

Adicción a las redes sociales y síntomatología depresiva en universitarios

*Carmen Padilla-Romero*¹

*Juliana Ortega-Blas*²

RESUMEN:

El objetivo fue determinar la relación entre la adicción a redes sociales y la sintomatología depresiva en estudiantes de psicología de una Universidad de Lima Norte. Investigación correlacional de corte transversal. Para el análisis estadístico se usó Chi-cuadrado. Se emplearon los siguientes instrumentos: Cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS) y el Inventario de depresión de Beck-Adaptado (BDI-IIA). Un 38.3% de los encuestados reportó un nivel muy alto de adicción a las redes presentando un nivel severo de sintomatología depresiva. Se evidencia una correlación significativa entre las dimensiones de adicción a redes sociales y la sintomatología depresiva. Existe una relación directa en el aumento de los niveles de ambas variables en la muestra estudiada. Asimismo, cursar un ciclo de estudio inicial está asociado a la sintomatología depresiva severa. Las redes sociales podrían estar siendo utilizadas por este grupo poblacional para cubrir la baja autoestima, compensar la carencia de habilidades sociales y el aislamiento usualmente conectado a la sintomatología depresiva.

PALABRAS CLAVE:

Adicción a redes sociales; Síntomas depresivos; Estudiantes.

Citar como:

Padilla C, Ortega J. Adicción a las redes sociales y sintomatología depresiva en universitarios. CASUS. 2017;2(1):47-53.

¹Centro de Terapias Integrales Edén. Licenciada en psicología.

²Colegio Parroquial Santa María de Jesús. Licenciada en psicología.

¹Correo electrónico: padillaromero92@gmail.com

Recibido: 08-01-2017 Aprobado: 15-04-2017

INTRODUCCIÓN

La adicción a redes sociales y la sintomatología depresiva son temas investigados en la actualidad ya que están relacionados a problemas de salud mental (1). Al tema le añade relevancia la temprana edad de los usuarios de la red. Se estima que para el 2020 la depresión será la segunda causa de discapacidad a nivel mundial (2). Aunque ha sido ampliamente estudiada, sin embargo se continúa investigando cómo se comporta con variables del siglo XXI, era de la tecnología. Estudios realizados en universitarios evidencian asociación entre la adicción a la red social Facebook y la presencia de síntomas depresivos (3). En el Perú hay una prevalencia del 7% de adicción a internet sobre todo en población joven y de educación superior (4). Respecto a la prevalencia nacional de episodio depresivo se encuentra entorno al 18,2% en adultos (5). Sin embargo, los síntomas depresivos en población universitaria ascienden respecto a la población en general, sobre todo en estudiantes pertenecientes a especialidades de ciencias de la salud (6).

El diagnóstico de adicción a internet se correlaciona con trastornos afectivos, con el acceso frecuente a las redes sociales y al ser varón (4). Así también, en el contexto universitario se señala que la inadecuada relación con el docente, el bajo rendimiento académico y la vulnerabilidad al estrés mantienen altos los índices de depresión (7).

Existen varias razones por las que los estudiantes universitarios son vulnerables a desarrollar adicción a las redes sociales. Comenzar la vida universitaria es un desafío, ya que implica ganar independencia e interactuar con nuevos compañeros para desarrollar su sentido de la identidad. Además en esta etapa se toman decisiones sobre diversos aspectos de la carrera, se debe lidiar con la presión de los estudios y del entorno social (8).

Hay una creciente popularidad del uso de las redes sociales entre los jóvenes. Esta se realiza a expensas de otras actividades de la vida cotidiana en particular aquellas que implican una interacción cara a cara. Sin embargo la investigación sobre el alcance de este fenómeno es insuficiente en jóvenes universitarios. Por otro lado, la relación entre la adicción a las redes sociales y la sintomatología depresiva no ha sido suficientemente explorada. Por lo tanto, este estudio ha tratado de explorar la relación entre la sintomatología depresiva y la adicción a las redes

sociales. Por esta razón se propuso como objetivo analizar la relación entre la sintomatología depresiva y la adicción a las redes sociales en un grupo de jóvenes universitarios en Lima.

MATERIALES Y MÉTODOS

Estudio de tipo correlacional de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 262 estudiantes universitarios seleccionados con un muestreo no probabilístico. Las variables principales fueron: adicción a redes sociales y sintomatología depresiva. La adicción a redes sociales se caracteriza por comportamientos repetitivos que resultan satisfactorios en primera instancia, pero una vez que se instalan como hábitos, generan estados de necesidad que son difícilmente controlados (9). La sintomatología depresiva se caracteriza por una tristeza patológica. Los síntomas varían entre la pérdida del interés en la mayor parte del día, sentimientos de culpa, irritabilidad, pérdida del apetito e ideación suicida (10). La adicción a redes sociales es una variable cualitativa ordinal y se midió a través del Cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). La misma comprende tres dimensiones: obsesión, falta de control personal y uso excesivo de las redes sociales categorizada en cuatro niveles: bajo, moderado, alto y muy alto que corresponden a la intensidad de la adicción. La sintomatología depresiva es una variable cualitativa ordinal y se midió a través del Inventario de depresión de Beck-Adaptado (BDI-IIA) adaptado al contexto nacional (11). Este inventario categoriza a la sintomatología depresiva en cuatro niveles: mínimo, leve, moderado y severo. En relación a las variables sociodemográficas se consideraron la edad: variable dicotómica (18- 20 años y 21 años a más); el sexo: nominal dicotómica y el ciclo de estudios que es ordinal.

Para el análisis de los datos se utilizó el paquete estadístico STATA. Se empleó el Chi-cuadrado en el análisis de las variables categóricas. Se consideró una significancia estadística menor a 0.05. El presente estudio fue aprobado por el Comité de Ética de la Universidad Católica Sedes Sapientiae y los datos de los participantes fueron protegidos de acuerdo a los principios bioéticos.

RESULTADOS

Los resultados reportan un 52.3% de encuestados en el grupo etario de 18 a 20 años. Un 74.8% fueron mujeres. El tercer ciclo presenta la mayoría de

estudiantes (23%) seguido del quinto ciclo (20.2%). Mientras que el 22.1% de la muestra reportó sintomatología depresiva en el nivel severo. El resto de los datos se puede observar en la tabla 1.

Tabla 1. Descripción de las variables en universitarios

	n	(%)
Grupo etario		
18- 20 años	137	52.3
21 años a más	125	47.7
Sexo		
Mujer	196	74.8
Hombre	66	25.2
Ciclo de estudios		
I	49	18.7
II	23	8.8
III	61	23.3
IV	38	14.5
V	53	20.2
VI	14	5.3
VIII	24	9.2
Adicción a las redes sociales		
Muy alto	60	22.9
Alto	62	23.7
Moderado	68	26.0
Bajo	72	27.7
Sintomatología depresiva		
Severo	58	22.1
Moderado	46	17.6
Leve	66	25.2
Mínimo	92	35.1

Se aprecia que entre los estudiantes del grupo etario de 18-20 años (26.3%), mujeres (24.5%), que se encuentran en tercer ciclo (31.5%) respectivamente presentan sintomatología depresiva severa. Existe una asociación significativa entre la adicción a redes sociales y la sintomatología depresiva ($p=0.001$). De igual manera se asocia el ciclo de estudio y los niveles de sintomatología depresiva ($p=0.033$). Los resultados muestran un 55.6% de estudiantes con un nivel bajo de adicción a las redes sociales que presentan un nivel de sintomatología depresiva

mínima. Sin embargo, hay un 38.3% de encuestados con un nivel muy alto de adicción a las redes que presentan un nivel severo de sintomatología depresiva. También se observó una correlación significativa entre las dimensiones de adicción a redes sociales y la sintomatología depresiva. Hay un mayor porcentaje de estudiantes con un nivel muy alto en la dimensión falta de control personal con un nivel severo de sintomatología depresiva (44.1%). El resto de los datos se puede observar en la tabla 2.

Tabla 2. Asociación entre los niveles de sintomatología depresiva y la adicción a las redes sociales

	Mínimo n(%)	Leve n(%)	Moderado n(%)	Severo n(%)	p-value
Grupo etario					
De 18 a 20 años	42(30.7)	32(23.4)	27(19.7)	36(26.3)	0.173
21 años a más	50(40.0)	34(27.2)	19(15.2)	22(17.6)	
Sexo					
Mujer	68(34.7)	43(21.9)	37(18.9)	48(24.5)	0.110
Hombre	24(36.4)	23(34.8)	9(13.6)	10(15.2)	
Ciclo de estudios					
I	14(28.6)	11(22.4)	9(18.4)	15(30.6)	0.033
II	9(39.1)	7(30.4)	3(13.0)	4(17.4)	
III	15(24.6)	14(23.0)	13(21.3)	19(31.1)	
IV	8(21.1)	11(28.9)	10(26.3)	9(23.7)	
V	22(41.5)	16(30.2)	8(15.1)	7(13.2)	
VI	9(64.3)	3(21.4)	2(14.3)	-	
VII	15(62.5)	4(16.7)	1(4.2)	4(16.7)	
VIII	15(62.5)	4(16.7)	1(4.2)	4(16.7)	
Adicción a las redes sociales					
Muy alto	10(16.7)	11(18.3)	16(26.7)	23(38.3)	0.001
Alto	20(32.3)	18(29.0)	8(12.9)	16(25.8)	
Moderado	22(32.4)	21(30.9)	13(19.1)	12(17.6)	
Bajo	40(55.6)	16(22.2)	9(12.5)	7(9.7)	
Obsesión por las redes sociales					
Muy alto	7(14.0)	12(24.0)	13(26.0)	18(36.0)	0.001
Alto	11(22.4)	15(30.6)	8(16.3)	15(30.6)	
Moderado	28(38.4)	15(20.5)	14(19.2)	16(21.9)	
Bajo	46(51.1)	24(26.7)	11(12.2)	9(10.0)	
Falta de control personal					
Muy alto	3(8.8)	9(26.5)	7(20.6)	15(44.1)	0.001
Alto	15(28.3)	10(18.9)	12(22.6)	16(30.2)	
Moderado	15(29.4)	16(31.4)	10(19.6)	10(19.6)	
Bajo	59(47.6)	31(25.0)	17(13.7)	17(13.7)	
Uso excesivo de las redes					
Muy alto	27(26.0)	23(22.1)	19(18.3)	35(33.7)	0.001
Alto	12(27.3)	14(31.8)	9(20.5)	9(20.5)	
Moderado	30(39.5)	19(25.0)	16(21.1)	11(14.5)	
Bajo	23(60.5)	10(26.3)	2(5.3)	3(7.9)	

DISCUSIÓN

Los resultados revelan que los niveles de sintomatología depresiva se asocian con los niveles de adicción a redes sociales, así también, se relacionan el ciclo de estudios con la sintomatología depresiva.

Se observó que el nivel severo de sintomatología depresiva se asocia a un nivel muy alto de adicción a redes sociales. Este hallazgo es corroborado por otros estudios (1, 14). Una posible explicación podría relacionarse a la presencia de algunos indicadores depresivos como una autoestima baja caracterizada por presentar una percepción negativa de sí, escasos recursos de interacción social y el aislamiento social. Estos elementos conllevarían a la adicción a redes sociales (12). Por otro lado, el anonimato que ofrecen las redes sociales favorecería la construcción de una identidad ficticia para lograr compensar el estado emocional depresivo por el cual atravesaría el usuario (13). Asimismo, el estado afectivo depresivo favorece el acceso a internet en un intento de disminuir los síntomas depresivos con el fin de mejorar su relación social a través de este medio virtual (14). Se observa que las redes sociales son utilizadas como vía para mostrar estados de contenido depresivo, que al ser reforzados por otros contactos de manera intermitente, mantendría la conducta de publicar en la red (15).

Existe asociación entre la dimensión falta de control personal de la adicción a redes sociales y el nivel severo de sintomatología depresiva. Un modelo reporta que el criterio escaso control sobre sí forma parte de la adicción a las nuevas tecnologías como las redes sociales que, a su vez, se relaciona con el desajuste emocional (16). Igualmente la falta de control es crucial para determinar adicción a sustancias. Se encuentran pruebas que respaldan esta asociación que implica a su vez la falta de control (17).

Se halló que la sintomatología depresiva severa se asocia con el cursar ciclos iniciales de la carrera universitaria. Otros estudios corroboran estos resultados indicando que los estudiantes que cursan los primeros ciclos pueden presentar mayores índices de trastornos afectivos, debido a los diferentes cambios que atraviesan en el contexto universitario (18, 19). Con el paso de los años, en este ambiente, van disminuyendo los niveles de ansiedad o depresión debido al proceso de adaptación (20)

Entre las principales limitaciones del estudio se señala que no fueron incluidas variables que pueden estar relacionadas con la adicción a redes sociales y a la sintomatología depresiva como el tipo de familia de procedencia, la frecuencia de uso de redes, el tiempo dedicado y la tipología de la red social. A pesar de esta limitación los principales hallazgos concuerdan con estudios publicados (1, 3, 13).

CONCLUSIONES

Se evidencia una relación directa en el aumento de los niveles de ambas variables en la muestra estudiada. Asimismo, cursar un ciclo de estudio inicial está asociado a la sintomatología depresiva severa. Las redes sociales podrían estar siendo utilizadas por este grupo poblacional para cubrir la baja autoestima, compensar la carencia de habilidades sociales y el aislamiento usualmente conectado a la sintomatología depresiva.

Se recomienda seguir investigando los factores asociados a ambas variables en esta población, ya que es vulnerable debido a las características propias del entorno. A su vez se propone realizar programas preventivos promocionales que potencien una adecuada autoestima y las habilidades sociales. Los mismos deben informar adecuadamente de las consecuencias negativas de la adicción a las redes proponiendo intervenciones que modulen el impulso al uso adictivo de las mismas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Pantic I, Damjanovic A, Todorovic J, Topalovic D, Bojovic D, Risti S, et al. Association between online social networking and depression in high school students: Behavioral Physiology viewpoint. *Psychiatria Danubina*. 2012;24(1):90-93.
2. Organización Mundial de la Salud (OMS). Clasificación de los trastornos mentales y del comportamiento (CIE-10). Con Glosario y Criterios Diagnósticos de Investigación. España, Madrid: Editorial médica panamericana; 2004.
3. Herrera MF, Pacheco MP, Palomar J, Zavala AD. Adicción a Facebook Relacionada con la Baja Autoestima, la Depresión y la Falta de Habilidades Sociales. *Psicología Iberoamerica*. 2010;18(1):6-18.
4. Cruzado L, Matos L y Kendallfolmer R. Adicción a internet: Perfil clínico y epidemiológico de pacientes hospitalizados en un Instituto Nacional de Salud Mental. *Rev Med Hered*. 2006;17(4):196-205. <http://www.scielo.org.pe/pdf/rmh/v17n4/v17n4ao2.pdf>.
5. Instituto Nacional de Salud Mental. Estudio epidemiología de salud mental en Lima Metropolitana y Callao- Replicación 2012. Informe General. 2013. *Anales de Salud Mental*, (29), Suplemento 1.Lima.
6. Pereyra R, Ocampo J, Silva V, Vélez E, da Costa AD, Toro LM, et al. Prevalencia y factores asociados con síntomas depresivos en estudiantes de ciencias de la salud de una Universidad privada de Lima, Perú 2010. *Rev Perú Med Exp Salud Pública*. 2010;27(4):520-26.
7. Fouilloux M, Barragán P, Ortiz L, Jaimes A, Urrutia ME, Guevara G. Síntomas depresivos y rendimiento escolar en estudiantes de Medicina. *Salud mental*. 2013;36(1):59-65.
8. Niemz K, Griffiths M, y Banyard P. Prevalence of pathological Internet use among university students and correlations with self-esteem, the General Health Questionnaire (GHQ), and disinhibition. *CyberPsychology & Behavior*. 2005;8(6):562-570.
9. Ecurra M y Salas E. Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). *Liberabit*. 2014;20(1):73-91. Recuperado de <http://ateneo.unmsm.edu.pe/ateneo/handle/123456789/3472>.
10. Asociación Americana de Psiquiatría. Guía de consulta de los criterios diagnósticos del DSM 5. (5ta ed.). Estados Unidos: Arlington; 2013.
11. Carranza RF. Propiedades psicométricas del Inventario de depresión de Beck universitarios de Lima. *Rev. Psicol Trujillo*. 2013; 15(2): 152-158. <http://www.ucv.edu.pe/sites/publicaciones/psicologia/2013-2.pdf>.
12. Jiménez AL. y Pantoja V. Autoestima y Relaciones Interpersonales en Sujetos Adictos a Internet. *Psicología-Segunda Época*. 2007;26(1):78-89.
13. Young K. Rodgers R. The Relationship Between Depression and Internet Addiction. *Cyber Psychology & Behavior*. 1998;1(1):25-28.
14. Tsai C, Sunny S, y Lin A. Internet Addiction of Adolescents in Taiwan: An Interview Study. *Cyber Psychology & Behavior*. 2003;6(6):649-652.
15. Moreno MA, Jelenchick, LA, Egan KG, Cox E, Young H, Gannon, KE. Feeling Bad on Facebook: Depression disclosures by college students on a Social Networking Site. *Depression and Anxiety*. 2011;28(6):447-455. doi:10.1002/da.20805.
16. Senormanci Ö, Komkan R, y Zihni M. Internet Addiction and Its Cognitive Behavioral Therapy. Santandard and Innovative Strategies in Cognitive Behavior Therapy. 2012.171-190.
17. Gómez DT, Gutierrez M, y Londoño SP. Depresión y consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes en la ciudad de Bogotá. *Psychologia. Avances de la disciplina*. 2013;7(1):45-51.
18. Osada J, Rojas M, Rosales C, Vega J. Sintomatología ansiosa y depresiva en estudiantes de medicina. *Rev Neuropsiquiatr*. 2010;73:15-19.
19. Rodas P, Santa Cruz G, Vargas H. Frecuencia de trastornos mentales en alumnos del tercer año de la Facultad de Medicina de una universidad privada de Lima-2006. *Rev Med Hered*. 2009;20:70-76.
20. Galli A. Prevalencia de trastornos psicopatológicos en alumnos de psicología. *Revista de psiquiatría y salud mental Hermilio Valdizan*. 2005;6(1):55-66.

Addiction to social networks and depressive symptomatology in university students

ABSTRACT:

The objective was to determine the relationship between addiction to social networks and depressive symptomatology in students of psychology at a University of North Lima. Cross-sectional correlational research. Chi-square was used for the statistical analysis. The following instruments were used: Social Networking Addiction Questionnaire (ARS) and the Beck-Adapted Depression Inventory (BDI-IIA). 38.3% of the respondents reported a very high level of social network addiction presenting a severe level of depressive symptomatology. There is a significant correlation between the dimensions of social network addiction and depressive symptomatology. There is a direct relationship in the increase of the levels of both variables in the sample studied. Likewise, an initial course of study is associated with severe depressive symptomatology. Social networks could be used by this population group to cover low self-esteem, compensate for the lack of social skills and isolation usually connected to depressive symptomatology.

KEY WORDS:

Addiction to social networks and internet; Depression; Students.