, ya que son un conjunto de seres queridos que en circunstancias diferentes nos apoyaron y confiaron en nosotros. A nuestros maestros de la universidad por el ejemplo y consejos para forjarnos en nuestro crecimiento profesional y como persona.

### **AGRADECIMIENTO**

Agradecemos en primer lugar a nuestros padres por su apoyo incondicionales, a nuestros familiares y amistades. En segundo lugar, a nuestros docentes por sus enseñanzas que nos brindaron en nuestra etapa universitaria Y, por último, a nuestro asesor de la UPN.

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

<b>DEDICATORIA</b>	<b>2</b>
<b>AGRADECIMIENTO</b>	<b>3</b>
<b>ÍNDICE DE CONTENIDOS</b>	<b>4</b>
<b>ÍNDICE DE TABLAS</b>	<b>5</b>
<b>RESUMEN</b>	<b>6</b>
<b>ABSTRACT</b>	<b>7</b>
<b>CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN</b>	<b>8</b>
<b>1.1. Descripción del problema</b>	<b>8</b>
<b>1.2. Justificación del estudio</b>	<b>9</b>
<b>1.3. Antecedentes de investigación</b>	<b>10</b>
<b>1.4. Bases teóricas</b>	<b>13</b>
<b>1.5. Definiciones conceptuales</b>	<b>26</b>
<b>1.6. Definición operacional de las variables</b>	<b>27</b>
<b>1.7. Formulación del problema</b>	<b>28</b>
<b>1.8. Objetivos</b>	<b>28</b>
<b>1.9. Hipótesis</b>	<b>29</b>
<b>CAPÍTULO II MÉTODO</b>	<b>31</b>
<b>2.1. Tipo de investigación</b>	<b>31</b>
<b>2.2. Población y muestra</b>	<b>32</b>
<b>2.3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos</b>	<b>34</b>
<b>2.4. Proceso de recolección de datos</b>	<b>36</b>
<b>2.5. Procedimiento de análisis de datos</b>	<b>36</b>
<b>2.6. Aspectos éticos</b>	<b>37</b>
<b>CAPÍTULO III RESULTADOS</b>	<b>38</b>
<b>CAPÍTULO IV DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES</b>	<b>44</b>
<b>REFERENCIAS</b>	<b>49</b>
<b>ANEXOS</b>	<b>57</b>

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Nivel de adicción a redes sociales	22
Tabla 2. Nivel de depresión	22
Tabla 3. Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov	23
Tabla 4. Correlación de Spearman para las variables adicción a las redes sociales y depresión	23
Tabla 5. Correlación de Spearman para las variables adicción a las redes sociales y dimensión somático-motivacional	24
Tabla 6. Correlación de Spearman para las variables adicción a las redes sociales y la dimensión cognitivo-afectivo	25

## RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo principal identificar la relación entre adicción a las redes sociales y depresión en estudiantes de una universidad Privada de Lima, 2022. El enfoque del estudio fue cuantitativo con un diseño no experimental, con el corte transversal y nivel correlacional. La muestra fue censal y compuesta por 106 estudiantes de la universidad privada. Los instrumentos utilizados en el presente estudio fueron Inventario de depresión de Beck (BID-II) siendo validado por Villena y Farfán (2019), y el Cuestionario de adicción de redes sociales (ARS) siendo validado por Salas-Blas et al. (2020). Los resultados obtenidos evidenciaron que existe relación directa y significativa entre adicción a redes sociales y depresión ( $\rho = .566$ ); Como también, la adicción a redes sociales se relaciona de manera directa y significativa con las dimensiones somático-motivacional ( $\rho = .537$ ) y cognitivo-afectivo ( $\rho = .577$ ). Concluyendo que la adicción a las redes sociales se relaciona de manera directa con la depresión.

**Palabras clave:** Adicción a redes sociales, depresión, universidad, Lima.

## ABSTRACT

The main objective of this study was to identify the relationship between addiction to social networks and depression in students of a private university in Lima, 2022. The study approach was quantitative with a non-experimental design, with cross-sectional and correlational level. The sample was census and composed of 106 students from the private university. The instruments used in the present study were the Beck Depression Inventory (BID-II) being validated by Villena and Farfan (2019), and the Social Network Addiction Questionnaire (ARS) being Validated by Salas-Blas et al. (2020). The results obtained showed that there is a direct and significant relationship between addiction to social networks and depression ( $\rho = .566$ ); Also, addiction to social network is directly and significantly related to the somatic-motivational ( $\rho = .537$ ) and cognitive-affective ( $\rho = .577$ ) dimensions. Concluding that addiction to social networks is directly related to depression.

**Key words:** Addiction to social network, depression, university, Lima.

## CAPITULO I. INTRODUCCIÓN

### 1.1. Descripción del problema

El fondo de las Naciones Unidas para la infancia (UNICEF, 2021) nos menciona que a raíz de lo sucedido por el COVID-19, se tuvo que tomar medidas necesarias para evitar la propagación de la enfermedad a más personas, implementando la restricción social, es decir millones de niños, adolescentes y jóvenes tuvieron que pasar la mayor parte del tiempo en sus hogares, lo cual llevó esto a buscar otros medios de distracción, así utilizando el mayor tiempo de uso del internet a fin de socializar o aprender.

A nivel mundial la Oficina de las Naciones Unidas contra las Drogas y el delito (UNODC,2020) refiere, a partir de la crisis sanitaria y la restricción social que se implementó para evitar el crecimiento a más contagios, fue incrementando el uso excesivo por las redes sociales, generando un uso inadecuado o dependencia.

En Latinoamérica, el departamento de Investigación Estadística (STATISTA, 2021) menciona que los países como Uruguay (83.3%), Chile (83.5%) y Perú (81.4%) fueron los que llevaron un mayor porcentaje en uso a redes sociales sobre el total de la población.

Asimismo, a nivel nacional, se fueron reportando altos niveles de uso a redes sociales (Carbajal, 2021; Ortega, 2021; Esquivel, 2020; Magallán y Rodas, 2020) causando preocupación y necesidades de estudio.

El grupo etario que suele utilizar con una alta incidencia en relación a redes sociales en consecuencia de la restricción social y clases virtuales, son los estudiantes universitarios (Martinez-Líbano et al., 2020), por otro lado, se sabe que el uso de las redes sociales brindan facilidades y varios beneficios, también puede llevar a generar consecuencias negativas debido al uso inadecuado de las redes sociales (Baccarella et al., 2018), resaltando que la etapa

universitaria coincide un alto riesgo en el desarrollo de una enfermedad mental grave, generando preocupación (Farrell et al., 2017).

De igual forma, se identificó que la adicción a las redes sociales puede llevar a generar en la persona estados de estrés, ansiedad o depresión (Romero-Rodríguez et al.; 2021). Siendo uno de los principales problemas la depresión en cuestión de salud mental en todo el mundo, ya que, según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020) menciona que 264 millones de persona sufren de depresión y de las cuales, 800 mil personas llegan al suicidio.

La depresión es considerada uno de los problemas más preocupantes, encontrando asociación con la sintomatología psicósomática cómo los problemas de nerviosismo, concentración, calidad de vida y bienestar psicológico (Solis-Camara et al., 2018) siendo esto un problema completo, por lo que, se requiere una intervención integral e interdisciplinario (Páez y Peña, 2018).

Considerando esta problemática expuesta, se sugiere el estudio de las variables adicción a redes sociales y depresión, ya que su condición es compleja y disfuncional, puede afectar la vida cotidiana de los universitarios, impidiendo una formación universitaria adecuada de los estudiantes y futuros profesionales.

## **1.2. Justificación del estudio**

### ***Justificación Teórica***

Desde un punto de vista teórico permite diseños de estrategias en programas de prevención para nuevos trabajos de investigación, actualización en el conocimiento científico de las variables adicción a las redes sociales y la depresión para los nuevos trabajos de investigación con población universitaria; además permite una mayor clarificación de la relación entre estas estructuras, que está a punto de ser incluida en futuro estudios modernos

con referencia al entorno académico.

### ***Justificación Práctica***

Desde un punto de vista práctico, este estudio permite aportes en concientizaciones sociales en centros de estudios o psicológicos presentando conocimiento actual de las variables, aportes a nuevas conferencias sobre la relación que existen entre las variables, conocer qué variables están asociadas a la depresión en estudiantes universitarios. Además, fomenta futuros estudios que establezcan programas o estrategias psicológicas para prevenir la adicción a las redes sociales y la depresión en estudiantes universitarios.

### ***Justificación Social***

Desde un punto de vista societario, este estudio brinda herramientas de información actualizada a otros profesionales en el campo de la educación superior, así ellos promuevan la difusión de la información, brindando este conocimiento a los universitarios y así recibir un gran interés social por parte de ellos, los futuros profesionales.

## **1.3. Antecedentes de investigación**

### ***Antecedentes Internacionales***

Haand y Shuwang (2020) realizaron una encuesta en Afganistán con el objetivo de vincular la adicción a las redes sociales y a la depresión en 384 estudiantes universitarios, a través de un diseño no experimental y rango de correlación, que utilizó el test de adicción a internet y la escala de depresión del centro de Estudios Epidemiológicos (CES-D), encontrando así que existe una relación directa significativa entre la adicción a las redes sociales con depresión con depresión ( $r = .426, p < .05$ ).

Elmer et al. (2020) realizaron una encuesta en Suiza con el objetivo de analizar los cambios en las dimensiones de redes sociales e indicadores de salud mental y después de la pandemia por COVID-19 entre 266 estudiantes universitarios, a través de un diseño no experimental, corte longitudinal y alcance comparativo, utilizando la escala de depresión del Centro de Estudios Epidemiológicos (CES-D) y una encuesta de redes sociales desarrollada por los investigadores, encontrando como resultados diferencias significativas en el uso de las redes sociales ( $t = 4.15, p < .001$ ), mientras que en cuanto a la depresión no hubo diferencias significativas ( $t = .56, p = .578$ ).

Al Mamun y Griffiths (2019) realizaron una investigación de Bangladesh con el objetivo de relacionar adicción a las redes sociales y la depresión en 300 estudiantes universitarios, mediante diseño no experimental y alcance correlacional causal, utilizando la escala de adicción a Facebook y el cuestionario Pariente Health (PHQ9), encontrando como resultados que la prevalencia de adicción al Facebook fue de 39.7%, también se encontró que la adicción a Facebook tiene como factor comórbido a la depresión.

Puig (2018) realizó una investigación en España cuyo objetivo fue relacionar las características psicológicas y la adicción a redes sociales en 212 estudiantes universitarios, mediante un diseño no experimental y alcance correlacional, utilizando el test de adicción a redes sociales (ARS), el inventario clínico multiaxial de Millón III y la escala de autoestima de Rosenberg, encontrando como resultado que existe relación directa significativa entre adicción a redes sociales con depresión mayor ( $r = .157, p < .05$ ).

Alhassan et al. (2018) realizaron una investigación en Arabia Saudita con el objetivo de relacionar la adicción al uso de teléfonos inteligentes y la depresión en 935 adultos, a través de un diseño no experimental y alcance correlacional, utilizando la escala de adicción a teléfonos inteligentes y el inventario de depresión de Beck, encontrado como resultado que existe relación lineal positiva significativa entre adicción a teléfonos inteligentes y depresión

( $y = 39.2 + 0.8x$ ;  $p < 0.001$ ). La correlación positiva entre la adicción a los teléfonos inteligentes y la depresión es preocupante.

### ***Antecedentes Nacionales***

Estela y Aldazábal (2021) realizaron una investigación cuyo objetivo fue relacionar adicción a redes sociales y depresión en 678 estudiantes universitarios, mediante diseño no experimental y alcance correlacional, utilizando el test de adicción a internet (TAI) y el cuestionario Patient Health (PHQ-9), encontrando como resultado que el 64.3% presentaron depresión y el 60.5% presentó adicción a redes sociales; además se encontró asociación significativa entre ambas variables con un RP crudo 2.17 (IC 95%:1.84 - 2.55,  $p=0.001$ ).

Valvas (2021) realizó una investigación cuyo objetivo fue relacionar depresión, impulsividad y uso de redes sociales en 160 estudiantes universitarios, mediante diseño no experimental y alcance correlacional, utilizando el test de adicción a internet (TAI), el inventario de depresión de Beck y el test de impulsividad de Barratt, encontrando como resultado que existe relación directa significativa entre uso de internet y depresión ( $r = .326$ ,  $p < .05$ ).

Baños (2019) realizó una investigación cuyo objetivo fue relacionar adicción a redes sociales y sintomatología depresiva en 219 estudiantes universitarios, mediante diseño no experimental y alcance correlacional, utilizando el cuestionario de adicción a redes sociales (ARS) y el inventario de depresión de Beck (BDI-IIA), encontrando como resultado que existe relación directa significativa entre adicción a redes sociales y sintomatología depresiva ( $r = .342$ ,  $p = .000$ ).

Ochoa (2019) realizó una investigación cuyo objetivo fue analizar la influencia de adicción a redes sociales en la efectividad negativa en 300 estudiantes universitarios, mediante diseño no experimental y alcance correlacional causal, utilizando el cuestionario de adicción a

redes sociales (ARS) y el PANAS, encontrando como resultado influencia baja, pero significativa de la adicción a redes sociales sobre la afectividad negativa ( $\beta=.301$ ;  $R^2=.091$ ).

Padilla-Romero y Ortega-Blas (2017) realizaron una investigación cuyo objetivo fue relacionar adicción a redes sociales y sintomatología depresiva en 262 estudiantes universitarios, mediante diseño no experimental y alcance correlacional, utilizando el cuestionario de adicción a redes sociales (ARS) y el inventario de depresión de Beck (BDI-IIA), encontrando como resultado que el 38.3% tuvo nivel severo de sintomatología depresiva; además se encontró asociación entre ambas variables ( $p = .001$ )

#### **1.4.Bases teóricas**

##### ***Variable 1: Adicción a redes sociales***

##### **Redes sociales**

Las redes sociales, consideradas plataformas digitales en donde uno puede crearse su propio perfil, creando la posibilidad de interactuar con otras personas de intereses particulares. Las redes sociales más conocidas tenemos y utilizadas por los internautas son Facebook, Twitter, MySpace e Instagram en la cual nos permite crear nuevas amistades a través de dispositivos celular, tablet, laptop o computadora (Social Media Marketing, 2011)

##### **Redes sociales y adicción**

Considerando la variedad de definiciones que hay sobre adicción a redes sociales, en el presente estudio se utilizará la definición mencionada por Ecurra y Salas (2014), quienes desarrollaron una escala para medir dicho constructo, tomando como referencia los factores que componen la adicción a redes sociales según Griffiths (2005) quien identificó seis componentes que integran la adicción a redes sociales y a partir de los cuales se desarrolló la versión abreviada de la escala elaborada por Ecurra y Salas (2014).

La adicción a las redes sociales se define como una adicción psicológica o conductual que induce placer, abuso y uso descontrolado, lo que genera necesidades relacionadas con la ansiedad. Reducir su uso es desarrollar adicción (Madrid,2000, mencionado por Ecurra y Salas,2014).

### **Factores de riesgo asociados a la adicción a redes sociales**

Exposición a contenido de naturaleza sexual, referido al hecho de que el uso de teléfonos inteligentes, así como el uso de redes sociales puede crear una conexión con la transmisión o envío de fotos, textos o videos de contenido erótico o conocido como sexting, (Herrero y Diaz, 2015). Teniendo en cuenta que el sexting es la transferencia de contenido sexual a través de medios digitales como las redes sociales (Strassberg et al.,2013).

Ciberbullying, es la tendencia a utilizar las redes sociales para difundir información falsa, ofensiva u hostil sobre otras personas, dando lugar a lo que se conoce como acoso cibernético, tomando en cuenta que se produce sin una interacción directa o física (Pena, 2020). Cabe resaltar que las personas que padecen acoso cibernético tienen tendencia general tener mayores niveles de presión (Richards et al, 2015).

### **Características de la adicción a redes sociales**

Según Nizama (2016) hay varios factores que caracterizan la adicción a las redes sociales, que son:

Tolerancia, referido a la capacidad de aumentar la frecuencia y la intensidad del comportamiento adictivo.

Dependencia, referido a una condición en la que una persona desarrolla una necesidad física o mental a fin de participar en la práctica adictiva.

Síndrome de abstinencia, se refiere a los cambios físicos, mentales o de comportamiento que resultan la inhibición del comportamiento adictivo.

### **Perfil psicosocial de la adicción a redes sociales**

Según García et al. (2008) la persona con uso excesivo de internet tiene los siguientes componentes:

Dificultad para expresar emociones de forma abierta o tendencia a la introversión.

Pensamientos con la idea subvalorada sobre su capacidad de relacionarse con otras personas.

Dificultad o incomodidad en la interacción real con otras personas.

Búsqueda de opciones de contacto para evadir la interacción física con otras personas.

Necesidad de ocasionar un estado inusual de socialización.

Espera desarrollar una personalidad ideal o creada.

Expectativas de que las interacciones virtuales se finalicen sin afectar negativamente a los demás.

### **Indicadores de adicción a redes sociales**

Según Young (1998), existen varios indicadores relacionados con la dependencia a redes sociales, los cuales son:

Dificultad para dormir, lo que resulta en una duración o frecuencia prolongada de las conexiones a las redes sociales, lo que afecta los ciclos normales de sueño.

Descuido de las actividades básicas o relevantes, como las relaciones familiares, socializar, estudiar o la salud física.

Debido al uso desmedido de las redes sociales, cada vez son más las críticas o quejas por parte de las personas cercanas.

Obsesión por el uso desmedido de las redes sociales acompañado con ansiedad, cambios de humor cuando no hay conexión o preocupación por no estar al tanto a las redes sociales.

Dificultad para reducir el tiempo y la frecuencia del uso de las redes sociales, lo que lleva a una pérdida de percepción del tiempo.

Llevando poco a poco al aislamiento social, aumento de conflictos interpersonales y bajo rendimiento académico.

Margáin (2002) recalca que una persona pasa por diferentes etapas antes de la adicción ya que puede pasar de una prueba a otra poco a poco, sin embargo, se sabe que se puede trabajar, prevenir e intervenir, todo depende de la fase que se encuentre esta adicción ya sea en la experimentación, uso, abuso y adicción. La prevención puede comenzar desde la etapa experimental, si bien en la primera, puede ir más allá y afectar el desarrollo normal de una persona, no solo físico, sino también el desarrollo de las nuevas habilidades sociales, emocionales e intelectuales. Brizuela et al. (2009) plantea y describe el nivel de adicción:

Experimentación: esta es una actividad voluntaria en la que comience a socializar y pueda detenerse cuando lo desee.

Uso: dicha actividad que comienza con una mayor frecuencia.

Abuso: Uso de forma regular durante casi todo el tiempo de las semanas, llevando esto a una presencia de episodios de intoxicación.

Adicción: se caracteriza por el hecho de que esta es la etapa donde las personas ya no controlan lo que consumen o lo que hacen.

### **Comorbilidad asociada a la adicción a redes sociales**

Se realizó una revisión sobre el uso problemático de internet en busca de asociaciones significativas como síndromes clínicos, por ejemplo, depresión, ansiedad o problemas como

déficit de atención con hiperactividad, síntomas obsesivos- compulsivos y comportamiento de agresión- hostilidad (Carli et al, 2013).

Asimismo, se ha identificado que el desarrollo de actitudes preventivas para combatir o contrarrestar la adicción a internet en los estudiantes universitarios se asocia con el estado de ánimo depresivo y la ansiedad social (Ni et al, 2009).

Por otro lado, el maltrato infantil es considerado un factor de peligro para desarrollar problemas en el uso de internet, así lo indica un estudio de estudiantes universitarios, demostrando así que aquellos que tienen problemas con el uso excesivo de internet también tienen niveles bajos de autoestima y respeto (Yates et al, 2012).

### **Efectos negativos la adicción a redes sociales**

Según Vernon et al. (2015) la adicción a las redes sociales va afectando negativamente el ciclo del sueño y el rendimiento académico.

Por su parte, Turel y Bechara (2017) mencionan que la adicción a las redes sociales puede conducir a una mala calidad del sueño y/o un mal control de los impulsos.

Además, Wang et al. (2016) muestra que el uso excesivo de redes sociales tiene un impacto negativo en la vida de los estudiantes.

Adicionalmente, Walburg et al. (2016) encontraron que el uso desmedido de Facebook provoca sensación de fatiga en la escuela relacionados con el agotamiento de trabajos y sentimientos inadecuados.

### **Teoría sobre la adicción a redes sociales**

#### **Teoría de las neurociencias**

Esta teoría menciona que la adicción a internet es causada por un tipo de estimulación neuronal la cual hace que las personas sean más propensas a usar medios virtuales, por lo que los usuarios más frecuentes presentan una disminución de la actividad dopaminérgica

conduciendo a las adicciones en general (He, Turel & Bechara, 2017). Esta teoría sugiere que la problemática del uso excesivo de internet, así como la adicción a las redes sociales tienen como base u origen el funcionamiento neuronal demostrando que debido a la actividad o baja producción de sustancias de dopaminérgicas en el cerebro, esto incita a los individuos a desarrollar tendencias de prácticas en conductas que estimulan la producción de estas sustancias para experimentar placer, mientras que dependiendo de la red social obtendrán placer neuronal del estímulo anterior.

### **Teoría socio cognitiva**

Esta teoría sugiere que la adicción a internet se produce a causa de que la persona tiene una predisposición a experimentar efectos positivos de la actividad adictiva, aunque principalmente ello se debería en términos generales a la presencia de desregulación en la persona misma, generando así una conexión disfuncional entre ambos estados (Turel & Serenko, 2012). Esto quiere decir que la adicción a internet se inicia y/o se mantiene producto que las personas muestran una tendencia a la búsqueda de eventos o experiencias placenteras a nivel social, tomando en cuenta que dicha tendencia es parte natural de todo ser humano; sin embargo, la adicción a internet se desarrolla de manera específica en aquellas personas que han generado una inseguridad o desequilibrio en dicho estado predisponiendo de manera negativa e intensa a la obtención de dicha experiencia gratificante por diferentes medios.

### **Teoría cognitivo conductual**

Esta teoría menciona que la adicción a internet se desarrolla teniendo como base la presencia de ideas irracionales, así como creencias desadaptativas las cuales generan un estado disfuncional en la persona; predisponiendo a generar conductas adictivas las cuales se mantienen debido al condicionamiento cognitivo (Turel & Serenko, 2012). Esto quiere decir que las personas que desarrollan adicción a internet o en particular adicción a redes sociales presentan un sistema de creencias las cuales tienen la característica de ser distorsionadas y cuyo

núcleo gira en torno a lo reforzante y beneficioso puede ser el relacionarse socialmente vía las redes sociales, considerando a su vez que dichas personas generan la creencia latente que es complejo y complicado generar interacción social de manera convencional.

### **Factores de la adicción a redes sociales**

Asimismo, la adicción a redes sociales tiene una estructura de seis factores importantes (Griffiths, 2005):

Saliencia o prominencia referida a la relevancia que le otorga la persona dominando pensamientos, deseos y conductas.

Modificación del humor o afectos alterados referido a la sensación de excitación, escape, placer o alivio del estrés.

Tolerancia referida al incremento de la necesidad de realizar la actividad adictiva

Síndrome de abstinencia referido a la sensación desagradable al no generar la actividad adictiva

Conflictos el cual está referido a las dificultades que se presentan a nivel familiar, social, laboral producto como consecuencias de la actividad adictiva.

Recaída la cual está referido a la reincidencia en cuanto a la actividad adictiva luego de períodos de abstinencia

### ***Variable 2: Depresión***

La depresión es entendida como la condición de sentirse mal, incapaz de llevar a cabo actividades que previamente realizaban sin dificultad, desanimados, desmotivados, sin energía y sin control sobre la voluntad (Moreno y Blanco, 2004). Para Beck et al. (1983), la depresión está relacionada a la existencia de esquemas cognitivos distorsionados que contiene actitudes negativas sobre temáticas de pérdida, inadecuación, fracaso, etc.; tales actitudes incluyen

creencias del tipo “nuestra felicidad depende de la aceptación social”.

### **Síntomas de la depresión**

De acuerdo con Tacsá (2018) la depresión se manifiesta en base a cinco síntomas puntuales, los cuales son:

Síntomas afectivos donde la persona experimenta en diferentes niveles expresiones afectivas tales como tristeza, desánimo, irritabilidad o desesperanza.

Síntomas conductuales donde la persona llega a generar conductas como déficit de interés o evasión de actividades cotidianas, así como desarreglo en su aspecto físico.

Síntomas cognitivos donde la persona muestra una disminución de la capacidad de concentración, dificultad para tomar decisiones en las diferentes áreas de la vida.

Síntomas somáticos donde la persona experimenta alteración en la medida del sueño, apetito, reducción del deseo sexual.

Síntomas interpersonales donde la persona genera una tendencia a generar desinterés por iniciar o mantener las relaciones sociales con su entorno.

### **Manifestaciones de la depresión**

Para Polaino-Lorente (2009) la depresión se manifiesta o expresa de diferentes maneras, tales como:

Un síntoma, relacionado a la aparición de una respuesta o dificultad de ajuste sin formar parte de un síndrome.

Un síndrome, relacionado a la presencia de alteraciones motivacionales, mentales o afectivas; así como, cambios psicómotores

Un desorden clínico, relacionado a un estado psicológico el cual genera cierto nivel de incapacidad producto de situaciones específicas a nivel familiar, social o biológica.

## **Factores de riesgo de la depresión**

Los factores de riesgo que aproximan a la ocurrencia de la depresión, se han dividido en dos, los cuales son:

Factores personales: son aquellos que están integrados por elementos biológicos y psicológicos; de ahí que, a nivel biológico se manifiesta que la depresión es una expresión recurrente de una generación a otra en cuanto a características genéticas (Bhatia, 2007); mientras que a nivel psicológico la depresión se manifiesta en base a creencias pesimistas, así como estilos atribucionales disfuncionales (Del Barrio, 2005)

Factores ambientales, son aquellos los cuales están integrados por episodios vitales y vínculos familiares donde los episodios vitales se relacionan con circunstancias que pueden ser adversas o negativas que se presentan en el transcurso de la vida; mientras que los vínculos familiares se relacionan con los momentos en el cual la persona se madura en un ambiente de seguridad y estabilidad dentro de la interacción familiar (Del Barrio, 2005).

## **Características de la depresión**

Para Polaino (1984) la depresión tiene como características los siguientes elementos o condiciones:

Errores sistemáticos en el pensamiento, relacionado a la tendencia a generar pensamientos pesimistas o disfuncionales los cuales se refuerzan con emociones o estados afectivos negativos.

Alteraciones de la temporalidad, relacionado a la presencia de una visión negativa tanto del presente como el futuro de su vida entendiendo que dicho estado negativo es difícil de contrarrestar.

Memoria negativa, relacionado a la rememoración de hechos o sucesos negativos que

experimentó la persona generando disminución de la valía personal.

Humor negativo, relacionado a la generación de una visión negativa del futuro lo cual lleva a la persona a generar dificultad en las relaciones interpersonales llegando a generar un autoconcepto negativo de sí mismo.

### **Criterios diagnósticos**

Teniendo en cuenta los criterios diagnósticos del Manual Diagnóstico y Estadístico de Trastornos Mentales (DSM-5) planteados por la Asociación Psiquiátrica Americana (APA, 2013), no debe confundirse la depresión con momentos de tristeza o desaliento por un tiempo corto, ya que esta es más que un estado de tristeza transitorio o un momento de estrés. Sus características son cinco o más de los indicios que se presentan a lo largo de un período de tiempo de dos semanas y que muestran una alteración del actuar previo, tales como:

Estado de ánimo depresivo en gran parte del día, presente en varios días de la semana, según información brindada por la persona o por la observación de otras.

Reducción significativa del interés o el placer por todas o la mayoría de las cosas en gran parte del tiempo o casi todo el tiempo.

Pérdida significativa de peso sin haber seguido alguna dieta, aumento de peso, o disminución del deseo de comer casi todos los días.

Insomnio o hipersomnias cotidianamente.

Agitación o lentitud motora cotidianamente.

Cansancio o disminución de energía cotidianamente.

Sentimiento de ser inútil o sentir culpa excesiva o inapropiada muy a menudo.

Menor capacidad para poder concentrarse o tomar una decisión cotidiana manifestada por el paciente o por personas de su entorno.

Pensamientos frecuentes acerca de la muerte (no solo miedo a morir), ideas suicidas

frecuentes sin una idea predeterminada, intento de suicidio o una idea específica para realizar.

### **Niveles de la depresión**

Para Zarragoitía (2010) la depresión se puede manifestar de acuerdo a diferentes niveles de intensidad, los cuales son:

Depresión mínima, caracterizada por la presencia mínima o poco significativa de síntomas relacionados a la depresión como tristeza, poca concentración considerando que la emoción de la tristeza puede ser funcional o paralela a una adecuada actividad en las diferentes áreas de la vida.

Depresión leve, conocida también como episodio depresivo leve donde la duración de los síntomas dura aproximadamente 2 semanas expresándose síntomas como incremento de la fatiga, ánimo displacentero o ideas suicidas fugaces sin llegar a concretarse tomando en cuenta que dichos síntomas no son intensos.

Depresión moderada, conocido también como episodio depresivo moderado donde algunos síntomas se manifiestan de manera intensa a diferencia de la depresión leve, tales como malestar corporal, insomnio, flojera; tomando en cuenta que el tiempo de duración puede ser al menos dos semanas donde aparecen también pensamientos disfuncionales, ideas suicidas, victimización, retardo y dificultad para realizar las diferentes actividades de la vida.

Depresión grave, conocido también como episodio depresivo grave o depresión mayor manifestándose de manera aguda o intensamente con la aparición de síntomas tales como angustia marcada, baja autoestima, déficit de concentración, sentimiento de incompetencia y riesgo suicida; además a nivel conductual se presentan agitación o lentitud psicomotora, malestar físico, alteraciones del sueño, alteraciones del apetito, teniendo una duración no menor de dos semanas y la capacidad de realizar las actividades de la vida son afectadas de manera intensa.

## **Tipos de depresión**

La depresión puede ser clasificada de dos maneras (Riveros et al., 2007):

Depresiones secundarias: las cuales están relacionadas principalmente con enfermedades médicas o psiquiátricas, las cuales pueden relacionarse de manera particular con:

La esquizofrenia que es un estado psicótico crónico

Estados de ansiedad en sus diversas tipologías

Depresiones primarias: las cuales están ligadas a otro tipo de enfermedad médica o psiquiátrica, con la característica de aparecer de manera independiente o ante desencadenantes específicos, las cuales pueden ser:

Depresiones primarias unipolares

Depresiones primarias bipolares

## **Tríada cognitiva de la depresión**

Según Beck et al. (1979), la depresión se manifiesta de manera estructural bajo una expresión cognitiva la cual tiende a generar dicho estado y que está compuesto de tres elementos a nivel cognitivo, los cuales son:

Sobre sí mismo, relacionado a que la persona genera una visión de sí mismo de manera negativa o pesimista generando ideas de ser incompetente, incapaz o inútil donde el autoconcepto se ve claramente afectado.

Sobre el mundo, relacionado a que la persona depresiva genera una interpretación no positiva de la interacción con el entorno generando una actitud defensiva.

Sobre el porvenir, relacionado a que la persona se predispone a generar ideas o pensamientos donde se impide generar planes o metas ya que no presenta expectativas positivas de la realización de las mismas.

## **Teorías de la depresión**

### **Teoría psicodinámica**

Se concibe a la depresión como una pérdida de interés por el mundo externo traducida en una conducta inhibida, además dicha inhibición suele ser generalizada a todas sus facetas, considerando que dicho sentimiento de pérdida no está relacionado con una pérdida directamente comprobable, sino que puede no existir "objeto" alguno perdido, o que la persona no llegue a ser consciente de qué es lo que ha perdido (Vázquez, 2010). Esto quiere decir que el estado depresivo tiene la característica de que la persona experimenta una pérdida consciente o una pérdida inconsciente lo cual provoca una disminución en la actividad social, familiar, laboral o académica en la persona con su entorno.

### **Teoría de la indefensión aprendida**

Se plantea que cuando una persona ha tenido experiencias en el pasado que le han sido desagradables y frente a las que no ha podido luchar, puede desarrollar un estilo de pensamiento en el que se convence a sí mismo de que toda situación desagradable que pueda experimentar estará fuera de su control; de ahí que, ante los sucesos negativos sólo le quedará el resignarse y aceptar (Seligman, 1991). Esto quiere decir que en cierta medida las experiencias negativas vívidas a lo largo de los años que padecen las personas influyen en cierta medida en su capacidad de afrontamiento en el día a día por lo cual habrá una tendencia a reaccionar de una manera poco optimista ante las adversidades de la vida.

### **Teoría cognitivo-conductual**

Se explica la depresión desde una perspectiva cognitiva y de vulnerabilidad-estrés, tal que la vulnerabilidad depende de la existencia de esquemas cognitivos distorsionados que contiene actitudes negativas sobre temáticas de pérdida, inadecuación, fracaso, etc.; además

tales actitudes incluyen creencias del tipo: la felicidad de uno depende de ser perfecto, o de la aprobación de los demás (Beck, et al., 1983). Esto quiere decir que la depresión surge como consecuencia de una sucesión de creencias o pensamientos los cuales van configurando poco a poco un estado de indefensión que impide a la persona afrontar positivamente las adversidades del día a día propiciando a su vez una serie de conductas y emociones disfuncionales las cuales están condicionadas ante determinados estímulos aprendidos que refuerzan la depresión.

Asimismo, Beck et al. (2012) mencionan que la depresión puede estar relacionada con pensamientos automáticos negativos los cuales mantienen dicho estado, tales como:

Inferencia arbitraria, referido a conclusiones erróneas que la persona se anticipa a generar ante determinadas situaciones.

Abstracción selectiva, referido a la focalización en aspectos negativos de una situación dejando de lado los aspectos positivos de la misma.

Sobre generalización, referido a la generalización errónea que se produce a partir de hechos aislados y negativos.

Maximización / minimización, referido a intensificar o disminuir la proporción del efecto de un determinado evento afectando con ello el valor personal.

Personalización, referido a la tendencia a atribuir circunstancias externas negativas a la propia persona.

Pensamiento absolutista, referido a generar una polarización excesiva de las situaciones que ocurren.

## **1.5. Definiciones conceptuales**

### **Adicción a redes sociales:**

Comportamientos repetitivos por mantenerse conectado por periodos largos, generando placer y necesidad descontrolada (Escrura Mayaute & Salas Blas, 2014)

## Depresión:

Es la existencia de esquemas cognitivos distorsionados que contiene actitudes negativas sobre temáticas de pérdida, inadecuación, fracaso (Beck, et al., 1983)

### 1.6. Definición operacional de las variables

**Tabla 1**

*Definición operacional de las variables*

<b>Variables</b>	<b>Definición operacional</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Ítems</b>	<b>Instrumentos</b>
Variable 1: Adicción a redes sociales	Será medida a través del cuestionario breve de adicción a redes sociales (ARS-6), validado en Perú por Salas-Blas et al. (2020), en el contexto limeño a estudiantes universitarios.	Unidimensional	1, 2, 3, 4, 5, 6	Cuestionario breve de adicción a redes sociales (ARS-6), validado en Perú por Salas-Blas et al. (2020)
Variable 2: Depresión	Será medida a través del inventario de depresión de Beck et al. (1983), validada en Perú por Sánchez-Villena y Farfán (2019), en el contexto limeño a estudiantes universitarios.	Somático- motivacional  Cognitivo- afectivo	6, 7, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21  1, 2, 3, 4, 5, 8, 9, 10	Inventario de depresión validada en Perú por Sánchez-Villena y Farfán (2019)

## 1.7. Formulación del problema

### *Pregunta General*

¿Qué relación existe entre adicción a redes sociales y depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022?

### *Preguntas Específicas*

¿Qué relación existe entre adicción a redes sociales y la dimensión somático-motivacional de la depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022?

¿Qué relación existe entre adicción a redes sociales y la dimensión cognitivo-afectivo de la depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022?

¿Cuál es el nivel de depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022?

¿Cuál es el nivel de adicción a redes sociales en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022?

¿Existen diferencias en el nivel de adicción a redes sociales de acuerdo con el género en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022?

¿Existen diferencias en el nivel de depresión de acuerdo con el género en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022?

## 1.8. Objetivos

### *Objetivo general*

Identificar la relación entre adicción a redes sociales y depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022

### ***Objetivos específicos***

Identificar la relación entre adicción a redes sociales y la dimensión somático-motivacional de la depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022

Identificar la relación entre síntomas emocionales y depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022

Identificar la relación entre adicción a redes sociales y la dimensión cognitivo -afectivo de la depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima,2022

Identificar el nivel de depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022

Identificar el nivel de adicción a redes sociales en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022

Comparar el nivel de adicción a redes sociales de acuerdo con el género en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022

Comparar el nivel de depresión de acuerdo con el género en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022

## **1.9.Hipótesis**

### ***Hipótesis General***

Existe relación entre adicción a redes sociales y depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022

### ***Hipótesis Específicos***

Existe relación entre adicción a redes sociales y la dimensión somático- motivacional de la depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022

Existe relación entre adicción a redes sociales y la dimensión cognitivo-afectivo de la depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022

Existen diferencias significativas en el nivel de adicción a redes sociales de acuerdo con el género en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022

Existen diferencias significativas en el nivel de depresión de acuerdo con el género en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022

## CAPÍTULO II MÉTODO

### 2.1. Tipo de investigación

#### *Enfoque de Investigación*

El enfoque de este estudio es cuantitativo, ya que su objetivo principal es realizar análisis estadísticos a fin de comprobar hipótesis de investigación (Hernández y Mendoza, 2018)

#### *Tipo de investigación*

El tipo de investigación es básica puesto que se recurre al uso de la teoría a fin de profundizar e incrementar el conocimiento acerca de un tema de estudio (Ato, López y Benavente, 2013)

#### *Diseño de Investigación*

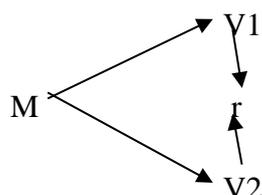
La presente investigación tiene un diseño no experimental, ya que este tipo de diseño se caracteriza por la no manipulación de las variables considerando a su vez que mediante este diseño se estudiarán las variables en su contexto natural (Hernández y Mendoza, 2018)

#### *Corte de Investigación*

Este estudio se caracteriza por tener un corte transversal tomando en cuenta que el análisis y evaluación de las variables se realizan en un solo momento en el tiempo (Ato, López y Benavente, 2013)

### ***Nivel de Investigación***

El presente estudio presenta un nivel correlacional, es decir, plantea realizar el análisis del grado de relación que hay entre dos variables (Hernández y Mendoza (2018)). En ese sentido, el presente estudio busca conocer el nivel de relación entre las variables adicción a redes sociales y depresión.



Dónde:

M : Muestra

V1 : Adicción a las redes sociales

V2 : Depresión

r : Relación entre las variables

### **2.2.Población y muestra**

#### ***Unidad de Estudio***

Estudiantes de psicología del 10° ciclo de una universidad privada de Lima, matriculado en el ciclo 2021-1

#### ***Población***

La población está conformada por 200 estudiantes varones y mujeres, cuyas edades oscilan entre 23 y 35 años, matriculados en el semestre 2021-2 pertenecientes a la carrera de psicología del 10mo ciclo de una universidad privada de Lima. Cabe mencionar que Hernández y Mendoza (2018) refieren que la población es el conjunto total de lo que se quiere estudiar o realizar.

### ***Muestra***

La muestra es un subgrupo de la población, siendo esto representativo, es decir es la parte representativa de la población Hernández y Mendoza (2018). En el presente estudio la muestra está conformada por 106 estudiantes universitarios de psicología.

### ***Muestreo***

En la presente investigación se realizó un estudio no probabilístico, este tipo de muestreo la elección de las unidades depende por las características y contexto de la investigación Hernández y Mendoza (2018).

### ***Criterios***

#### **Criterios de Inclusión:**

- Estudiantes matriculados en la universidad seleccionada
- Estudiantes varones y mujeres que participen voluntariamente
- Estudiantes que hayan aceptado el consentimiento informado
- Estudiantes pertenecientes al 10° ciclo

#### **Criterios de exclusión**

- Estudiantes no matriculados en la universidad seleccionada
- Estudiantes que no hayan aceptado el consentimiento informado
- Estudiantes no pertenecientes al 10° ciclo

### 2.3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Las técnicas hacen referencia a una serie de mecanismos los cuales permiten recopilar, procesar, clasificar la información referida a un objeto de estudio (Hernández & Mendoza, 2018). Por lo cual, en el presente estudio la técnica que se utilizará será la de los cuestionarios o pruebas considerando que a partir de ello se recolectarán los datos pertinentes para la investigación

#### *Instrumento Para la Variable 1*

##### **Ficha técnica**

Nombre del instrumento	: Escala de Adicción a redes sociales (ARS)
Autores	: Salas-Blas et al. (2020)
Número de ítems	: 6
Objetivo del instrumento	: mide adicción a redes sociales
Población	: universitarios
Administración	: individual y colectiva
Duración	: 10 min. aprox.
Puntuación	: politómica, donde nunca = 0, rara vez = 1, algunas veces = 2, casi siempre = 3 y siempre = 4

##### **Validez.**

En cuanto a la validez, Salas-Blas et al. (2020) realizaron un análisis tomando en cuenta seis dimensiones de la adicción a las redes sociales (saliencia, modificación del humor, tolerancia, abstinencia, conflicto y recaída) donde se utilizaron 6 grupos de ítems elegidos por expertos aplicando el escalamiento de Mokken, excluyéndose así 6 ítems por no cumplir la condición  $H > .30$ , evidenciándose un aceptable ajuste del modelo unidimensional para 6 ítems: CFI = .989, TLI = .982, RMSEA = .041, IC 90%; SRMR = .023.

### **Confiabilidad.**

En cuanto a la confiabilidad, Salas-Blas et al. (2020) calcularon la confiabilidad por medio del coeficiente omega siendo el valor de  $w = .916$ .

### ***Instrumento Para la Variable 2***

#### **Ficha técnica**

Nombre del instrumento	: Inventario de Depresión de Beck (BDI-II)
Autores	: Beck et al. (1996)
Validación	: Sánchez-Villena y Farfán (2019)
Número de ítems	: 21
Objetivo del instrumento	: mide niveles de depresión
Población	: universitarios
Administración	: individual y colectiva
Duración	: 5 min. aprox.
Puntuación	: politómica del 0 al 3

### **Validez.**

En cuanto a la validez, Sánchez-Villena y Farfán (2019) en Perú, realizaron un análisis factorial exploratorio de donde se extrajeron dos factores que explican el 54.48% de varianza.

### **Confiabilidad.**

En cuanto a la confiabilidad, Sánchez-Villena y Farfán (2019) obtuvieron mediante el método de consistencia interna un alfa de Cronbach para el primer factor de  $\alpha = .843$  y para el segundo factor de  $\alpha = .935$

#### **2.4. Proceso de recolección de datos**

Considerando el contexto actual debido a la crisis sanitaria por la COVID-19 la aplicación de pruebas cara a cara no era posible y para evitar contagios se optó por realizar la recolección de datos de forma virtual. Utilizando una herramienta de formularios en línea como Google forms, mediante esta herramienta se elaboró el cuestionario, seguidamente el link del cuestionario fue enviado de forma virtual, los cuales se distribuyeron por grupos de redes sociales conocidas procurando con ello cumplir con el objetivo de la investigación, además se le enviaba al participante el link del formulario para la realización de esta, al abrir el link se encontraba el consentimiento informado, en donde se le explicaba que la información sería utilizada sólo de manera confidencial y con fines académicos, también se encontraba los dos cuestionarios de las variables. Posteriormente, dichas respuestas de los participantes eran almacenadas de manera automática en el programa Excel, los cuales serían utilizados para su interpretación y análisis.

#### **2.5. Procedimiento de análisis de datos**

Finalizada la recolección de datos se procedió con el control de ordenamiento de la información que se generó automáticamente en el programa Excel, para luego clasificar, codificar y procesar la información para el programa SPSS versión 26, en la cual se realizan los análisis estadísticos. Procediendo a realizar los análisis descriptivos, encontrando niveles de frecuencia y porcentajes de los niveles de las variables adicción a redes sociales y depresión.

Seguidamente, se realizó el análisis inferencial, evaluando en primera instancia la normalidad de los resultados mediante el estadístico de Kolmogórov-Smirnov, encontrando que la distribución no era normal por lo cual se eligió la prueba no paramétrica de Spearman y de dicha manera se realizó el correlacional de las variables de estudio. Además, se utilizó la prueba no paramétrica de la U de Mann Whitney para realizar el análisis comparativo.

## 2.6. Aspectos éticos

Considerando el carácter voluntario y libre de la investigación se redactó un documento con consentimiento informado a fin de ser leído y aceptado previo a la realización de las encuestas.

El investigador UPN tiene el deber de mantener en estricta confidencialidad la información de los participantes (Código del investigador científico UPN, art. 5)

Se tuvo en cuenta salvaguardar la integridad de los participantes, la información obtenida de tipo evaluativo a individuos se utiliza sólo con fines profesionales (Código de ética del colegio de Psicólogos del Perú, 2017, art. 22)

Se toman en consideración los derechos de autor de la información bibliográfica utilizada y expresada en este estudio a lo largo de todo el contenido de la misma, fuentes debidamente citadas de forma APA (Código del investigador científico UPN, art. 3)

## CAPÍTULO III RESULTADOS

### Análisis descriptivo

**Tabla 1**

*Nivel de adicción a redes sociales*

Nivel	f	%
Bajo	38	35.8
Medio	43	40.6
Alto	25	23.6
Total	106	100.0

*Nota:* f= frecuencia,% = porcentaje

En la tabla 1, se presenta el nivel de adicción a redes sociales, donde se observa que el nivel medio prevalece con 40.6%, seguido del nivel bajo (35.8%) y el nivel alto (23.6%) respectivamente.

**Tabla 2**

*Nivel de depresión*

Nivel	f	%
Bajo	32	30.2
Medio	45	42.5
Alto	29	27.4
Total	106	100.0

*Nota:* f = frecuencia, % = porcentaje

En la tabla 2, se presenta el nivel de depresión, donde se observa que el nivel medio prevalece con 42.5%, seguido del nivel bajo (30.2%) y el nivel alto (27.4%) respectivamente.

## Normalidad de los datos

**Tabla 3**

*Prueba de normalidad de Kolmogórov-Smirnov*

	K-S	gl	Sig.
Adicción a redes sociales	.143	106	.000
Depresión	.149	106	.000
Somático-motivacional	.125	106	.000
Cognitivo-afectivo	.169	106	.000

*Nota:* gl = grado de libertad, Sig. = nivel de significancia

En la tabla 3, se aprecia el análisis de normalidad de los datos donde se observa que la variable adicción a redes sociales, así como la variable depresión y sus dimensiones presenta un nivel de significancia menor a ,05 ( $p < ,05$ ), lo cual indica que para el análisis de correlación se utiliza el estadístico no paramétrico de Spearman.

## Análisis correlacional

### Hipótesis general

H<sub>0</sub>: No existe una relación significativa entre adicción a las redes sociales y depresión en estudiantes de una universidad privada de lima, 2022.

H<sub>1</sub>: Existe una relación significativa entre adicción a las redes sociales y depresión en estudiantes de una universidad privada de lima, 2022.

Valor de alfa: 0.05 – 5%

**Tabla 4**

*Correlación de Spearman para las variables adicción a las redes sociales y depresión*

N	Sig. (bilateral)	Correlación
106	.000	.566**

*Nota.* N: total de evaluados. Sig. (bilateral): p valor. Bilateral es a dos colas.

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

La Tabla 4 muestra un valor de Sig. (bilateral) de 0.000 lo cual indica que es inferior al  $\alpha = 0.05$ , por lo que se concluye que, con un margen de error del 0% se acepta la hipótesis de investigación que menciona que existe una relación significativa entre adicción a las redes sociales y depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022. Además, la aplicación de la prueba de Spearman indica que la fuerza de correlación alcanza una puntuación de .566 indicando con ello una correlación directa moderada entre las variables estudiadas (Hernández y Mendoza, 2018), esto significa que las puntuaciones de adicción a las redes sociales se encuentran moderadamente relacionadas con las puntuaciones de depresión.

### Hipótesis específica 1

H<sub>0</sub>: No existe una relación entre adicción a las redes sociales y la dimensión somático-motivacional de la depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022.

H<sub>1</sub>: Existe una relación entre adicción a las redes sociales y la dimensión somático-motivacional de la depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022.

Valor de alfa: 0.05 – 5%

### Tabla 5

*Correlación de Spearman para las variables adicción a las redes sociales y la dimensión somático-motivacional*

N	Sig. (bilateral)	Correlación
106	.000	.537**

*Nota.* N: total de evaluados. Sig. (bilateral): p valor. Bilateral es a dos colas.

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

La Tabla 5 muestra un valor de Sig. (bilateral) de 0.000 lo cual indica que es inferior al  $\alpha = 0.05$ , por lo que se concluye que, con un margen de error del 0% se acepta la hipótesis de investigación que menciona que existe una relación significativa entre adicción a las redes sociales y la dimensión somático-motivacional de la depresión en estudiantes de una

universidad privada de Lima, 2022. Además, la aplicación de la prueba de Spearman indica que la fuerza de correlación alcanza una puntuación de .537 indicando con ello una correlación directa moderada entre las variables estudiadas (Hernández y Mendoza, 2018), esto significa que las puntuaciones de adicción a las redes sociales se encuentran moderadamente relacionadas con las puntuaciones de la dimensión somático-motivacional de la depresión.

### Hipótesis específica 2

H<sub>0</sub>: No existe una relación entre adicción a las redes sociales y la dimensión cognitivo-afectivo de la depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022.

H<sub>1</sub>: Existe una relación entre adicción a las redes sociales y la dimensión cognitivo-afectivo de la depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022.

Valor de alfa: 0.05 – 5%

**Tabla 6**

*Correlación de Spearman para las variables adicción a las redes sociales y la dimensión cognitivo-afectivo*

N	Sig. (bilateral)	Correlación
106	.000	.577**

*Nota.* N: total de evaluados. Sig. (bilateral): p valor. Bilateral es a dos colas.

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

La Tabla 6 muestra un valor de Sig. (bilateral) de 0.000 lo cual indica que es inferior al  $\alpha = 0.05$ , por lo que se concluye que, con un margen de error del 0% se acepta la hipótesis de investigación que menciona que existe una relación significativa entre adicción a las redes sociales y la dimensión cognitivo-afectivo de la depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022. Además, la aplicación de la prueba de Spearman indica que la fuerza de correlación alcanza una puntuación de .577 indicando con ello una correlación directa moderada entre las variables estudiadas (Hernández y Mendoza, 2018), esto significa que las

puntuaciones de adicción a las redes sociales se encuentran moderadamente relacionadas con las puntuaciones de la dimensión cognitivo-afectivo de la depresión.

### Hipótesis específica 3

H<sub>0</sub>: No existe diferencias en el nivel de adicción a las redes sociales de acuerdo con el género en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022

H<sub>1</sub>: Existen diferencias en el nivel de adicción a las redes sociales de acuerdo con el género en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022.

Valor de alfa: 0.05 – 5%

**Tabla 7**

*Comparación de la adicción a redes sociales de acuerdo con el género*

	Sexo	N	Rango promedio	Sig. (bilateral)
Adicción a redes sociales	Hombre	30	53.25	.958
	Mujer	76	53.60	
	Total	106		

La Tabla 7 muestra un valor de Sig. (bilateral) de .958 lo cual indica que es superior al  $\alpha = 0.05$ , por lo que se concluye que, no existen diferencias significativas en la adicción a redes sociales de acuerdo con el género en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022.

### Hipótesis específica 4

H<sub>0</sub>: No existe diferencias en el nivel de depresión de acuerdo con el género en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022.

H<sub>1</sub>: Existen diferencias en el nivel de depresión de acuerdo con el género en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022.

Valor de alfa: 0.05 – 5%

**Tabla 8**

*Comparación de la depresión de acuerdo con el género*

	Sexo	N	Rango promedio	Sig. (bilateral)
Depresión	Hombre	30	51.38	.656
	Mujer	76	54.34	
	Total	106		

La Tabla 8 muestra un valor de Sig. (bilateral) de .656 lo cual indica que es superior al  $\alpha = 0.05$ , por lo que se concluye que, no existen diferencias significativas en la depresión de acuerdo con el género en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022.

## CAPÍTULO IV DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

### Discusión

La presente investigación tuvo como objetivo principal determinar la relación entre adicción a redes sociales y depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022. Los resultados sugieren que se acepta la hipótesis de investigación que menciona que existe una relación entre adicción a las redes sociales y depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022. Esto quiere decir que la condición en la cual la persona muestra alteraciones en el estado de ánimo, así como señal de abstinencia, conflictos y recaídas (Griffiths, 2014) tiene relación directa con la existencia de esquemas cognitivos distorsionados que contienen posturas negativas sobre temáticas de pérdida, inadecuación, fracaso (Beck, et al., 1983). Este resultado es similar al reportado por Haand y Shuwang (2020) quienes realizaron una investigación en Afganistán cuyo objetivo fue relacionar adicción a redes sociales y depresión encontrando relación directa entre ambas variables, tomando en cuenta que utilizaron escalas de medición diferentes, en un contexto geográfico distinto y en una muestra de mayor cantidad. Este hallazgo se defiende considerando lo expresado por Turel y Serenko (2012) quienes mencionan que la adicción a internet se produce a causa de que la persona tiene una predisposición a experimentar efectos positivos de la actividad adictiva, aunque principalmente ello se debería en términos generales a la presencia de desregulación en general en la persona misma, generando así una conexión disfuncional entre ambos estados.

Asimismo, se tuvo como primer objetivo específico determinar la relación entre adicción a redes sociales y la dimensión somático-motivacional de la depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022. Los resultados sugieren que existe una relación entre adicción a las redes sociales y la dimensión somático-motivacional de la depresión en

estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022. Esto quiere decir la condición en la cual la persona muestra alteraciones en el estado de ánimo, así como síntomas de abstinencia, conflictos y recaídas (Griffiths, 2014) tiene relación directa con aquellos síntomas expresados en pérdida de energía, interés y sensación de fatiga (Beck, et al., 1983). Este resultado es similar al reportado por Al Mamun y Griffiths (2019) quienes buscaron relacionar adicción a Facebook y depresión utilizando instrumentos diferentes en un tamaño de muestra mayor. Este hallazgo se sustenta considerando que Beck et al. (1983) refieren que la depresión se relaciona con vulnerabilidad la cual depende de la existencia de esquemas cognitivos distorsionados que contiene actitudes negativas sobre temáticas de pérdida, inadecuación, fracaso, etc.; además tales actitudes incluyen creencias del tipo: la felicidad de uno depende de ser perfecto, o de la aprobación de los demás.

Además, tuvo como segundo objetivo específico determinar la relación entre adicción a redes sociales y la dimensión cognitivo-afectivo de la depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022. Los resultados sugieren que existe una relación entre adicción a las redes sociales y la dimensión cognitivo-afectivo de la depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022. Esto quiere decir que la condición en la cual la persona muestra alteraciones en el estado de ánimo, así como síntomas de abstinencia, conflictos y recaídas (Griffiths, 2014) tiene relación directa con aquellos síntomas expresados en tristeza, fracaso, desvalorización, irritabilidad e indecisión (Beck, et al., 1983). Este resultado es similar al reportado por Baños (2019) quien estudió a una mayor cantidad de universitarios con instrumentos de medición similares al presente análisis. Este hallazgo se sustenta tomando en cuenta lo referido por Turel y Serenko (2012) quienes indicaron que la adicción a internet se desarrolla teniendo como base la presencia de ideas irracionales, así como creencias desadaptativas las cuales generan un estado disfuncional en la persona; predisponiendo a generar conductas adictivas las cuales se mantienen debido al

condicionamiento cognitivo.

También, tuvo como tercer objetivo específico conocer el nivel de depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022. Los resultados indican que el nivel medio predominó en relación a la depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022. Esto quiere decir que la existencia de esquemas cognitivos distorsionados que contienen actitudes negativas sobre temáticas de pérdida, inadecuación y fracaso (Beck, et al., 1983) se presentan de manera moderada en la muestra de estudio.

Además, se tuvo como cuarto objetivo específico conocer el nivel de adicción a redes sociales en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022. Los resultados indican que el nivel medio predominó en relación a adicción a redes sociales en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022. Esto quiere decir que una condición en la cual la persona muestra alteraciones en el estado de ánimo, así como síntomas de abstinencia, conflictos y recaídas (Griffiths, 2014) se presenta de manera moderada en la muestra de estudio.

Por otro lado, se tuvo como quinto objetivo específico comparar el nivel de adicción a redes sociales de acuerdo con el género en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022. Los resultados indican que no existen diferencias significativas en la adicción a redes sociales de acuerdo con el género en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022. Esto quiere decir que una condición en la cual la persona muestra alteraciones en el estado de ánimo, así como síntomas de abstinencia, conflictos y recaídas (Griffiths, 2014) no está en función al género.

Finalmente, se tuvo como sexto objetivo específico comparar el nivel de depresión de acuerdo con el género en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022. Los resultados indican que no existen diferencias significativas en la depresión de acuerdo con el género en

estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022. Esto quiere decir que la existencia de esquemas cognitivos distorsionados que contienen actitudes negativas sobre temáticas de pérdida, inadecuación y fracaso (Beck, et al., 1983) no está en función al género.

### **Limitaciones**

La presente investigación presenta limitaciones en cuanto a la recolección de la información ya fue de manera virtual producto del confinamiento social debido a la pandemia por COVID-19, además se orientó sólo a una carrera profesional dificultando la generalización de resultados.

### **Implicancias**

El presente estudio genera implicancias a nivel teórico, esto va permitir poder diseñar estrategias en programas de prevención para trabajos de investigación y actualización de información científica respecto a las variables adicción a las redes sociales y depresión ; además posibilitó una mayor claridad y conocimiento sobre la relación que guardan dichos constructos aportando información a nuevas investigaciones que se enfoquen al ámbito universitario. Asimismo, a nivel práctico, este estudio va permitir aporte en concientizaciones sociales en centros de estudios universitarios, presentando información actual sobre las adicciones a redes sociales y depresión, también a conferencias de estudio sobre la relación que existe entre las variables a fin de prevenir la adicción a las redes sociales y la depresión en universitarios. Finalmente, a nivel social, este estudio puede ser utilizado para actualización de información a profesionales dentro del ámbito educativo universitario, así ellos poder brindar esta información a los universitarios, logrando con ello más conocimiento sobre esta problemática a los futuros profesionales.

## Conclusiones

Según el objetivo general de la presente investigación se concluye que existe una relación significativa entre adicción a las redes sociales y depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022.

Según el objetivo específico 1, se concluye que existe una relación significativa entre adicción a las redes sociales y la dimensión somático-motivacional de la depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022.

Según el objetivo específico 2 se concluye que existe una relación significativa entre adicción a las redes sociales y la dimensión cognitivo-afectivo de la depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022.

Según el objetivo específico 3 se concluye que el nivel medio predomina en relación a la depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022.

Según el objetivo específico 4 se concluye que el nivel medio predomina en relación a la adicción a redes sociales en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022

Según el objetivo específico 5 se concluye que no existen diferencias en el nivel de adicción a redes sociales de acuerdo con el género en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022

Según el objetivo específico 6 se concluye que no existen diferencias en el nivel de depresión de acuerdo con el género en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022

## REFERENCIAS

- Al Mamun, M. y Griffiths, M. (2019). La asociación entre la adicción a Facebook y la depresión: un estudio de encuesta piloto entre estudiantes de Bangladesh. *Investigación de Psiquiatría*, 271, 628-633. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.12.039>
- Alhassan, A. et al. (2018). The relationship between addiction to smartphone usage and depression among adults: a cross sectional study. *BMC psychiatry*, 1.8(1),1-8. <https://doi.org/10.1186/s12888-018-1745-4>
- Ato, M. López, J. y Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de psicología*, 29, 1038-10
- Baccarella, C. et al. (2018). Social media? It 's serious! Understanding the dark side of social media. *European Management Journal*, 36(4), 431-438. <https://doi.org/10.1016/j.emj.2018.07.002>
- Baños, J. (2019). Uso de redes sociales y sintomatología depresiva en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2019 (*tesis de licenciatura, Universidad Norbert Wiener*). [http://190.187.227.76/bistream/handle/123456789/3595/T061\\_70083856\\_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://190.187.227.76/bistream/handle/123456789/3595/T061_70083856_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Bhatia, S. (2007). Childhood and adolescent depression. *American Family Physician*, 75(1), 73-80
- Beck, A. et al. (1979). *Cognitive therapy of depression*. The Guilford Press.
- Beck, A. et al. (2012). *Terapia cognitiva de la depresión* (20° ed.). Editorial Desclee de Brower. <https://www.edesclée.com/img/cms/pdfs/9788433006264.pdf>

Brizuela, M. et al. (2009). *Adicciones. Trabajo de monografías*. Universidad Nacional de Lanús. <http://www.aadaih.com.ar/publicaciones/monografias-09/adicciones.pdf>

Carbajal, J. (2021). Procrastinación y adicción a las redes sociales en bachilleres de psicología, 2020 (Tesis de Licenciatura, Universidad Autónoma de Ica). <http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/bitstream/autonomadeica/1214/1/Jose%20Alberto%20Carbajal%20Pachas.pdf>

Carli, V. et al. (2013). The association between pathological internet use and comorbid psychopathology. a systematic review. *Psychopathology*, 46(1), 1-13. <https://doi.org/101159/000337971>

Del Barrio, M (2005). *Emociones infantiles*. Pirámide.

Del Perú, C.D.P. (2017). Código de ética profesional del psicólogo peruano del colegio de Psicólogos del Perú. [https://sipsych.org/wp-content/uploads/2015/09/Peru\\_-\\_Codigo\\_de\\_Etica.pdf](https://sipsych.org/wp-content/uploads/2015/09/Peru_-_Codigo_de_Etica.pdf)

Elmer, T. et al. (2020). Students under lockdown: Comparisons of students' social networks and mental health before and during the COVID-19 crisis in Switzerland. *PLOS ONE* 15(7): e0236337. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0236337>

Esquivel, L. (2020). *Adicción a las redes sociales y procrastinación en estudiantes de una universidad privada de Trujillo* (Tesis de Licenciatura, Universidad Privada Antenor Orrego). [http://200.62.226.186/bitstream/20.500.12759/6988/1/REP\\_PSIC\\_LIDIA.ESQUIVEL\\_ADICCI%c3%93N.REDES.SOCIALES.PROCRASTINACI%c3%93N.ESTUDIANTES.UNIVERSIDAD.PRIVADA.TRUJILLO.pdf](http://200.62.226.186/bitstream/20.500.12759/6988/1/REP_PSIC_LIDIA.ESQUIVEL_ADICCI%c3%93N.REDES.SOCIALES.PROCRASTINACI%c3%93N.ESTUDIANTES.UNIVERSIDAD.PRIVADA.TRUJILLO.pdf)

- Estela, S. y Aldazábal, K. (2021). *Adicción a internet asociada a depresión en estudiantes universitarios de Lima durante el periodo setiembre a noviembre 2020* (tesis de licenciatura, Universidad Ricardo Palma).  
<http://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/URP/3809/ESTELA%20SAAVEDRA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Farrell, S. et al. (2017). Suicide in a national student mental health patient population, 1997-2012. *Crisis*, 38(2), 82–88. <https://doi.org/10.1027/0227-5910/a000412>
- García, J. et al. (2008). Uso y abuso de Internet en jóvenes universitarios. *Adicciones*, 20(2), 131-142.
- Haand, R. y Shuwang, Z. (2020). La relación entre la adicción a las redes sociales y la depresión: un estudio cuantitativo entre estudiantes universitarios en Khost, Afganistán. *Revista Internacional de Adolescencia y Juventud*, 25 (1), 780-786.  
<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/02673843.2020.1741407>
- Hernández, R. y Mendoza, C (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Editorial Mc Graw Hill Education. ISBN: 978-1- 4562-6096-5, 714 p.
- Herrero, S. y Díaz, V. (2015). Adicción al smartphone. Análisis motivacional de uso entre nativos digitales. *Opción*, 31(4):517–31.
- Magallán, S y Rodas, D. (2020). *Adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de Ingeniería y Arquitectura de una universidad particular en la región San Martín, Perú, 2020* (tesis de Licenciatura, Universidad Peruana Unión).  
[https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/3826/Segundo\\_Trabajo](https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/3826/Segundo_Trabajo)

[Bachillerato\\_2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y](#)

- Margain, M. (2002). *Libro del conductor, Aprendiendo a pasarla bien*. Editorial Pax.
- Martínez-Líbano, J. et al. (2022). Las Redes Sociales y su Influencia en la Salud Mental de los Estudiantes Universitarios: Una Revisión Sistemática. *REIDOCREA*, 11(4), 44-57.  
<https://www.ugr.es/~reidocrea/11-4.pdf>
- Ni, X. et al. (2009). Factors influencing internet addiction in a sample of freshmen university students in China. *Cyberpsychology Behavior*, 12(3), 327-330. <https://doi.org/10.1089/cpb.2008.0321>
- Ochoa, M. (2019). *Influencia de la adicción a redes sociales tecnológicas en la afectividad negativa de estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana* (tesis de licenciatura, Universidad San Ignacio de Loyola).  
<https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/17415f11-e915-4744-807b-9a717c155465/content>
- OMS (2020). *Depression*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/depression>
- Ortega, C. (2021). *Adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo, agosto–diciembre 2020* (Tesis de Licenciatura, Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo).  
[https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/3738/1/TL\\_OrtegaFloresCeciliaMicaela.pdf](https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/3738/1/TL_OrtegaFloresCeciliaMicaela.pdf)
- Padilla-Romero, C. y Ortega-Blas, J. (2017). *Adicción a las redes sociales y sintomatología depresiva en universitarios* (tesis de licenciatura, Universidad Católica Sedes Sapientae).  
[http://repositorio.ucss.edu.pe/bitstream/handle/UCSS/252/Padilla\\_Ortega\\_articulo\\_CASUS\\_](http://repositorio.ucss.edu.pe/bitstream/handle/UCSS/252/Padilla_Ortega_articulo_CASUS_)

[2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y](#)

Páez, M. y Peña, F. (2018). Depresión en universitarios. Diversas conceptualizaciones y necesidad de intervenir desde una perspectiva compleja. *Archivos de Medicina (Manizales)*, 18(2), 339-351. <https://doi.org/10.30554/archmed.18.2.2747.2018>

Pena, E. (2020). *Adicción infanto juvenil a los móviles y redes sociales* (Tesis de Licenciatura, Universitat de Lleida). <https://repositori.udl.cat/handle/10459.1/70662>

Polaino, L. (1984). *Las Depresiones Infantiles*. Morata

Polaino-Lorente, A. (2009). *La depresión*. Martínez Roca.

Puig, L. (2018). *Variables psicológicas asociadas a mayor riesgo de padecer adicción a redes sociales en jóvenes universitarios de Barcelona* (tesis de magíster, Universitat Abat Oliba CEU). <http://opendata.dspace.ceu.es/handle/10637/11007>

Richards, D. et al. (2015). Impact of social media on the health of children and young people. *J Paediatr Child Health*, 51(12):1152–7

Riveros, M., et al. (2007). Niveles de depresión y ansiedad en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Revista IIPSI*, 10(1), 91-102. [http://ateneo.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/123456789/1550/revista\\_de\\_investigacion\\_en\\_psicologia03v10n1\\_2007.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://ateneo.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/123456789/1550/revista_de_investigacion_en_psicologia03v10n1_2007.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Romero-Rodríguez, J. et al. (2021). Influencia de la adicción a internet en el bienestar personal de los estudiantes universitarios. *Salud Y Drogas*, 21(1). <https://doi.org/10.21134/haaj.v21i1.559>

- Salas-Blas, E. et al. (2020). ¿Realmente es demasiado corto? Versión breve del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS-6). *Salud y Drogas*, 20(2). 10.21134/haaj.v20i2.536
- Sánchez-Villena, A: y Farfán, E. (2019). Análisis Factorial Exploratorio del Inventario de Depresión de Beck (BDI-II) en Universitarios Cajamarquinos. *Revista de Avances en Psicología*, 5(3), e177. <https://doi.org/10.24016/2019.v5n3.177>
- Social Media Marketing. (2011). *Breve historia de las redes sociales*. [www.marketingdirecto.com/actualidad/socialmediamarketing/breve-historia-de-las-redes-sociales/](http://www.marketingdirecto.com/actualidad/socialmediamarketing/breve-historia-de-las-redes-sociales/)
- Solís-Cámara, P. et al. (2018). Depresión e ideación suicida: Variables asociadas al riesgo y protección en universitarios mexicanos. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 11(1), 11-22. <https://doi.org/10.33881/2027-1786.rip.11104>
- STATISTA (2021). Tasa de penetración de redes sociales en América Latina y Caribe por país en enero de 2021. <https://es.statista.com/estadisticas/1073796/alcanse-redes-sociales-america-latina/>
- Strassberg, D. et al. (2013). Sexting by high school students: An exploratory and descriptive study. *Arch Sex Behav*, 42(1):15–21
- Tacsa, P. (2018). *Respuestas rumiativas en pacientes con depresión, ansiedad y trastorno límite de la personalidad en un hospital de salud* (Tesis de maestría, Universidad San Martín de Porres). <http://www.repositorioacademico.usmp.edu.pe/handle/usmp/358>

Turel, O. y Bechara, A. (2017). Effects of motor impulsivity and sleep quality on swearing, interpersonally deviant and disadvantageous behaviors on online social networking sites 91-97. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.12.005> *Personality and Individual Differences, 108*

UNICEF (2021). *Aumenta la preocupación por el bienestar de los niños y los jóvenes ante el incremento del tiempo que pasan frente a las pantallas.* <https://www.unicef.org/es/comunicados-prensa/aumenta-la-preocupaci%C3%B3n-por-el-bienestar-de-los-ni%C3%B1os-y-los-j%C3%B3venes-ante-el>

Valvas, G. (2021). *Relación entre la depresión, impulsividad y uso de internet en alumnos de una universidad privada de Lima-Metropolitana en el año 2018* (tesis de licenciatura, Universidad Peruana Cayetano Heredia). <https://repositorio.upch.edu.pe/handle/20.500.12866/10181>

Vernon, L. et al. (2015). Adolescent problematic social networking and school experiences: the mediating effects of sleep disruptions and sleep quality. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 18(7), 386-392.* <https://doi.org/10.1089/cyber.2015.0107>

Walburg, V. et al. (2016). Does school-related burnout influence problematic Facebook use? *Children and Youth Services Review, 61, 327-331.* <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2016.01.009>

Wang, J. et al. (2016). Life satisfaction moderates the associations between motives and excessive social networking site usage. *Addiction Research & Theory, 24(6), 450- 457.* <https://doi.org/10.3109/16066359.2016.1160283>

Yates, T. et al. (2012). Child maltreatment, alexithymia, and problematic internet use in young adulthood. *Cyberpsychology Behavior and Social Networking*, 15(4), 219-225.

<https://doi.org/10.1089/cyber.2011.0427>

Young, K. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder.

*CyberPsychology & Behavior*, 1(3), 237-244. <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>

Zarragoitía, I. (2010). Depresión: Generalidades y particularidades. Editorial Ciencias Médicas

## ANEXOS

### Anexo 1. Matriz de Consistencia Interna

Planteamiento del problema	Objetivos	Hipótesis	Variables de estudio	Metodología
<p><b>Problema general</b> ¿Cuál es la relación entre adicción a redes sociales y depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022?</p>	<p><b>Objetivo general</b> ¿Determinar la relación entre adicción a redes sociales y depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022?</p>	<p><b>Hipótesis general</b> Existe relación significativa entre adicción a redes sociales y depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022</p>	<p><b>Variable 1:</b> <b>Adicción a redes sociales:</b> - Unidimensional</p> <p><b>Variable 2:</b> <b>Depresión</b> - Somático-motivacional - Cognitivo-afectivo</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Enfoque de investigación</b> Cuantitativo</li> <li>● <b>Nivel de investigación</b> Correlacional</li> <li>● <b>Diseño de investigación</b> No experimental de corte transversal</li> </ul> <p><b>Población:</b> En el presente estudio está constituida por 200 estudiantes de 10mo ciclo de la carrera de Psicología de una Universidad Privada de Lima.</p>
<p><b>Problema específico 1</b> ¿Cuál es la relación entre adicción a redes sociales y la dimensión somático-motivacional de la depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022?</p>	<p><b>Objetivo específico 1</b> Determinar la relación entre adicción a redes sociales y la dimensión somático-motivacional de la depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022</p>	<p><b>Hipótesis específica 1</b> Existe relación significativa entre adicción a redes sociales y la dimensión somático-motivacional de la depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022</p>		

<p><b>Problema específico 2</b> ¿Cuál es la relación entre adicción a redes sociales y la dimensión cognitivo-afectivo de la depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022?</p>	<p><b>Objetivo específico 2</b> Determinar la relación entre adicción a redes sociales y la dimensión cognitivo-afectivo de la depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022</p>	<p><b>Hipótesis específica 2</b> Existe relación significativa entre adicción a redes sociales y la dimensión cognitivo-afectivo de la depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022</p>		<p><b>Muestra:</b>  En el presente estudio la muestra está conformada por 106 estudiantes universitarios de psicología.</p> <p><b>Muestreo:</b>  Se realizó un estudio no probabilístico.</p> <p><b>Instrumentos de recolección de datos:</b> Se utiliza la técnica de la encuesta</p> <p>Los instrumentos utilizados son:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cuestionario de adicción a redes sociales</li> <li>- Inventario de Depresión (BDI-II)</li> </ul> <p><b>Técnicas de análisis de datos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Se emplea para el análisis de datos en SPSS versión 26</li> <li>• Para emplear el empleo de pruebas paramétricas o no paramétricas se utilizará la prueba de</li> </ul>
<p><b>Problema específico 4</b> ¿Cuál es el nivel de depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022?</p>	<p><b>Objetivo específico 4</b> Conocer el nivel de depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022</p>			
<p><b>Problema específico 5</b> ¿Cuál es el nivel de adicción a redes sociales en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022?</p>	<p><b>Objetivo específico 5</b> Conocer el nivel de adicción a redes sociales en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022</p>			

				<p>Kolmogórov-Smirnov, encontrando la distribución no era normal</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Para establecer la correlación entre las variables se usará Pearson o Spearman dependiendo del caso.</li><li>• Utilizándose Spearman, ya que la prueba dio no paramétrica</li><li>• Para el análisis comparativo se utilizo U de Mann Whitney</li></ul>
--	--	--	--	--

## Anexo 2. Matriz de Operacionalización de las Variables

Variables	Definición conceptual	Dimensiones	Ítems	Escala de medición
Adicción a redes sociales	Comportamientos repetitivos por mantenerse conectado por periodos largos, generando placer y necesidad descontrolada (Ecurra Mayaute & Salas Blas, 2014)	Unidimensional	1, 2, 3, 4, 5, 6	Ordinal
Depresión	Es la existencia de esquemas cognitivos distorsionados que contiene actitudes negativas sobre temáticas de pérdida, inadecuación, fracaso (Beck, et al., 1983)	Somático-motivacional	6, 7, 11, 12, 13, 14 15, 16, 17, 18, 19 20, 21	Ordinal
		Cognitivo-afectivo	1, 2, 3, 4, 5, 8, 9, 10	

### **Anexo 3. Consentimiento informado**

Le estamos invitando a participar en un estudio para determinar la relación entre la adicción a redes sociales y depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022. Este es un estudio desarrollado por las investigadoras Lorena Guadalupe Gutiérrez Vilca y Matshori Lucila Castro Ramos de la Universidad Privada del Norte.

En ese sentido, si decide participar en este estudio se le solicitará rellenar una ficha sociodemográfica, se le brindará las dos pruebas para que usted pueda responder. Cabe precisar que la aplicación de las pruebas no cuenta con ningún tipo de riesgo físico ni psicológico para los participantes, debido a que los ítems del instrumento están redactados para obtener información específica sobre las variables estudiadas. Usted no deberá pagar nada por participar en el estudio. Igualmente, no recibirá ningún incentivo económico ni de otra índole.

Se guardará su información con códigos y no con nombres. Si los resultados de este seguimiento son publicados, no se mostrará ninguna información que permita la identificación de las personas que participaron en este estudio.

#### **Declaración y/o consentimiento**

Acepto voluntariamente participar en este estudio, comprendo las actividades en las que participaré si decido ingresar al estudio, también entiendo que puedo decidir no participar y que puedo retirarme del estudio en cualquier momento sin preocupación ni perjuicio alguno.

Si ( ) No ( )

#### Anexo 4. Consentimiento de autorización

#### Solicitud de autorización de los autores Sánchez-Villena y Farfán:

**Solicitud de autorización**

 **Lorena Gutierrez** ...  
Para: andysavi92@gmail.com  
Dom 03/04/2022 21:58

Buenas noches Lic. Andy Sánchez , me comunicaba con usted para pedirle autorización de poder utilizar su validación y confiabilidad del test del Inventario de Depresión de Beck (BDI-II) , en mi trabajo de investigación.  
De antemano muchas gracias.  
[Lorena Gutierrez](#)

 **Andy Sánchez** ...  
Para: Lorena Gutierrez  
Lun 04/04/2022 0:36

Estimada Lorena:

Espero que te encuentres bien de salud.  
En primer lugar, te agradezco por el interés en nuestro artículo. Claro que puedes utilizarlo, ya que es de acceso libre. Solo te solicitaría que, por favor, puedas citarnos en tu trabajo de investigación.

Un cordial saludo.

...

### Solicitud de autorización del autor Salas-Blas:

**Solicitud de autorización**

 **Lorena Gutierrez** ...  
Para: e.salasb@hotmail.com  
Lun 04/04/2022 1:26

Buenas noches Dr.Salas Blas , me comunicaba con usted para pedirle autorización de poder utilizar su validación y confiabilidad del test de Escala de Adicción a redes sociales (ARS), en mi trabajo de investigación.  
De antemano muchas gracias.  
[Lorena Gutierrez](#)