

LAS REDES SOCIALES EN LOS NIVELES DE ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE BÁSICA

SOCIAL NETWORKS AND THEIR IMPACT ON ANXIETY LEVELS IN PRIMARY STUDENTS

Autores: ¹Marjorie Cristina Viñamao Macas, ²Kevin Francisco González Flores, ³Raquel Teresa Misacango Morales y ⁴Milton Alfonso Criollo Turusina.

¹ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0008-8517-8225>

²ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0008-9980.1399>

²ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0003-9040-4358>

⁴ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-3394-1160>

¹E-mail de contacto: mvinamaom@unemi.edu.ec

²E-mail de contacto: kgonzalezf2@unemi.edu.ec

³E-mail de contacto: rmisacangom@unemi.edu.ec

⁴E-mail de contacto: mcriollot2@unemi.edu.ec

Afiliación: ^{1*2*3*4}Universidad Estatal de Milagro, (Ecuador).

Artículo recibido: 3 de Agosto del 2025

Artículo revisado: 5 de Agosto del 2025

Artículo aprobado: 23 de Septiembre del 2025

¹Estudiante de tercer semestre de la carrera de Educación Básica de la Universidad Estatal de Milagro, (Ecuador).

²Estudiante de tercer semestre de la carrera de Educación Básica de la Universidad Estatal de Milagro, (Ecuador).

³Estudiante de tercer semestre de la carrera de Educación Básica de la Universidad Estatal de Milagro, (Ecuador).

⁴Licenciado en Ciencias de la Educación Especialización en Arte, graduado de la Universidad de Guayaquil, (Ecuador). Magíster en Docencia Universitaria César Vallejo, (Perú). Doctorante en Educación en la Universidad César Vallejo, (Perú).

Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la incidencia del uso de redes sociales en los niveles de ansiedad de los estudiantes de 7°.de básica de una escuela de educación básica en Guayaquil. Se sustentó en una investigación básica o fundamental, ya que contribuyó a aumentar los conocimientos y la fundamentación teórica científica en el estudio del tema de las redes sociales y la ansiedad, así como comprender estos fenómenos de estudio, tuvo un alcance descriptivo debido porque permitió como su nombre lo indica describir las variables de estudio de la población seleccionada, se utilizó un enfoque cuantitativo que permitió aplicar técnicas e instrumentos de recolección de datos numéricos e información como las encuestas, para determinar la incidencia del uso de las redes sociales, así como conocer los niveles de ansiedad de la población seleccionada, permitiendo analizar datos de forma estadística y probar las hipótesis, por último, la investigación tiene un diseño no experimental donde se recolectó información que permitió conocer el uso de las redes

sociales y su incidencia en los niveles de ansiedad, sin manipular ni interferir en el fenómeno estudiado no se manipuló la variable de estudio, únicamente se basó en la observación del comportamiento de estas. Con respecto a la muestra utilizada, a través de un muestro probabilístico por juicio con la población contemplada situada en 30 estudiantes de la Escuela José Jesús Ocampo Salazar de un paralelo del séptimo año de Educación General Básica, por la necesidad de abordar la dificultad encontrada con respecto a las variables de estudio en este grupo, mediante la aplicación de la técnica de la encuesta con el cuestionario como instrumento, el mismo que está estructurado con 16 ítems, distribuidas para las dimensiones: de la variable independiente propuesta por (Coapaza et al., 2024) , siendo el uso excesivo de las redes sociales, falta de control personal en el uso de las redes sociales, y para la variable dependiente, los síntomas afectivos y los síntomas somáticos, considerados por el mismo autor.

Palabras clave: Redes sociales, Ansiedad, Estudiantes, Síntomas afectivos, Síntomas somáticos.

Abstract

This research was based on basic or fundamental research, since it contributed to increasing knowledge and scientific theoretical foundation in the study of the subject of social networks and anxiety, as well as understanding these study phenomena, it had a descriptive scope because it allowed, as its name indicates, to describe the study variables of the selected population, a quantitative approach was used that allowed the application of techniques and instruments for collecting numerical data and information such as surveys, to determine the incidence of the use of social networks, as well as to know the anxiety levels of the selected population, allowing data to be analyzed statistically and hypotheses tested, finally, the research has a non-experimental design where information was collected that allowed understanding the use of social networks and their incidence on anxiety levels, without manipulating or interfering with the phenomenon studied. The study variable was not manipulated, it was only based on the observation of their behavior. Regarding the sample used, through a probabilistic sample by judgment with the contemplated population located in 30 students of the José Jesús Ocampo Salazar School of a parallel of the seventh year of Basic General Education, due to the need to address the difficulty encountered with respect to the study variables in this group, through the application of the survey technique with the questionnaire as an instrument, which is structured with 16 items, distributed for the dimensions: of the independent variable proposed by (Coapaza et al., 2024), being the excessive use of social networks, lack of personal control in the use of social networks, and for the dependent variable, affective symptoms and somatic symptoms, considered by the same author.

Keywords: Social networks, Anxiety, Students, Affective symptoms, Somatic symptoms.

Sumário

Esta pesquisa foi baseada na pesquisa básica ou fundamental, pois contribuiu para aumentar

o conhecimento e a fundamentação teórica científica no estudo do tema das redes sociais e ansiedade, bem como compreender esses fenômenos de estudo, teve um escopo descritivo porque permitiu, como o próprio nome indica, descrever as variáveis de estudo da população selecionada, foi utilizada uma abordagem quantitativa que permitiu a aplicação de técnicas e instrumentos de coleta de dados e informações numéricas como pesquisas, para determinar a incidência do uso de redes sociais, bem como conhecer os níveis de ansiedade da população selecionada, permitindo que os dados fossem analisados estatisticamente e hipóteses testadas, por fim, a pesquisa tem um delineamento não experimental onde foram coletadas informações que permitiram compreender o uso das redes sociais e sua incidência nos níveis de ansiedade, sem manipular ou interferir no fenômeno estudado. A variável de estudo não foi manipulada, baseou-se apenas na observação de seu comportamento. Quanto à amostra utilizada, por meio de uma amostra probabilística por julgamento com a população contemplada localizada em 30 alunos da Escola José Jesús Ocampo Salazar de um paralelo do sétimo ano do Ensino Básico Geral, devido à necessidade de atender à dificuldade encontrada em relação às variáveis de estudo neste grupo, por meio da aplicação da técnica de pesquisa com o questionário como instrumento, que é estruturado com 16 itens, distribuídos pelas dimensões: da variável independente proposta por (Coapaza et al., 2024), sendo o uso excessivo de redes sociais, falta de controle pessoal no uso de redes sociais, e para a variável dependente, sintomas afetivos e sintomas somáticos, considerados pelo mesmo autor.

Palavras-chave: Redes sociais, Ansiedade, Estudantes, Sintomas afetivos, Sintomas somáticos.

Introducción

El avance de las tecnologías de la información, hoy en día, ha permitido acortar distancias a nivel mundial, permitiendo a través de la implementación de diferentes plataformas o

aplicaciones mantener una comunicación transformadora, a través del uso de las redes sociales la forma en que los adolescentes interactúan, se comunica y perciben el mundo que los rodea ha cambiado significativamente, es un fenómeno relativamente reciente, complejo y adictivo, convirtiéndose en el principal medio de comunicación actual en niños, jóvenes y adultos en todo el mundo, permiten a sus usuarios desarrollar espacios compartidos, en los que interactúan con amigos que mantienen dentro y fuera de la red. Sin embargo, este fenómeno digital, que en principio podría parecer una herramienta positiva para la socialización, también ha traído consigo serias consecuencias en la salud mental de los jóvenes, especialmente en relación con el aumento de la ansiedad, depresión y problemas de autoestima. Según estudios recientes, el uso excesivo de plataformas como Instagram, Facebook y TikTok se ha vinculado con un incremento en los trastornos emocionales y conductuales en los adolescentes, generando un impacto significativo en su desarrollo y bienestar psicológico.

La problemática central de este estudio radica en el efecto del uso de redes sociales sobre los niveles de ansiedad de los estudiantes, específicamente en la Escuela José Jesús Ocampo Salazar en Guayaquil, durante el año 2025. El tiempo prolongado que los estudiantes pasan en redes sociales está asociado a un aumento en los niveles de ansiedad, estrés y baja autoestima, afectando no solo su rendimiento académico, sino también su bienestar emocional y social. A pesar de que las redes sociales ofrecen plataformas de interacción, la presión social digital, la comparación constante con otros y el acoso en línea son factores que contribuyen al deterioro de la salud mental de los jóvenes.

Por lo tanto, este estudio busca entender cómo el uso de redes sociales está incidiendo en los niveles de ansiedad de los estudiantes de 7mo de básica de la Escuela José Jesús Ocampo Salazar, con el objetivo de proporcionar una visión más clara de este fenómeno y sugerir posibles estrategias de intervención.

A nivel global, los trastornos de salud mental en adolescentes se han incrementado considerablemente en los últimos años. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), aproximadamente 1 de cada 7 adolescentes en el mundo experimenta trastornos mentales, siendo la ansiedad y la depresión los más prevalentes (OMS, 2022). Las redes sociales, si bien brindan oportunidades de socialización, también han contribuido a un aumento en los problemas emocionales, ya que la exposición a comparaciones sociales, acoso cibernético y contenido dañino ha generado efectos adversos en la salud mental de los jóvenes. Juste, (2021) menciona que el 60 % de la población mundial, equivalentes a más de 4,5 mil millones de individuos, acceden a internet; de esta cifra, 4,2 mil millones utilizan redes sociales. Además, durante el confinamiento por el COVID-19, el uso de estas plataformas aumentó en un 27 %. Es importante considerar que, en condiciones percibidas como normales, el uso de redes sociales crece anualmente un 13 %, lo que representa 490 millones de nuevos usuarios cada año (Coapaza et al., 2024).

Por otra parte, la Organización Mundial de la Salud (2023) indica que, los problemas de ansiedad son los más comunes a nivel global, con estimaciones de que más de 300 millones de personas sufren de ansiedad, lo que representa 4 % de la población mundial. Las mujeres son las más afectadas, y los síntomas pueden aparecer en etapas tempranas de la vida o durante la adolescencia. En promedio, una de

cada cuatro personas recibe algún tipo de tratamiento. En España, el uso excesivo de plataformas sociales está vinculado al 55% de los indicios de ansiedad, al 52% de los de depresión y al 48% de las actitudes hostiles hacia otros, las personas que dedican más tiempo a mostrar una vida ideal en las redes sociales son aquellos que lidian con serios problemas de salud mental (Caballero, 2024). Así mismo en América Latina, se ha identificado que la exposición prolongada a plataformas digitales es un factor clave en el aumento de los trastornos de salud mental entre los adolescentes (PAHO, 2021). En Perú, Chumpitaz, (2022) señala que el porcentaje de niños y jóvenes de 5 a 17 años que utilizan teléfonos aumenta cada año, pasando del 43 % en 2018 al 75 % en 2022. Además, según un estudio de salud mental publicado por el Diario Oficial El Peruano, se descubrió que un millón 200,000 adolescentes peruanos, representando el 16. 2 %, están en riesgo de desarrollar comportamientos adictivos relacionados con internet, similares a los que pueden surgir con las drogas o el alcohol; mientras que uno de cada 100 ya presenta adicción.

La investigación realizada por la Fundación Mapfre, la empresa Prevensis y el Instituto de Opinión Pública de la Universidad Católica, que estudió a jóvenes de entre 13 y 17 años de escuelas públicas y privadas en Lima y Arequipa, indica que la conducta adictiva se presenta más en hombres (17,5 %) que en mujeres (14,8 %). Por esta razón, se considera que la pubertad y la adolescencia son las etapas más propensas al uso indiscriminado de las redes sociales, lo que está vinculado con el desarrollo de la ansiedad, ya que el uso excesivo puede provocar problemas en el futuro (Coapaza et al., 2024). En México, Estudios enfocados en los problemas de ansiedad y la autoestima, como los realizados

por (Portillo et al., 2021) señalaron que, en un grupo de estudiantes universitarios, los que mostraban una notable adicción a las redes sociales tenían más propensión a experimentar niveles más altos de ansiedad en comparación con aquellos con niveles más bajos de adicción. Según el Ministerio de Salud (2023), en Perú se han registrado 433,816 diagnósticos de ansiedad, lo que lo convierte en el trastorno más común. Es más probable que ocurre en mujeres de entre 17 y 25 años, aunque también se han documentado casos en todas las etapas de la vida.

En Ecuador, el uso de redes sociales entre los adolescentes ha mostrado un crecimiento vertiginoso, y su impacto en la salud mental se ha hecho cada vez más evidente. De acuerdo con el Ministerio de Salud Pública de Ecuador (MSP), el aumento de consultas por trastornos emocionales ha sido notable en los últimos años, especialmente en jóvenes que pasan más de tres horas diarias en redes sociales. Un estudio realizado por (PAHO, 2021) en la región andina, que incluye a Ecuador, mostró que el 63% de los adolescentes en América Latina que se utilizan redes sociales frecuentemente reportan síntomas de ansiedad y depresión. Esta tendencia refleja la magnitud del problema de salud pública que afecta a los jóvenes en el país. De igual forma, en el ámbito específico de la Escuela José Jesús Ocampo Salazar en Guayaquil, el problema del uso excesivo de redes sociales es particularmente alarmante. Los estudiantes de 7mo de básica son los más afectados, presentando síntomas de ansiedad, estrés y depresión relacionados con su interacción en plataformas digitales. De acuerdo con un informe realizado por el psicólogo escolar de la institución en 2023, aproximadamente el 45% de los estudiantes que pasan más de cuatro horas al día en redes sociales experimentan problemas de

concentración en clase, baja autoestima y dificultades para socializar en el entorno escolar. Además, según el Ministerio de Salud Pública (2022), el acoso cibernético es una problemática que ha crecido en las aulas, aumentando los niveles de ansiedad y afectando la salud emocional de los adolescentes.

Las redes sociales son espacios digitales diseñados para facilitar conexiones personales, y su uso requiere estar conectado a la red; se pueden establecer diversos tipos de relaciones: afectivas, familiares, laborales, entre otras (como se citó en Coapaza et al., 2024). Las redes sociales son descritas como espacios en línea donde los usuarios pueden comunicarse, intercambiar información y formar vínculos sociales (como se citó en Peña, 2025). Según (Vivanco, 2024), las redes sociales son plataformas digitales utilizadas para la interacción y el enlace actual entre individuos, quienes comparten la búsqueda de un propósito o interés parecido. El modelo teórico del presente estudio, según (Coapaza et al., 2024), manifiesta que, para comprender la adicción a las plataformas sociales, es fundamental analizar qué son estas redes y su funcionamiento. La evolución del internet incluye lo que se conoce como redes sociales, que son entornos donde los usuarios registrados pueden interactuar con individuos que están geográficamente distantes, expresar emociones y sentimientos, intercambiar vivencias y puntos de vista; en resumen, son espacios para la interacción.

Obsesión por las redes sociales: según (Escurrea y Salas, 2014), se refiere a la idea de pensar continuamente en utilizar las redes sociales; al realizar cualquier acción, la noción de acceder a ellas está presente, y al finalizar su uso, se siente una sensación de molestia. Falta de control personal en el uso de las redes

sociales: como menciona (Escurrea y Salas, 2014), esto indica que no es posible gestionar el tiempo que se emplea en la plataforma en línea, lo que conlleva a desventajas en tareas, vínculos sociales y negligencia de las necesidades fundamentales. Uso excesivo de las redes sociales: el uso desmedido de las plataformas digitales lleva a que el individuo sienta la necesidad de estar online sin establecer límites sobre su tiempo de conexión (Escurrea y Salas, 2014). Modelo conductual: Desde esta perspectiva, enfocada en el conductismo propuesto por John B. Watson en 1913, la dependencia de las plataformas sociales se manifiesta a través de comportamientos que se perpetúan debido a la recompensa. Si estas plataformas no ofrecieran beneficios, la adicción al uso de las redes no existiría; por lo tanto, esta dependencia se aprende y se sostiene a causa del contexto y la historia de las recompensas

Un individuo que interactúa en redes sociales y recibe 'likes', comentarios positivos, validación social, entre otros, es más propenso a aumentar su tiempo de uso con el paso del tiempo. La recompensa puede ser ya sea positiva o negativa; la positiva implica que el comportamiento se refuerza por las gratificaciones que recibe (como reacciones en las redes, elogios, amigos en línea, distracción, etc.); en contraste, el refuerzo negativo sugiere que el comportamiento se realiza para evitar situaciones indeseables (por ejemplo, la sensación de soledad) (como se citó en (Coapaza et al., 2024) La ansiedad se considera un temor desencadenado por indicios o símbolos de una amenaza lejana y ambigua, más que por una que esté presente física o instantáneamente (Cattell, 1983, como se citó en (Coapaza et al., 2024). De acuerdo como se citó en (Coapaza et al., 2024) el término ansiedad se origina del latín que

significa sufrimiento, preocupación o ansiedad, y se refiere a un estado mental y físico que se caracteriza por sentimientos de inseguridad, nerviosismo, malestar o inquietud frente a una amenaza desconocida. Existe una diferencia fundamental entre la preocupación moderada y la patológica. La persona tiende a tener una percepción distorsionada e irracional de los acontecimientos, interpretando como amenazantes situaciones de la vida, esta percepción se convierte en pánico, lo cual puede llegar a paralizar a la persona y provocar un nivel de ansiedad intenso y crítico.

Por otro lado, Morrison (2015) indica que la ansiedad es un síntoma que está casi en todas partes, ya que se puede observar en numerosas psicopatologías y problemas de salud mental, en diferentes intensidades; esto sugiere que, desde un enfoque clínico, las manifestaciones de ansiedad, aun cuando sean leves, no necesariamente señalarán un trastorno específico en este ámbito, sino que podrían ocultar otro trastorno ya presente. El modelo teórico del presente estudio, según Coapaza et al. (2024), se entiende que la ansiedad provoca una respuesta física, emocional y conductual al surgir en circunstancias incómodas para la persona, es una condición mental que se distingue por una fuerte sensación de malestar, falta de confianza y una intensa excitación que impide a la persona llevar a cabo sus tareas de manera habitual, lo que provoca comportamientos impulsivos y emociones intensas. Según como se citó en Coapaza et al. (2024) la ansiedad es producto de creencias irracionales que se forman a lo largo de la vida, por lo que se evidencian las siguientes dimensiones: Dimensión afectiva: esta dimensión incluye síntomas emocionales irracionales como miedo o temor ante una circunstancia o evento.

Dimensión fisiológica: esta dimensión incluye síntomas físicos como sudoración, hormigueo o dolor corporal que ocurren cuando uno experimenta ansiedad. Modelo cognitivo de la ansiedad: según Beck et al. (1988), citado en (Coapaza et al., 2024) bajo la concepción de que, durante su crecimiento, una persona ha desarrollado varios esquemas mentales relacionados con los peligros que se presentan en determinadas circunstancias. Esta activación podría desencadenar distorsiones en el pensamiento y reacciones automáticas asociadas a expectativas, imágenes amenazadoras y una percepción de falta de capacidad para enfrentar la situación (en el ámbito cognitivo), lo que a su vez generaría una respuesta emocional activa (en el ámbito conductual). Beck (1985) indica que la manera en que una persona percibe su entorno es errónea, ya que se basa en premisas engañosas. Estas percepciones hacen referencia a aspectos amenazantes sobre riesgos hacia los intereses de la persona y su incapacidad para gestionarlos. Los esquemas cognitivos involucrados suelen ser únicos para cada individuo, aunque frecuentemente incluyen temas relacionados con amenazantes acerca de la vida social, la identidad personal, el rendimiento, la autonomía y la salud (como se citó en Virues, 2005).

Este estudio es fundamental para comprender y abordar cómo el uso de las redes sociales afecta los niveles de ansiedad de los estudiantes de 7.º de básica de la Escuela José Jesús Ocampo Salazar en Guayaquil, durante el año 2025. A continuación, se presentan las razones que justifican esta investigación desde cuatro perspectivas: Según la Organización Mundial de la Salud (2021), los trastornos mentales se han convertido en una de las principales causas de enfermedades entre los adolescentes, y el uso intensivo de redes

sociales contribuye significativamente a la ansiedad y depresión en este grupo. Este dato resalta la importancia de crear conciencia social y políticas públicas que promuevan un uso responsable de las redes para cuidar la salud mental de los jóvenes. Así mismo en un estudio realizado por Sánchez et al. (2024), se concluyó que los adolescentes que pasan mucho tiempo en redes sociales son más propensos a presentar síntomas de ansiedad y depresión, lo que afecta directamente su rendimiento académico. Esta situación subraya la necesidad de incorporar en el currículo escolar módulos de alfabetización digital y programas de desarrollo emocional que ayuden a los docentes a identificar y tratar estos problemas de manera temprana, favoreciendo un mejor ambiente educativo. Por otro lado, el Ministerio de Salud Pública de Ecuador (2022) ha señalado la importancia de incluir servicios de apoyo psicológico y talleres sobre el uso responsable de redes sociales en las escuelas. Estas iniciativas proporcionan a los estudiantes herramientas para gestionar de manera saludable su interacción con el entorno digital y reducir los efectos negativos sobre su bienestar emocional.

Este trabajo es especialmente relevante y pertinente para el contexto ecuatoriano, ya que permite generar evidencia sobre cómo el uso excesivo de las redes sociales afecta a los adolescentes en el país. Los resultados de esta investigación podrán servir para diseñar intervenciones más específicas y efectivas, tanto en el ámbito educativo como en el social, con el fin de mitigar los riesgos relacionados con el uso digital entre los jóvenes. El abordaje del uso excesivo de redes sociales y su influencia en los niveles de ansiedad de la unidad de estudio, resulta indispensable para prevenir y evitar que los educandos atraviesen

esta importante problemática, entonces, es necesario realizar esta investigación en la población seleccionada, para conocer la dimensión en la que se encuentra este uso excesivo y con esto prevenir o intervenir en la salud mental de los mismos, garantizando de esta forma su desarrollo integral, además servirá como base teórica para futuras investigaciones similares. La pregunta central de la investigación se formula de la siguiente manera: ¿Cuál es la incidencia del uso de redes sociales en los niveles de ansiedad de los estudiantes de 7mo de básica de la Escuela José Jesús Ocampo Salazar, ubicada en Guayaquil, durante el año 2025? Como objetivo general es determinar la incidencia del uso de redes sociales en los niveles de ansiedad de los estudiantes de 7.º de básica de la Escuela José Jesús Ocampo Salazar, en Guayaquil, durante el año 2025. Así mismo, como objetivos específicos: Identificar la influencia de la dimensión obsesión y uso excesivo por las redes sociales sobre los síntomas somáticos de la unidad de estudio, determinar el influjo de la falta de control personal en el uso de las redes sociales en los síntomas afectivos de los sujetos investigados.

Materiales y Métodos

La presente investigación se sustentó en una investigación básica o fundamental, ya que contribuyó a aumentar los conocimientos y la fundamentación teórica científica en el estudio del tema de las redes sociales y la ansiedad, así como comprender estos fenómenos de estudio, tuvo un alcance descriptivo debido porque permitió como su nombre lo indica describir las variables de estudio de la población seleccionada, se utilizó un enfoque cuantitativo que permitió aplicar técnicas e instrumentos de recolección de datos numéricos e información como las encuestas, para determinar la incidencia del uso de las

redes sociales, así como conocer los niveles de ansiedad de la población seleccionada, permitiendo analizar datos de forma estadística y probar las hipótesis, por último, la investigación tiene un diseño no experimental donde se recolectó información que permitió conocer el uso de las redes sociales y su incidencia en los niveles de ansiedad, sin manipular ni interferir en el fenómeno estudiado no se manipuló la variable de estudio, únicamente se basó en la observación del comportamiento de estas. Con respecto a la muestra utilizada, a través de un muestro probabilístico por juicio con la población contemplada situada en 30 estudiantes de la Escuela José Jesús Ocampo Salazar de un paralelo del séptimo año de Educación General Básica, por la necesidad de abordar la dificultad encontrada con respecto a las variables de estudio en este grupo, mediante la aplicación de la técnica de la encuesta con el cuestionario como instrumento, el mismo que está estructurado con 16 ítems, distribuidas

para las dimensiones: de la variable independiente propuesta por Coapaza et al., (2024), siendo el uso excesivo de las redes sociales, falta de control personal en el uso de las redes sociales, y para la variable dependiente, los síntomas afectivos y los síntomas somáticos, considerados por el mismo autor. Por último, el procesamiento de datos se lo ejecutó de manera sistemática para garantizar la validez y confiabilidad del estudio, a través del análisis de datos en el programa estadístico SPSS, versión 3.0, con una escala de medición ordinal, establecido en frecuencias de siempre, a veces y nunca, las cuales se encuentran dentro de los siguientes rangos de conversión, siempre entre 100% a 70%, a veces entre 69% a 50% y finalmente nunca entre 49% a 0%, cuyos resultados se muestran posteriormente.

Resultados y Discusión

A continuación, se presentan los principales resultados obtenidos en la investigación:

Tabla 1. *Influencia del uso excesivo por las redes sociales sobre los síntomas somáticos*

Dimensión	ítem	N.	Alto/ Siempre	N.	Medio/ A veces	N.	Bajo/ Nunca
Uso excesivo de redes sociales	1	8	26,7%	20	66,7%	2	6,7%
	2	8	26,7%	14	46,7%	8	26,7%
	3	7	23,3%	15	50%	8	26,7%
	4	4	13,3%	8	26,7%	18	60%
Dimensión fisiológica	13	6	20%	12	40%	12	40%
	14	7	23,3%	12	40%	11	36,7%
	15	6	20%	10	33,3%	14	46,7%
	16	5	16,7%	15	50%	10	33,3%
Total		6,38	21,25%	13,25	44,18%	10,38	34,60%

Fuente: elaboración propia

En referencia a la tabla 1, se puede visualizar que el 21,25% del estudiantado posee un nivel alto en cuanto a la frecuencia recurrente de uso redes sociales, se conecta directamente a las mismas incluso al despertar y en horas de clase, siente una gran necesidad de permanecer conectado o en línea, además se cansa rápidamente o se siente débil, siente hormigueos y suda bastante con frecuencia, le

tiemblan las manos y las piernas, tiene dificultad para dormir por la noche, por otro lado, el 44,18% se encuentra en un nivel medio y por último, el 34,60% se establece en un nivel bajo, en este contexto, la gran mayoría se sitúa en un nivel medio, lo que significa que existe una influencia entre el uso excesivo de redes sociales sobre los síntomas somáticos en los sujetos analizados. Estos resultados se pueden

corroborar con Caballero (2024), quien señala que, en España, el uso excesivo de las redes sociales se asocia con el 55% de las señales de ansiedad, el 52% de las manifestaciones de depresión y el 48% de las tendencias hostiles hacia otros. Aquellos que pasan más tiempo exhibiendo una vida perfecta en estas plataformas son a menudo quienes enfrentan dificultades significativas en su salud mental. En España, el 55% de los síntomas de ansiedad, el 52% de los síntomas de depresión y el 48% de los comportamientos agresivos están relacionados con la adicción a las redes sociales.

Asimismo, de acuerdo con una investigación sobre salud mental difundida por el Diario Oficial El Peruano en 2016, se reveló que 1,200,000 jóvenes peruanos, lo que equivale al 16. 2%, corren el peligro de exhibir patrones de conducta adictivos vinculados a internet,

similares a aquellos que pueden aparecer con el uso de drogas o alcohol; a su vez, uno de cada 100 ya muestra signos de adicción, acompañados de una serie de síntomas y apariciones fisiológicas o somáticas características de esta problemática. Por otro lado, según menciona (Coapaza et al., 2024); en un estudio llevado a cabo por la Fundación Mapfre, donde se evaluó a adolescentes de entre 13 y 17 años de colegios públicos y privados en Lima y Arequipa. Los resultados muestran que el comportamiento adictivo es más frecuente en varones (17. 5 %) que en mujeres (14. 8 %). Por este motivo, se argumenta que tanto la pubertad como la adolescencia son períodos con una mayor inclinación hacia el uso indiscriminado de las redes sociales, lo cual se relaciona con el surgimiento de la ansiedad, dado que un uso excesivo puede generar inconvenientes en el futuro, en todos los ámbitos del individuo que lo experimente.

Tabla 2. Influjo de la falta de control personal en el uso de las redes sociales en los síntomas afectivos

Dimensión	ítem	N.	Alto/ Siempre	N.	Medio/ A veces	N.	Bajo/ Nunca
Falta de control personal en el uso de las redes sociales	5	5	16,7%	20	66,7%	5	16,7%
	6	5	16,7%	18	60%	7	23,3%
	7	9	30%	12	40%	9	30%
	8	6	20%	16	53,3%	8	26,7%
Dimensión afectiva	9	20	66,7%	9	30%	1	3,3%
	10	16	53,3%	14	46,7%	0	0%
	11	3	10%	19	63,3%	8	26,7%
	12	7	23,3%	14	46,7%	9	30%
T.		8,88	29,59%	15,25	50,84%	5,88	19,59%

Fuente: elaboración propia

En concordancia con la tabla 2, se puede evidenciar que el 29,59% del estudiantado posee un nivel alto en cuanto a la preferencia de comunicarse con los demás a través de redes sociales prefiere quedarse en casa en redes sociales que salir con familia o amigos, perdiendo la noción del tiempo y al no poder acceder a las mismas se desanima, no se siente bien consigo mismo ni puede expresar sus emociones, sintiendo miedo al enfrentarse a

nuevas actividades , por otro lado, el 50,84% se encuentra en un nivel medio y por último, el 19,59% se establece en un nivel bajo, en este contexto, la gran mayoría se sitúa en un nivel medio, lo que significa que existe una influencia entre la falta de control personal en el uso de las redes sociales en los síntomas afectivos de los sujetos investigados. En este sentido, los resultados obtenidos se pueden contrarrestar con el Ministerio de Salud Pública

de Ecuador (MSP) quien manifiesta que, En Ecuador, el empleo de plataformas sociales entre los jóvenes ha experimentado un notable incremento, y su efecto en la salud emocional se ha vuelto cada vez más claro. Recientemente, se ha visto un aumento significativo en las consultas por problemas emocionales, especialmente en aquellos adolescentes que dedican más de tres horas al día a estas redes.

Una investigación llevada a cabo por la (PAHO, 2021), reveló que el 63% de los jóvenes latinoamericanos que utilizan redes sociales de manera habitual manifiestan signos de ansiedad y depresión. Esta tendencia subraya la gravedad del problema de salud pública que afecta a la juventud en el país. Por otra parte, según la Organización Mundial de la Salud, A nivel mundial, los desórdenes psicológicos en jóvenes han crecido de manera significativa recientemente, cerca de 1 de cada 7 jóvenes a nivel global enfrenta problemas mentales, destacando la ansiedad y la depresión como los más comunes (OMS, 2022). Aunque las plataformas sociales ofrecen posibilidades para conectar, también han influido en un incremento de dificultades emocionales, dado que la exposición a comparaciones entre pares, acoso en línea y material nocivo ha causado repercusiones negativas en la salud mental de los adolescentes. También, en el país mexicano, investigaciones centradas en las cuestiones relacionadas con la ansiedad y la autoestima, tales como las llevadas a cabo por Portillo, Ávila y Capps en 2021, indicaron que, en una muestra de alumnos universitarios, aquellos que demostraban una considerable dependencia de las redes sociales eran más propensos a presentar mayores niveles de ansiedad en contraste con los que tenían menor dependencia, evidenciando de esta forma una falta de control personal en el uso de las redes

sociales que afecta la dimensión afectiva de los involucrados.

Conclusiones

Luego de realizar el análisis respectivo se concluye que el 21,25% de los estudiantes presenta una alta frecuencia de uso de redes sociales, accediendo a ellas al despertarse y durante clases, con una necesidad de estar conectados, experimentan fatiga o debilidad, hormigueo y sudoración, dificultad para conciliar el sueño. En cambio, el 44,18% se ubica en un nivel medio y finalmente, el 34,60% se clasifica en un nivel bajo. En este sentido, la mayoría se encuentra en un nivel medio, lo cual sugiere una influencia entre las dimensiones consideradas en la población de estudio. En conclusión, el 29,59% de los estudiantes presenta una alta inclinación a comunicarse mediante redes sociales, prefiriendo permanecer en casa, perdiendo la noción del tiempo. Al no poder conectarse, se sienten desanimados, mal consigo mismos y les cuesta expresar sus emociones, sintiendo temor al ser desafiados por nuevas actividades, el 50,84% está en un nivel medio, mientras que el 19,59% en un nivel bajo, la mayoría se encuentra en un nivel medio, lo que indica que hay una relación entre la falta de autocontrol en el uso de las redes sociales y los síntomas afectivos. Finalmente, el estudio e investigación del impacto del uso del uso de redes sociales en los niveles de ansiedad de los estudiantes de séptimo grado de Educación Básica en la Escuela José Jesús Ocampo Salazar, ubicada en Guayaquil, durante el año 2025, se evidenció que tanto el uso de redes sociales como los índices de ansiedad se encontraron mayormente en un rango medio. Esto indica que, a pesar de que el uso de estas herramientas es habitual, no se observan repercusiones severas sobre la ansiedad; no obstante, es fundamental supervisar y guiar su uso adecuado, dado que

una exposición excesiva o inapropiada podría acarrear alteraciones emocionales más relevantes a largo plazo, siendo oportunidad e indispensable una intervención desde el eje de prevención.

Referencias Bibliográficas

- Caballero, E. (2024). Las redes sociales, tras el 55% de los casos de ansiedad. *La Razón*. https://www.larazon.es/sociedad/redes-sociales-55-casos-ansiedad_2024121067588b101258380001fbb5a8.html
- Chumpitaz, O. (2022, septiembre 19). El 98% de niñas, niños y adolescentes tienen acceso a Internet más de 5 veces a la semana. *La República*. <https://larepublica.pe/sociedad/2022/09/19/peru-el-98-de-ninas-ninos-y-adolescentes-tienen-acceso-a-internet-mas-de-5-veces-a-la-semana-explotacion-sexual-trata-de-mujeres-redes-sociales>
- Coapaza, Y., Rocha, L., & Salcedo, S. (2024). *Adicción a las redes sociales y ansiedad en estudiantes del VII ciclo de la I. E. Joaquín Capelo - La Merced, 2023* [Tesis de licenciatura]. Universidad Continental. https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/14815/1/IV_FHU_501_T_E_Coapaza_Rocha_Salcedo_2024.pdf
- Escurre, M., & Salas, E. (2014). Construcción y validación del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS). *Revista de Psicología Liberabit*, 20(1), 73–91. <http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v20n1/a07v20n1.pdf>
- Hernández, R., Fernández, C., & Bautista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill. https://apiperiodico.jalisco.gob.mx/api/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/metodologia_de_la_investigacion_-_roberto_hernandez_sampieri.pdf
- Juste, M. (2021). *Economía digital*. <https://www.expansion.com/economia-digital/innovacion/2021/02/10/6022c89de5fdea59448b459b.html>
- Kassiani, N. (2023). *Criterios de inclusión y exclusión: Ejemplos y definición*. <https://www.scribbr.com/methodology/inclusion-exclusion-criteria/>
- Ministerio de Salud Pública del Ecuador. (2022). *Fortalecimiento de la atención en salud mental*. <https://www.salud.gob.ec/msp-fortalece-sured-de-servicios-de-atencion-en-salud-mental-en-todo-el-territorio>
- Morrison, J. (2015). *DSM-5: Guía para el diagnóstico clínico*. Manual Moderno S.A. de C.V.
- Organización Mundial de la Salud. (2022). *La salud mental de los adolescentes*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Organización Mundial de la Salud. (2023). *Trastornos de ansiedad*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders>
- Organización Panamericana de la Salud. (2021). *Mental health in adolescents in Latin America*. <https://www.paho.org/es/documentos/salud-mental-adolescentes>
- Peña, Z. (2025). *Influencia del uso de redes sociales en los niveles de ansiedad y depresión en jóvenes universitarios* [Tesis de licenciatura]. Universidad de las Américas.
- Portillo, V., Ávila, J., & Capps, J. (2021). Relación del uso de redes sociales con la autoestima y la ansiedad en estudiantes universitarios. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 3(1), 139–149. <https://revistacneipne.org/index.php/cneip/article/view/116>
- Salud, M. (2023, febrero 5). *Salud mental: cómo detectar y superar la ansiedad*. Ministerio de Salud del Perú. <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/696706-salud-mental-como-detectar-y-superar-la-ansiedad>
- Sánchez, J., Barajas, J., Garzón, G., & Palacios, A. (2024). Evaluación del impacto de las redes sociales en el bienestar psicológico de adolescentes. *Morinvestigar*. <https://www.researchgate.net/publication/38>

[8697428 El impacto de las redes sociales en los adolescentes](#)

- Virues, R. (2005). Ansiedad: estudio. *Revista Psicología Científica.com*, 7(8).
<https://pscient.net/lwclh>
- Vivanco, D. (2024). *Adicción a las redes sociales, ansiedad y depresión en estudiantes de psicología en la PUCE-Ambato* [Tesis de licenciatura]. Pontificia Universidad Católica del Ecuador.
- Vizcaíno, P., Cedeño, R., & Maldonado, I. (2023). Metodología de la investigación científica: Guía práctica. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(4), 9723–9762.
https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i4.7658



Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Reconocimiento-No Comercial 4.0 Internacional. Copyright © Marjorie Cristina Viñamano Macas, Kevin Francisco González Flores, Raquel Teresa Misacango Morales y Milton Alfonso Criollo Turusina.

