Ciencia y Educación
(L-ISSN: 2790-8402 E-ISSN: 2707-3378)
Vol. 7 No. 12.1
Edición Especial XII 2026

USO PROBLEMÁTICO DE REDES SOCIALES Y LA SENSACIÓN DE SOLEDAD EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

PROBLEMATIC SOCIAL MEDIA USE AND FEELINGS OF LONELINESS AMONG UNIVERSITY STUDENTS

Autores: [1]Joselin Isabel Asqui Adriano y [2]Gina Alexandra Pilco Guadalupe.
[1]ORCID ID: https://orcid.org/0009-0004-9794-9227
[2]ORCID ID: https://orcid.org/0000-0002-2777-6146
[1]E-mail de contacto: joseli.asqui@unach.edu.ec
[2]E-mail de contacto: apilco@unach.edu.ec
Afiliación: [1*2*]Universidad Nacional de Chimborazo, (Ecuador).
Artículo recibido: 11 de Octubre del 2026.
Artículo revisado: 25 de Noviembre del 2026.
Artículo aprobado: 25 de Noviembre del 2026.
[1]Psicologa, graduada de la Universidad Nacional de Chimborazo, (Ecuador). Maestrante de la Maestría en Psicología Clínica, mención Psicoterapia, en la Universidad Nacional de Chimborazo, (Ecuador).
[2]Magíster en Psicología Cognitiva, graduada de la Universidad de Buenos Aires, (Argentina). Doctora en Psicología Clínica, graduada de la Universidad Cristiana Latinoamericana, (Ecuador). Doctora en Psicología, graduada de la Universidad del Salvador Buenos Aires, (Argentina).

Resumen

El presente estudio evaluó el uso problemático de redes sociales y sensación de soledad en universitarios de la ciudad de Riobamba, 2026. Se realizó un estudio de enfoque cuantitativo, con diseño no experimental y de corte transversal, con un alcance descriptivo y correlacional. La población estuvo constituida por 11451 estudiantes de la Universidad Nacional de Chimborazo pertenecientes al ciclo 2026-1S. La muestra poblacional es de tipo probabilístico por conglomerados comprendida por 354 estudiantes que se obtuvo a través de la aplicación de la fórmula estadística para muestras finitas. Se empleó el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) de Escurra y Salas (2014) y la Escala de Soledad de la UCLA, adaptada al español por Expósito y Moya (1993), mide la percepción subjetiva de soledad y aislamiento social en adolescentes, adultos y adultos mayores. Los datos obtenidos fueron procesados, analizados e interpretados por medio del uso del paquete estadístico Statistical Package for the Social Sciences SPSS. Como resultado se obtuvo que los estudiantes evaluaos presentan principalmente niveles medios de uso problemático de redes sociales y niveles altos de sensación de soledad. En conclusión, se evidencia la relación directa entre las variables, por ende, es necesaria la promoción de educación digital y el fortalecimiento de habilidades sociales en los universitarios.

Palabras Clave: Uso problemático de redes sociales, Sensación de soledad, Estudiantes universitarios, Dependencia digital, Bienestar psicológico.

Abstract

The present study evaluated problematic social media use and feelings of loneliness among university students in the city of Riobamba, 2026. A quantitative approach was employed, with a non-experimental, cross-sectional design and a descriptive-correlational scope. The population consisted of 11,451 students from the Universidad Nacional de Chimborazo enrolled in the 2026-1S academic term. The sample consisted of 354 students, selected through probability cluster sampling, using the statistical formula for finite populations to determine the sample size. The Social Media Addiction Questionnaire (ARS) developed by Escurra and Salas (2014) and the UCLA Loneliness Scale, adapted into Spanish by Expósito and Moya (1993), were administered. The latter measures the subjective perception of loneliness and social isolation among adolescents, adults, and older adults. The data obtained were processed, analyzed, and interpreted using the Statistical Package for the Social Sciences (SPSS). The results showed that students predominantly exhibited

moderate levels of problematic social media use and high levels of loneliness. In conclusion, a direct relationship between the variables was identified; therefore, promoting digital literacy and strengthening social skills among university students is necessary.
Keywords: Problematic social media use, Feelings of loneliness, University students, Digital dependency, Psychological well-being.

Sumário

O presente estudo avaliou o uso problemático das redes sociais e o sentimento de solidão em estudantes universitários da cidade de Riobamba, em 2026. Foi realizado um estudo com abordagem quantitativa, delineamento não experimental e transversal, com alcance descritivo e correlacional. A população foi constituída por 11.451 estudantes da Universidad Nacional de Chimborazo, matriculados no período acadêmico 2026-1S. A amostra foi composta por 354 estudantes, selecionados por meio de amostragem probabilística por conglomerados, cujo tamanho foi determinado mediante a aplicação da fórmula estatística para populações finitas. Foram utilizados o Questionário de Dependência de Redes Sociais (ARS), desenvolvido por Escurra e Salas (2014), e a Escala de Solidão da UCLA, adaptada para o espanhol por Expósito e Moya (1993), que mede a percepção subjetiva de solidão e isolamento social em adolescentes, adultos e idosos. Os dados obtidos foram processados, analisados e interpretados por meio do pacote estatístico Statistical Package for the Social Sciences (SPSS). Como resultado, observou-se que os estudantes avaliados apresentam predominantemente níveis moderados de uso problemático das redes sociais e níveis elevados de sentimento de solidão. Conclui-se que existe uma relação direta entre as variáveis; portanto, é necessário promover a educação digital e fortalecer as habilidades sociais dos estudantes universitários.
Palavras-chave: Uso problemático de redes sociais, Sensação de solidão, Estudantes universitários, Dependência digital, bem-estar-estar psicológico.

Introducción

En el contexto actual, el avance de la tecnología y la expansión de las plataformas digitales han transformado la forma en que las personas se comunican y establecen relaciones sociales, generando cambios en las dinámicas de interacción interpersonal (Salas et al., 2022). A nivel mundial, estas plataformas facilitan la comunicación, el intercambio de información y la participación social (Hill et al., 2026). Sin embargo, su utilización inadecuada o excesiva puede afectar las actividades cotidianas, el estado emocional y las relaciones presenciales (Salguero et al., 2026).

Álvarez et al, (2025) se refieren al uso problemático de redes sociales como el patrón de utilización caracterizado por la dificultad para controlar el tiempo y la frecuencia de conexión, acompañado de una preocupación constante por las plataformas digitales y la persistencia de su uso a pesar de las consecuencias negativas que pueden ocasionar. Esta conducta se ve reflejada en la necesidad de revisar activa y continuamente las notificaciones, la dificultad para controlar los tiempos de conexión y la interferencia en las responsabilidades académicas, laborales, y personales (Escurra y Salas, 2014).

En los universitarios, este comportamiento es frecuente debido a que las redes sociales son parte de actividades académicas, sociales y de recreación. Es necesario contrastar que el uso problemático no es lo mismo que uso frecuente ya que el primero afecta directamente al funcionamiento personal y social mientras que el segundo es la respuesta a la necesidad de comunicación (Espinoza y Hernández, 2024). Por otro lado, la sensación de soledad se

entiende como la experiencia subjetiva que nace cuando una persona percibe una diferencia entre las relaciones sociales que desea mantener y aquellas que considera que realmente tiene (Gallego et al., 2024). No depende exclusivamente de la cantidad, la cercanía, la calidad y la satisfacción que se obtiene de los vínculos interpersonales. Es decir, una persona puede mantener contacto frecuente y físico con familiares, amigos o compañeros y, aun así, experimentar sensación de desconexión, incomprensión o falta de apoyo emocional (Hernández y Moral, 2024). Para los universitarios, la adaptación a nuevas exigencias académicas, el ambiente, los cambios en las relaciones interpersonales y la búsqueda de pertenencia puede influir en la forma que experimenten la soledad (Salas et al., 2022).

Por ende, se relacionan por la dinámica de interacción digital, a través de la oportunidad para establecer y mantener vínculos, su uso problemático podría favorecer la sustitución de encuentros presenciales ante la interacción virtual, acompañada de comparaciones sociales y la percepción de relaciones poco satisfactorias (Salguero et al., 2026). De igual manera, quienes experimentan soledad podrían recurrir con mayor frecuencia a estas plataformas como una forma de buscar compañía, aceptación o reconocimiento.

Para Zambrano (2025), es fundamental para los estudiantes universitarios comprender esta problemática, por lo que implica esta etapa como la adaptación académica, la construcción de identidad y la consolidación de las relaciones sociales; si hay la presencia de uso desregularizado de redes sociales, junto con sentimientos de soledad, podría afectar la salud mental, la percepción de bienestar y la calidad de los vínculos interpersonales. Investigaciones recientes realizadas con estudiantes universitarios chinos han demostrado que el uso intensivo de redes sociales se asocia con mayores niveles de soledad y aislamiento social (Wu et al., 2024). En la misma línea, un estudio estadounidense realizado a estudiantes universitarios encontró que el 54 % de los participantes reportó sentirse solo, y que quienes utilizaban redes sociales más de 16 horas semanales tenían hasta un 38 % más probabilidad de experimentar soledad en comparación con quienes las utilizaban menos tiempo (Hill et al., 2026).

Un estudio en España señala que el uso excesivo de redes sociales puede provocar aislamiento social, ansiedad, depresión y dificultades en las relaciones interpersonales (Valencia et al., 2021). Otro estudio de Turquía dio como resultado que la soledad se correlacionó significativamente con el uso problemático de las redes sociales (Çiçek et al., 2025). En Latinoamérica, investigaciones realizadas en países de la región han identificado riesgos asociados al uso excesivo de estas tecnologías. En un estudio boliviano, los resultados apuntan que un mayor uso problemático de redes sociales está levemente asociado con un incremento en los niveles de soledad percibida (Llave y Guarachi, 2025).

Mientras que un estudio realizado por Gallego et al, (2024), da como resultado que el uso adictivo de las redes sociales predice sentimientos de soledad en universitarios de la selva peruana. En Ecuador, un estudio realizado por Espinoza y Hernández (2024), con estudiantes quiteños, se encontró una relación directa y baja entre la percepción de soledad y la adicción a las redes sociales en esta población. De la misma forma, Álvarez y colaboradores (2025), en su estudio en

universitarios de Quevedo encontraron que, aunque muchos mantienen un equilibrio entre la vida digital y presencial, una proporción significativa experimenta afectaciones en su bienestar emocional y rendimiento académico. A pesar de esta realidad, aún son limitados los estudios en el contexto ecuatoriano que analicen específicamente la relación entre el uso problemático de redes sociales y la sensación de soledad en estudiantes universitarios, lo que evidencia la necesidad de desarrollar investigaciones que permitan comprender esta problemática en el contexto nacional y aportar evidencia científica que contribuya al diseño de estrategias de prevención y promoción de la salud mental en el ámbito universitario.

Materiales y Métodos

Se realizó un estudio de enfoque cuantitativo, con diseño no experimental y de corte transversal, con un alcance descriptivo y correlacional (Hernández et al., 2014). La población estuvo constituida por 11451 estudiantes de la Universidad Nacional de Chimborazo pertenecientes al ciclo 2026-1S. La muestra poblacional es de tipo probabilístico por conglomerados comprendida por 372 estudiantes que se obtuvo a través de la aplicación de la fórmula estadística para muestras finitas.

Criterios de Inclusión: Estudiantes de 18 a 30 años, de ambos sexos, que estén matriculados en el período 2026-1S, los elegidos deben pertenecer de manera formal y nominal al paralelo extraído mediante el muestreo de tipo probabilístico por conglomerados. Criterios de Exclusión: Estudiantes menores de edad o que tengan 31 años en adelante, aquellos en calidad de egresados, personas que al momento presenten algún tipo de situación de vulnerabilidad física y emocional o con emergencias de salud. Personas que omitan llenar los instrumentos, pueden retirarse en el momento que consideren pertinente. Personas con emergencias de salud.

El instrumento aplicado para la variable Uso problemático de redes sociales fue Adicción a Redes Sociales (ARS), desarrollada por Escurra y Salas (2014) que evalúa la adicción a las redes sociales en adolescentes y adultos jóvenes. Sin embargo, se basa en el modelo de componentes de la adicción de Griffiths (2005), quien conceptualiza la adicción a las redes sociales como un patrón de uso caracterizado por la obsesión hacia las redes sociales, la dificultad para controlar su utilización y el uso excesivo que interfiere en el funcionamiento cotidiano.

Bajo esta perspectiva, Valencia y colaboradores (2023), refieren que el uso problemático de las redes sociales constituye una manifestación de las adicciones conductuales, en la que el individuo experimenta una necesidad persistente de permanecer conectado, dificultades para regular el tiempo de uso y consecuencias negativas en los ámbitos académico, social y personal. Con base en esta conceptualización, los autores integran las dimensiones de obsesión, falta de control personal y uso excesivo, con el propósito de evaluar la intensidad de este comportamiento en población adolescente y universitaria (Escurra y Salas, 2024).

La escala de Escurra y Salas (2014), consta de 24 ítems, valorados en una escala Likert de cinco opciones que van de 0 (Nunca) a 4 (Siempre). El puntaje total oscila entre 0 y 96 puntos, donde las puntuaciones más altas reflejan una mayor presencia de conductas relacionadas con la adicción o el uso

problemático de las redes sociales; es posible obtener puntuaciones independientes para las tres dimensiones del instrumento: obsesión por las redes sociales, falta de control personal y uso excesivo de las redes sociales. El instrumento ha sido validado por su constructo y evidenció una consistencia interna, con coeficientes α de Cronbach de 0,95 (Juárez, 2026). El instrumento aplicado para la variable Sensación de soledad fue la Escala de Soledad de la UCLA, de Rusell (1996) versión 3 y adaptada al español por Expósito y Moya (1993) es un cuestionario autoadministrado diseñado para medir la percepción subjetiva de soledad y aislamiento social.

La población de aplicación está dirigida para adolescentes, adultos jóvenes, adultos y adultos mayores. El cuestionario de autoinforme consta de 20 ítems, la puntuación se realiza mediante una escala tipo Likert de cinco puntos, 1 = nunca, 2 = rara vez, 3 = a menudo y 4 = siempre, el puntaje total va de 20 a 80 puntos, donde a mayor puntuación, mayor nivel de soledad percibida. Cuenta con coeficientes de consistencia interna α de Cronbach entre 0.89 y 0.94.

Se encontró una confiabilidad test-retest de r = 0,73 a un año y su validez se atribuyen a sus propiedades psicométricas estudiadas en diferentes poblaciones y contextos culturales (Albarracin et al., 2024). PROCEDIMIENTO: Tanto el consentimiento informado como los instrumentos psicométricos se adaptaron a un formulario por Google Forms, la difusión a los evaluados se facilitó el enlace o el código QR del cuestionario digital por medio del acercamiento por redes sociales. Una vez completadas las respuestas los datos obtenidos fueron procesados, analizados e interpretados por medio del uso del paquete estadístico Statistical Package for the Social Sciences SPSS versión 27 CONSIDERACIONES ÉTICAS: La investigación se basó en el consentimiento informado, respetando los principios éticos establecidos para la investigación con seres humanos, garantizando en todo momento la dignidad, los derechos, la privacidad y el bienestar de los evaluados. La participación de los estudiantes fue voluntaria, por lo que antes de la aplicación de los instrumentos se les proporcionó un consentimiento informado, que se explicaba el objetivo del estudio, los procedimientos, los posibles riesgos y beneficios, el tiempo estimado de participación y el derecho a retirarse de la investigación en cualquier momento, sin que ello implique perjuicio alguno. Con lo cual se respetó la Declaración de Helsinki (1964), que busca precautelar los principios éticos de beneficiencia, no maleficencia, justicia y autonomía en este proceso de investigación con seres humanos. Número de aprobación por el Comité de Ética de la Investigación en Seres Humanos UNACH: 122-CEISH-UNACH

Resultados y Discusión

Se obtuvo respuestas de un total de 354 estudiantes universitarios. La edad de los participantes estuvo comprendida entre los 18 y 30 años, con una media de 22,83 años (media y desviación). En cuanto a la distribución por sexo, predominaron las mujeres con un 67,8 % frente a los hombres con un 32,2 %. Se tomó en cuenta el estado civil de los participantes, en su mayoría con el 94,1 % están solteros/as, el 5,6 % están casados/as y el 0,3 % para viudos/as. Por otro lado, en la autoidentificación étnica predominó el grupo mestizo con un 79,4 %, seguido del grupo indígena con el 17,8 % y el 2,8 % fue para el grupo de afrodescendientes. Finalmente, se conoce que el 35,9 % de los estudiantes forman parte de la facultad de ciencias de la

salud, el 30,5 % pertenecen a la facultad de Ingeniería, el 18,4 % integran la facultad de Ciencias políticas y administrativas y el 15,3 % restante corresponde a la facultad de Ciencias de la educación, humanas y tecnologías. Las puntuaciones alcanzadas se relacionarían con el hecho de que los colaboradores están en calidad de población no clínica. Además, los instrumentos aplicados son de autoinforme que son sujetos a la subjetividad de los evaluados a quienes se les dificultaría la autopercepción del uso excesivo de redes sociales puesto que según el motivo de contacto con las redes sociales puede pasar desapercibida alguna situación de alarma o problemática (Kuss y Griffiths, 2017).

Tabla 1. *Niveles de uso problemático de redes sociales en estudiantes universitarios.*

Niveles de uso problemático de redes sociales	F	%
Uso excesivo		
Bajo	45	12,7
Medio	196	55,4
Alto	113	31,9
Total	354	100,0
Obsesión		
Bajo	40	11,3
Medio	240	67,8
Alto	74	20,9
Total	354	100,0
Falta de control		
Bajo	121	34,2
Medio	140	39,5
Alto	93	26,3
Total	354	100,0

Fuente: Elaboración propia.

En la Tabla 1 se presentan los resultados de las tres dimensiones en primer lugar el *Uso excesivo* de redes sociales, se encuentra que el 55,4 % se ubica en un nivel medio, mientras que en un nivel alto solo el 31,9 % y con un nivel bajo el 12,7 %. En segundo lugar, la dimensión de *Obsesión*, se registra la prevalencia del nivel medio con un 67,8 % a su vez el nivel alto con un 20,9 %. Por último, en la dimensión *Falta de control* se obtuvo que el 39,5 % presentan un nivel medio y el 34,2 % un nivel alto. A partir de los resultados se evidencia que al menos más de la mitad de la población evaluada experimenta niveles medios y altos en uso excesivo de las redes sociales, lo que reflejaría dificultades para establecer límites y se reafirma lo expuesto por Escurra y Salas (2014), quienes reconocen que el comportamiento de los estudiantes frente a las plataformas digitales no se limita únicamente al tiempo de conexión, sino que involucra aspectos cognitivos y conductuales.

Por lo tanto, Valencia et al. (2023), en su investigación sobre el uso problemático de las redes sociales en estudiantes mexicanos mencionan el hecho que las redes sociales tienen gran protagonismo en la cotidianidad de los estudiantes universitarios por sus funciones académicas y sociales, lo que coincide con la investigación de Álvarez et al. (2025), quienes analizan el uso excesivo de pantallas y su impacto en la salud mental de los estudiantes como resultado de la incorporación de las redes sociales en las actividades cotidianas de los universitarios.

Tabla 2. *Niveles de sensación de soledad en los estudiantes universitarios.*

Niveles de sensación de soledad	F	%
Bajo	69	19,5
Moderado	92	26,0
Alto	193	54,5
Total	354	100,0

Fuente: Elaboracion propia.

En cuanto a los niveles de sensación de soledad de los colaboradores, se evidencia en la Tabla 2 que una gran parte presenta un nivel alto que se refiere al 54,5 % de los estudiantes, seguido por el 26,0 % con un nivel moderado. Por otra parte, el grupo con un nivel bajo se refiere al 19,5 %. Es alarmante que más de la mitad de los evaluados registra niveles altos de sensación de soledad, esto refleja una situación

contradictoria a la etapa vital que atraviesan, que se caracteriza por la interacción social. este esquema es reforzado por la transición a la educación superior y la exigencia académica de niveles superiores en (Méndez, 2025).

Los datos recolectados son similares a la investigación desarrollada por Çiçek et al. (2025), que destaca la asociación entre las variables de estudio, la sensación de soledad percibida puede relacionarse con bajos niveles de resiliencia y pérdida de sentido a la vida. En la misma línea se relaciona con el estudio de Hill et al. (2026), quienes identificaron que el 54 % de sus evaluados experimentaban soledad percepción que se reforzaba con el tiempo de uso de las redes sociales. No obstante, para Hernández y Moral (2024), mantienen que esta percepción no depende de la interacción virtual solamente, sino que implica la calidad de sus relaciones y las habilidades sociales.

Tabla 3. *Relación entre de sensación de soledad.*

		Uso excesivo de redes sociales	Niveles de sensación de soledad
Rho de Spearman	Coeficiente de correlación	1,000	,116*
	Sig. (bilateral)	.	,030

Fuente: Elaboracion propia.

Con el fin de determinar la relación entre el uso excesivo de redes sociales y la sensación de soledad en estudiantes universitarios se aplicó la prueba no paramétrica Rho de Spearman. Dichos resultados arrojan un coeficiente de correlación positivo muy débil pero estadísticamente significativo r_s =0,116 y p= 0,030. por lo cual se dice que a medida que aumentan los indicadores de uso excesivo de redes sociales, tienden a incrementarse ligeramente los niveles de sensación de soledad en la población estudiada por lo que se comprobaría una relación directamente proporcional entre las variables de estudio. Se da respuesta al objetivo de estudio al comprobar una correlación directa y estadísticamente significativa entre las variables de estudio.

Se respalda la hipótesis del desplazamiento social, la cual postula que el tiempo el tiempo invertido en interacciones virtuales superficiales pueden sustituir el contacto físico lo cual incrementa el sentimiento de desconexión emocional (Gallego et al., 2024). Así mismo en la investigación de Salas (2022), aporta a la existencia de una asociación entre las variables investigadas. El estudio de Wu et al. (2025), sostienen que su influencia es directa y bidireccional en el tiempo, postulado similar al de Çiçek et al. (2025). No obstante, para Llave y Guarachi (2025), la correlación de nivel bajo indica que el uso excesivo de redes sociales explica solo una pequeña fracción de la varianza ante la sensación de soledad, por lo cual se debería intervenir desde otras variables mediadoras como el apoyo familiar, la autoestima o la ansiedad ante la exposición social.

Conclusiones

A partir de los resultados obtenidos, su análisis y discusión, se concluye que el uso problemático de las redes sociales constituye una situación de interés para la salud mental de los estudiantes de la Universidad Nacional de Chimborazo, debido al predominio de los niveles medios y altos en las dimensiones evaluadas. En particular, el uso excesivo presentó un nivel medio en el 55,4 % de los participantes y un nivel alto en el 31,9 %, mientras que en la dimensión de obsesión

predominó el nivel medio con un 67,8 %. Asimismo, en la dimensión de falta de control personal, el 39,5 % presentó un nivel medio y el 26,3 % un nivel alto. Estos hallazgos evidencian que una proporción considerable de los estudiantes presenta dificultades relacionadas con la regulación del uso de las plataformas digitales, el establecimiento de límites y el control de sus hábitos de conexión, lo que pone de manifiesto la necesidad de promover comportamientos digitales saludables durante la formación universitaria.

Respecto a la sensación de soledad, se identificó que el 54,5 % de los estudiantes presentó niveles altos, seguido del 26,0 % con niveles moderados y únicamente el 19,5 % con niveles bajos. Estos resultados reflejan una situación preocupante dentro del contexto universitario, considerando que esta etapa del desarrollo se caracteriza por el establecimiento de nuevos vínculos interpersonales, la construcción de redes de apoyo y la adaptación a diferentes exigencias académicas y sociales. En este sentido, la disponibilidad de herramientas digitales que facilitan la comunicación no garantiza necesariamente la satisfacción de las necesidades afectivas y emocionales de los estudiantes. Por consiguiente, resulta fundamental fortalecer la calidad de las relaciones interpersonales, el sentido de pertenencia institucional y los espacios de interacción presencial que favorezcan la integración social y el bienestar psicológico.

En cuanto a la relación entre las variables estudiadas, se determinó, mediante el coeficiente de correlación Rho de Spearman, la existencia de una asociación positiva, muy débil y estadísticamente significativa entre el uso excesivo de redes sociales y la sensación de soledad (r_s = 0,116; p = 0,030). Este resultado permitió dar respuesta al objetivo de la investigación, al evidenciar que, conforme aumentan los indicadores de uso excesivo de redes sociales, los niveles de soledad percibida tienden a incrementarse ligeramente. Sin embargo, la reducida magnitud de la correlación indica que el uso excesivo de estas plataformas no constituye el único factor asociado a la sensación de soledad, por lo que se reconoce la posible participación de otros elementos psicológicos, familiares, académicos y sociales. Además, debido al diseño transversal y no experimental del estudio, no es posible establecer relaciones de causalidad entre las variables analizadas.

Los hallazgos obtenidos constituyen un punto de partida para la creación de planes y programas institucionales de promoción y prevención de la salud mental, orientados al uso moderado, consciente y responsable de las redes sociales. Se considera pertinente implementar estrategias psicoeducativas que favorezcan la autorregulación conductual, el desarrollo de habilidades sociales, la comunicación asertiva y el fortalecimiento de las redes de apoyo entre los estudiantes universitarios.

De igual manera, se recomienda fomentar espacios de participación académica, cultural, deportiva y recreativa que contribuyan a disminuir la percepción de aislamiento y favorezcan la integración universitaria. Para futuras investigaciones, se sugiere incorporar diseños longitudinales y variables complementarias, como la autoestima, el apoyo familiar, la ansiedad social y la resiliencia, con la finalidad de alcanzar una comprensión más integral de los factores asociados a la sensación de soledad y generar intervenciones ajustadas a las necesidades de la población universitaria.

Referencias Bibliográficas

Albarracin, A., Lozano, D., & Terán, L. (2024). Propiedades psicométricas de la escala de soledad UCLA en una muestra de adolescentes de Bucaramanga y el área metropolitana. https://investigacion.upb.edu.co/es/publications/bucaramanga-propiedades-psicom%C3%A9tricas-de-la-escala-de-soledad-ucl/

Álvarez, D., Cagua, J., Weisson, J., & Herrera, C. (2025). Uso excesivo de pantallas y su impacto en la salud mental de los estudiantes. Revista Científica Mundo Recursivo, 8(1), 131–150. https://www.mundorecursivo.atlantic.edu.ec/index.php/mundor/article/view/254

Çiçek, I., Ünsal, F., & Korkmaz, Z. (2025). Loneliness and problematic social media use among university students: Exploring the mediating roles of meaning in life and resilience. Psychology, Health & Medicine. https://doi.org/10.1080/13548506.2025.2581894

Escurra, M., & Salas, E. (2014). Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). Liberabit. Revista Peruana de Psicología, 20(1), 73–91. https://www.redalyc.org/pdf/686/68631260007.pdf

Espinoza, C., & Hernández, V. (2024). Percepción de soledad y adicción a las redes sociales en adolescentes. Chakiñan, Revista de Ciencias Sociales y Humanidades, 24, 13–32. https://doi.org/10.37135/chk.002.24.01

Gallego, M., Pasapera, H., Frías, J., Aranda, J., & Palomino, J. (2024). Adicción a redes sociales y soledad en universitarios de la Selva Peruana. Revista Científica Pakamuros, 12(3), 88–100. https://doi.org/10.37787/s03fry48

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. (2014). Metodología de la investigación (6.ª ed.). McGraw-Hill Interamericana Editores. ISBN: 978-1-4562-2396-0. https://books.google.com/books?q=Metodolog%C3%ADa+de+la+investigaci%C3%B3n+Hern%C3%A1ndez+Sampieri+2014

Hernández, C., & Moral, M. (2024). Uso de las redes sociales virtuales, percepción de soledad y habilidades sociales en jóvenes adultos españoles de la generación Z y la generación Y. Acta Colombiana de Psicología, 27(1), 229–245. https://doi.org/10.14718/ACP.2024.27.1.13

Hill, M., King, K., Vidourek, R., Smith, M., & Merianos, A. (2026). Exploration of excessive social media use with loneliness among U.S. college students. Journal of American College Health, 1–9. https://doi.org/10.1080/07448481.2025.2573108

Llave, J., & Guarachi, R. (2025). Adicción a las redes sociales y el sentimiento de soledad en adolescentes de la Unidad Educativa Particular Quillacollo Insparqui, en la gestión 2024. Mérito - Revista de Educación, 7(20), 50–60. https://doi.org/10.37260/merito.i7n20.5

Méndez, J. (2025). La influencia de la soledad en el rendimiento académico en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación, Humanas y Tecnologías de la UNACH [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de Chimborazo]. Repositorio UNACH. https://dspace.unach.edu.ec/

Salas, E., Ipince, C., & Manzanares, E. (2022). Adicción a las redes sociales y soledad en estudiantes universitarios limeños. Informació Psicològica, 123, 2–14. https://dx.medra.org/10.14635/IPSIC.1926

Salguero, F., Hidalgo, S., Martínez, I., Pérez, E., & Zelaya, I. (2026). Sentido de pertenencia y uso problemático del smartphone en estudiantes universitarios: mediación secuencial de la soledad y el fear of missing out. Aloma. Revista de Psicologia, Ciències de l'Educació i de l'Esport, 44(1), 44–54. https://doi.org/10.51698/aloma.2026.44.1.44-54

Valencia, R., Cabero, J., Garay, U., & Fernández, B. (2021). Problemática de estudio e investigación de la adicción a las redes sociales online en jóvenes y adolescentes. Tecnología, Ciencia y

Educación, 18, 99–125. https://www.tecnologia-ciencia-educacion.com/index.php/TCE/article/view/573/343

Valencia, R., Garay, U., & Cabero, J. (2023). Uso problemático de las redes sociales: el caso de estudiantes mexicanos. Alteridad. Revista de Educación, 18(1), 23–33. https://doi.org/10.17163/alt.v18n1.2023.02

Wu, P., Feng, R., & Zhang, J. (2024). The relationship between loneliness and problematic social media usage in Chinese university students: A longitudinal study. BMC Psychology, 12. https://link.springer.com/article/10.1186/s40359-023-01498-4

Zambrano, S. (2025). Uso problemático de las redes sociales y su relación con el malestar mental y los trastornos adictivos. Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Estatal del Sur de Manabí. http://repositorio.unesum.edu.ec/handle/53000/8483

Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Reconocimiento-No Comercial 4.0 Internacional. Copyright © Joselin Isabel Asqui Adriano y Gina Alexandra Pilco Guadalupe.

Declaraciones éticas y editoriales del artículo

Contribución de los autores (Taxonomía CRediT)

Joselin Isabel Asqui Adriano: conceptualización de la investigación, diseño metodológico, desarrollo del proceso investigativo, análisis formal de los datos, redacción del borrador original del manuscrito, revisión crítica del contenido científico y supervisión general del estudio.

Gina Alexandra Pilco Guadalupe: curación y organización de los datos, participación en la recolección de información, validación de los resultados obtenidos y elaboración de representaciones gráficas y visualización de los datos.

Declaración de conflicto de intereses

Los autores declaran que no existe conflicto de intereses en relación con la investigación presentada, la autoría del manuscrito ni la publicación del presente artículo.

Declaración de financiamiento

La presente investigación no recibió financiamiento específico de agencias públicas, comerciales o de organizaciones sin fines de lucro. En caso de existir financiamiento institucional o externo, este deberá ser declarado explícitamente por los autores en esta sección.

Declaración del editor

El editor responsable certifica que el proceso editorial del presente artículo se desarrolló conforme a los principios de integridad científica, transparencia y buenas prácticas editoriales. El manuscrito fue sometido a un proceso de evaluación mediante revisión por pares doble ciego, garantizando la confidencialidad de la identidad de los autores y revisores durante todo el proceso de dictamen académico. Asimismo, el editor declara que el artículo cumple con los criterios científicos, metodológicos y éticos establecidos por la revista.

Declaración de los revisores

Los revisores externos que participaron en la evaluación del presente manuscrito declaran haber realizado el proceso de revisión de manera objetiva, independiente y confidencial. Asimismo, manifiestan que no mantienen conflictos de interés con los autores ni con la investigación evaluada, y que sus observaciones y recomendaciones se fundamentan exclusivamente en criterios científicos, metodológicos y académicos.

Declaración ética de la investigación

Los autores declaran que la investigación se desarrolló respetando los principios éticos de la investigación científica, garantizando la confidencialidad de los datos y el respeto a los participantes del estudio. En los casos en que la investigación involucre seres humanos, los procedimientos deben ajustarse a los principios éticos establecidos en la Declaración de Helsinki y a las normativas institucionales correspondientes.

Declaración sobre el uso de inteligencia artificial

Los autores declaran que el uso de herramientas de inteligencia artificial, en caso de haberse utilizado durante el proceso de investigación o redacción del manuscrito, se realizó únicamente como apoyo técnico para mejorar la claridad del lenguaje o el análisis de información, manteniendo siempre la responsabilidad intelectual sobre el contenido del artículo. Las herramientas de inteligencia artificial no fueron utilizadas como autoras del manuscrito ni sustituyen la responsabilidad académica de los investigadores.

Disponibilidad de datos

Los datos que respaldan los resultados de esta investigación estarán disponibles previa solicitud razonable al autor de correspondencia, respetando las normas éticas y de confidencialidad establecidas por la investigación.