

## Ansiedad y adicción a redes sociales en estudiantes universitarios.

### Anxiety and addiction to social media in university students.

Angélica Vargas Lara <sup>1</sup>

Roberto Carlos Salas Castro <sup>2</sup>

Erik Felipe López Cámara <sup>3</sup>

Carlos Reyes Gutiérrez <sup>4</sup>

Recibido: 22/09/2025

Revisado: 02/12/2025

Aceptado: 06/01/2026

Revista RELEP, Educación y Pedagogía en  
Latinoamérica.

Disponible en:

<https://i cuatroeditores.org/revista/index.php/relep/index>

<https://doi.org/10.46990/relep.2026.1.3.2771>



#### Resumen

En este estudio se analizó la relación entre adicción a redes sociales (ARS) y ansiedad en estudiantes de la Facultad de Administración de la Universidad Veracruzana. Con un enfoque cuantitativo, de alcance correlacional y diseño no experimental-transversal, se evaluó a 250 estudiantes mediante el cuestionario ARSyA2025. Los resultados mostraron una correlación positiva y significativa entre ARS y ansiedad. Se identificaron diferencias en los niveles de ansiedad según género, así como en entorno de convivencia. Los hallazgos resaltan la importancia de promover un uso equilibrado de las plataformas digitales y fortalecer la educación emocional en entornos universitarios.

#### Palabras Clave

Ansiedad, estudiantes universitarios, internet, redes sociales

#### Abstract

This research analyzed the relationship between social media addiction (SMA) and anxiety among students from the Faculty of Administration at Veracruzana University. Using a quantitative approach, with a correlational and non-experimental cross-sectional design, 250 students were assessed through the ARSyA2025 questionnaire. The results showed a positive and significant correlation between SMA and anxiety. Differences were identified in anxiety levels according to gender, as well as social environment. Findings highlight the importance of promoting a balanced use of digital platforms and strengthening emotional education in university settings.

#### Keywords

Anxiety, university students, internet, social media

## Introducción

Como es bien sabido la irrupción del internet y posteriormente de las redes sociales ha marcado en la sociedad una nueva forma de comunicarnos, impactando significativamente nuestras vidas al grado que su uso ya es necesario en casi todos los ámbitos de nuestra sociedad. Sin embargo, el buen uso que puede hacerse de estas redes sociales se ve empañado en muchas ocasiones por el abuso de ellas, factor que puede desencadenar en padecimientos y trastornos que afectan el desempeño de quienes las usan indiscriminadamente (Cabero et al., 2020), generalmente los jóvenes. Este tipo de afectaciones puede llevar, en casos extremos, a la deserción escolar o a padecimientos más complejos como la depresión, ansiedad o conductas violentas. Esta investigación pretende aportar datos de tipo diagnóstico con la intención de brindar elementos a las autoridades universitarias para atender a la comunidad estudiantil con un sentido más humanista. Existen diversos estudios como los de Marici y Runcan (2024) y Nazari et al. (2025), en los cuales se ha encontrado que el abuso del consumo de redes sociales ocasiona en las personas padecimientos tales como ansiedad, sedentarismo, disminución de la interacción social y malestares psicológicos. Como bien se describe a través de los resultados de la investigación, uno de los sectores poblacionales más vulnerables es el de los universitarios, debido a la gran cantidad de tiempo disponible y a la poca supervisión que los padres pueden ejercer en los jóvenes que cursan estudios de licenciatura (Shiraly et al., 2024). Asimismo, al no existir un estudio previo del consumo de redes sociales y sus probables repercusiones a nivel psicológico, en la comunidad estudiantil de la Facultad de Administración de la Universidad Veracruzana, es importante que se conozca cuál es el nivel de interacción de los estudiantes con las redes sociales, para que a partir de ello las autoridades institucionales puedan establecer medidas que permitan diseñar estrategias significativas para tratar de prevenir posibles casos tanto de adicción a internet y redes sociales como de ansiedad; en este sentido el aporte de este estudio puede derivar en otras investigaciones que permitan proporcionar apoyo o en caso de ser necesario, canalizar con expertos en comportamiento humano. Es por ello que en este estudio se enmarcó, por un lado, el propósito de medir el nivel de uso de las redes sociales y, por otro lado, medir los niveles de ansiedad de la comunidad estudiantil de la Facultad de Administración de la Universidad Veracruzana. En este sentido, el objetivo general se centró en identificar si la ARS está asociada con niveles de ansiedad en los estudiantes de licenciatura de la Facultad de Administración de la Universidad Veracruzana.

## Revisión de la Literatura

En principio, es importante entender que la ansiedad es un trastorno a través del cual se experimenta la sensación de preocupación o de alguna circunstancia que asusta. Una pequeña dosis de preocupación y miedo ayuda a las personas a mantenerse a salvo e incluso a protegerse del peligro (UNICEF, s.f.). Por su parte, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2024) informa que el uso problemático de redes sociales entre adolescentes ha crecido de 7% en 2018 a 11% en 2022. Colonio (2023) realizó

una revisión sistemática de estudios realizados en torno a las conductas adictivas a redes sociales en adolescentes latinoamericanos, en esencia señala que la adicción a redes sociales es tan solo una parte de la adicción a internet, a partir de ello destaca elementos como el uso repetitivo, compulsivo y prolongado de aplicaciones virtuales, cuestiones que generan incapacidad de control o interrupción de su consumo. Asimismo, Colonio (2023) identificó en otras investigaciones que la ansiedad puede desencadenarse como parte de la exposición intensiva a redes sociales. Nuñez y Gradilla (2021) abordan la problemática del uso excesivo de redes sociales por parte de estudiantes universitarios mexicanos y cómo este se relaciona con tres dimensiones clave: malestar psicológico (estrés, ansiedad, depresión), autoconcepto académico y social, y funcionamiento familiar. Según las aportaciones de Nuñez y Gradilla (2021), el malestar psicológico es un sufrimiento que se manifiesta por síntomas ansioso-depresivos, y se presenta cuando el estrés rebasa la capacidad del ser humano de afrontarlo individual y socialmente. Vale la pena añadir que no sólo el malestar psicológico surge por el uso desmedido de las redes sociales, también se presenta la adicción, el ciberbullying y la violencia con la pareja. Actualmente, tal y como comentan Kumar et al. (2023), casi dos tercios de la población del mundo utiliza internet de alguna forma, y desde hace algunos años el número de usuarios va en aumento, de la misma forma que aumentan los usuarios de internet también se incrementan los casos de adicción de su uso. De todos los diversos grupos que hacen uso de internet uno de los más vulnerables es el de los estudiantes universitarios, algunas de las razones principales son la gran disponibilidad de tiempo para su uso, la facilidad de acceso, la disponibilidad de material de estudio, la promoción del estudio a través de internet y una limitada supervisión, esta combinación genera como resultado que un número considerable de estudiantes presenten diversos grados de adicción a internet. Cuando los estudiantes universitarios presentan indicios de adicción a internet, puede desencadenar en fracasos académicos, deficiente interacción social, irritabilidad y cuestionable salud física. Asimismo, encontraron que la adicción a internet está asociada con diversos padecimientos psiquiátricos como: dificultad para dormir, tendencias suicidas, depresión, ansiedad y abuso de sustancias nocivas para la salud. De acuerdo con Salari et al. (2025), del total de usuarios de internet, que supera los 3.9 mil millones, un grupo pertenece a la categoría de estudiantes universitarios, que al usar las redes van a presentar tanto efectos positivos como negativos, sin embargo, con soporte en estudios que mencionan en su artículo, revelan que los efectos negativos superan a los positivos. Entre los beneficios se encuentran el fomento al autoaprendizaje, reducción de las barreras de comunicación y aumento en la motivación para el aprendizaje, desafortunadamente las consecuencias negativas empiezan a ser latentes al gestionar de forma inadecuada su uso, convirtiéndose rápidamente en adicción. Los efectos negativos se traducen en la disminución del rendimiento académico, bajo esta perspectiva, afecta negativamente a los estudiantes, causando distracción, reduciendo el nivel de concentración, disminuyendo las interacciones sociales, afectando los ciclos de sueño, aminorando la actividad física y aumentando la ansiedad. Salari et al. (2025) expresan las razones subya-

centes que impulsan a los universitarios a ser más vulnerables a la adicción a redes sociales: nivel de alfabetización en internet, padres con mucho menor control sobre sus hijos y de las actividades en línea, que los universitarios se desenvuelven en horarios más flexibles y con acceso ilimitado a las redes sociales, y por último, la propia naturaleza de los jóvenes, en la que pasar tiempo en línea es muy atractivo por las actividades que se realizan en dichas redes sociales. Se han realizado diversos estudios transversales, a partir de la relación entre el uso de redes sociales y el malestar psicológico, como el de Shiraly et al. (2024) aplicado en estudiantes de Medicina en Irán, quienes reportaron que a mayores niveles de depresión, ansiedad y estrés se presenta mayor tendencia al uso intensivo de redes sociales; en otro estudio, llevado a cabo por Marici y Runcan (2024) en jóvenes adultos de 19 a 23 años, en Suceava, Rumanía, se obtuvo como resultado que, a mayor tiempo invertido en redes sociales, aumentaron la depresión, la ansiedad o el estrés en la población encuestada. En el caso del estudio transversal de Nazari et al. (2025), realizado también en Irán, se evaluó la relación entre la adicción a internet y los síntomas de depresión, ansiedad y estrés en adultos iraníes. En los análisis multivariantes, se observó que un nivel educativo más alto (maestría o doctorado) se asoció con mayores niveles de adicción a internet y el aumento de los síntomas de depresión y ansiedad mostró una asociación con niveles más elevados de adicción a internet. Entre las variables psicológicas, se encontraron correlaciones en: depresión con ansiedad, depresión con estrés y ansiedad con estrés. Igualmente se identificaron diferencias en los niveles de depresión según el estado civil; en ansiedad según el índice de masa corporal (IMC); y en estrés según los ingresos y el IMC. De acuerdo con estas investigaciones revisadas, la adicción a internet está vinculada con mayores niveles de depresión, ansiedad y estrés en las poblaciones estudiadas, así como por características demográficas como educación, ingresos, estado civil e IMC. Badr et al. (2024) señalan que, para los estudiantes universitarios, el uso de redes sociales puede contribuir al rendimiento académico al facilitar el acceso a información y fomentar la comunicación y el aprendizaje colaborativo. No obstante, al tratarse de un estudio realizado en Arabia Saudita, sus resultados deben interpretarse con cautela, pues pueden variar según el contexto. Los autores proponen desarrollar estrategias que orienten el uso de redes sociales con fines educativos, involucrando a docentes, autoridades y familias. En este sentido, las redes sociales no deben considerarse opuestas a la educación, sino herramientas que, bien empleadas, pueden potenciar el aprendizaje y la participación en el ámbito universitario. Asimismo, Touloupis y Campbell (2024) realizaron un estudio en Grecia que mostró que el uso problemático de redes sociales se asocia con procrastinación académica en estudiantes universitarios, aunque en menor grado que en niveles educativos previos. Los autores señalaron que los estudiantes con baja participación académica, tanto emocional como cognitiva, son más propensos a buscar distracción en las redes sociales. En este sentido, el estudio resalta la relación entre el uso excesivo de redes y factores emocionales, los cuales pueden influir en conductas de evasión o desinterés académico. En México, Nuñez y Gradilla (2021) presentaron hallazgos de correlaciones estadísticamente significativas y positivas entre

el uso problemático de redes sociales virtuales y el malestar psicológico en estudiantes universitarios; y por parte de González et al. (2021), estudiaron adicción a redes sociales en adolescentes de nivel medio superior.

## **Metodología**

El presente estudio es de alcance correlacional, dado que el propósito es identificar y analizar la relación existente entre adicción a redes sociales (ARS) y ansiedad. Asimismo, el estudio adopta un enfoque cuantitativo, ya que se recopilaron y analizaron datos numéricos a través de un instrumento estandarizado, lo que facilita la medición objetiva de las variables. Este enfoque posibilita aplicar procedimientos estadísticos que permiten comprobar hipótesis y obtener conclusiones basadas en la evidencia empírica. La elección de este enfoque se justifica porque proporciona rigor, replicabilidad y la posibilidad de generalizar los resultados a una población determinada. Además, cuenta con un diseño no experimental–transversal, el cual se justifica en función de que las variables se observan tal como ocurren en su entorno natural, sin manipulación deliberada y la recolección de datos se realiza en un único momento temporal.

Para ello, se formularon las siguientes hipótesis:

Hi. La adicción a redes sociales está asociada con niveles de ansiedad en los estudiantes de licenciatura de la Facultad de Administración, Universidad Veracruzana.

Ho. La adicción a redes sociales no está asociada con niveles de ansiedad en los estudiantes de licenciatura de la Facultad de Administración, Universidad Veracruzana.

Esta investigación se enfoca en estudiantes de las diferentes licenciaturas de la Facultad de Administración de la Universidad Veracruzana, Región Veracruz. Cuenta con una población de 1,903 del total de la matrícula distribuidos en Administración 778, Administración Turística 521, Logística Internacional y Aduanas 318, Tecnologías de Información en las Organizaciones 143, Ingeniería en Sistemas y Tecnologías de la Información 141. Se realizó un muestreo no probabilístico en estudiantes de las licenciaturas descritas que se encuentran inscritos en el periodo agosto 2025 – enero 2026, la muestra fue de 250 participantes voluntarios. La técnica de recolección de datos fue una encuesta, para ello se adaptó un instrumento aplicado a través de un cuestionario denominado ARSyA2025 (Adicción a Redes Sociales y Ansiedad) integrado por 37 ítems, que consta de tres secciones organizadas por, 1) Datos demográficos: 6 ítems; 2) Adicción a redes sociales: 24 ítems con escala tipo Likert de cinco puntos que va desde Nunca hasta Siempre; y 3) Nivel de ansiedad: 7 ítems con escala tipo Likert de cuatro puntos que va desde No me ha ocurrido (0) hasta Me ha ocurrido mucho o la mayor parte del tiempo (3). Donde, la segunda sección se tomó del instrumento validado de la Escala de Adicción a Redes Sociales (ARS) (Escrura & Salas, 2014), retomado por González et al. (2021) y Rosero et al. (2022). Así como la sección tres que se obtuvo del

instrumento validado Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21) de Lovibond y Lovibond (1995) y analizado por Salinas et al. (2024), del cual se consideraron únicamente los ítems enfocados en conocer el nivel de ansiedad. Por un lado, desde la definición de Lovibond y Lovibond (1995) acerca de ansiedad, destaca que ocurre principalmente a través de manifestaciones corporales como la agitación, las crisis de pánico, la rigidez muscular y reacciones de temor intenso (como temblores o pérdida del conocimiento). Por tal razón, el presente estudio refleja el nivel de ansiedad experimentado por los estudiantes, considerando síntomas como preocupación, nerviosismo o malestar emocional. Por otro lado, Ecurra y Salas (2014) describen ARS como un patrón de conducta recurrente que posee las mismas características que cualquier dependencia convencional. Su rasgo distintivo principal es que se manifiesta a través de un comportamiento compulsivo en lugar del consumo de químicos. En cuanto a la presente investigación, los puntajes obtenidos indican el grado de ARS, asociado a aspectos como uso compulsivo, pérdida de control y dependencia. El cuestionario ARSyA2025 se aplicó inicialmente como prueba piloto a una muestra de 57 estudiantes, del que se obtuvo una consistencia de 0.95 mediante el Alfa de Cronbach en la segunda sección, y de 0.86 en la tercera sección del cuestionario. Al identificar consistencia suficiente en los ítems correspondientes del instrumento se procedió a la aplicación final de la encuesta a una muestra significativa de la población estudiantil (252 participantes de un universo de casi dos mil estudiantes) de la Facultad de Administración, de los cuales solo se consideraron 250 ya que dos se descartaron por no haber concluido por completo el cuestionario. En la aplicación de la versión final del cuestionario se obtuvo un Alfa de Cronbach de 0.936 en la segunda sección (ARS) y 0.868 en la tercera sección (ansiedad), esto indica una consistencia interna más que aceptable (véase Tabla 2.1).

**Tabla 2.1**  
Estadísticas de fiabilidad del instrumento

Variable	Alfa de Cronbach	N de elementos
ARS*	0.936	21
Ansiedad	0.868	7

\*Adicción a Redes Sociales

Fuente: Elaboración propia con base en SPSS v27.

## Resultados

A partir de la información demográfica de los encuestados se puede describir lo siguiente, 85.2% estudiantes corresponden al rango de edad de 18 a 25 años, 13.2% mencionaron ser menores de 18 años, 1.6% estudiantes reportaron pertenecer al rango de 26 a 29 años, y .064% dijeron ser de 30 o más años. La distribución por género fue de 63% mujeres y 37% hombres. Las licenciaturas a las que pertenecen los estudiantes son; Administración: 28%, Administración Turística: 37.6%, Tecnologías de la Información en

las Organizaciones: 24%, Logística Internacional y Aduanas: 8.8%, e Ingeniería en Sistemas y Tecnologías de la Información: 1.6%. Por otro lado, se puede observar que la mayor parte de los estudiantes encuestados viven con su familia (75%), mientras que 12% viven con compañeros(as)/amigos(as) y 13% respondieron que viven solos(as). Prueba de normalidad: Previo a la aplicación de los análisis inferenciales, se evaluó el supuesto de normalidad de la variable Ansiedad mediante las pruebas de Kolmogorov-Smirnov y Shapiro-Wilk. Los resultados mostraron valores de  $p < .001$  tanto para el género femenino como para el masculino, lo que indica que la distribución de los datos no se ajusta al modelo normal. De manera similar, las pruebas realizadas sobre la variable adicción a redes sociales (ARS) evidenciaron desviaciones significativas respecto a la normalidad ( $p < .05$ ) (véase Tabla 2.2).

**Tabla 2.2**  
Prueba de normalidad a través de Kolmogorov-Smirnov y Shapiro-Wilk

Variable	Género	Kolmogorov-Smirnov <sup>b</sup>			Shapiro-Wilk		
		Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Ansiedad	Femenino	.165	156	.000	.914	156	.000
	Masculino	.146	93	.000	.906	93	.000

- a. Ansiedad es constante cuando Género = Otra identidad de género. Se ha omitido.  
b. Corrección de significación de Lilliefors.

*Fuente: Elaboración propia con base en SPSS v27.*

Prueba de Correlación de Spearman: La prueba de correlación de Spearman evidenció una asociación positiva y significativa entre la ARS y la ansiedad ( $Rho = .245$ ,  $p < .001$ ,  $N = 250$ ). Esto indica que, en promedio, a medida que aumentan los niveles de ARS, también tienden a incrementarse los niveles de ansiedad. No obstante, la magnitud del coeficiente sugiere que la relación es débil, aunque estadísticamente significativa (véase Tabla 2.3).

**Tabla 2.3**  
Correlación de Spearman entre ARS y Ansiedad

Variables	Rho de Spearman	Sig. (bilateral)	N 250
ARS ↔ Ansiedad	.245	<.001	250

Nota: Rho = coeficiente de correlación de Spearman.  $p < .01$ , diferencia significativa (bilateral).

*Fuente: Elaboración propia con base en SPSS v27.*

Prueba de t de Student: Con fines exploratorios, se aplicó la prueba t de Student para muestras independientes a fin de comparar los niveles de ansiedad entre mujeres y hombres. El resultado mostró diferencias estadísticamente significativas,  $t(247) = 2.47$ ,  $p = .014$ , lo que sugiere que, en promedio, las mujeres obtuvieron puntajes más altos de ansiedad que los hombres (diferencia media = 1.54). Este resultado debe interpretarse con precaución, dado que no se cumple el supuesto de normalidad. Por tal motivo, el análisis principal se realizó mediante la prueba U de Mann-Whitney, cuyos resultados confirmaron una diferencia significativa ( $U = 6022.50$ ,  $Z = -2.25$ ,  $p = .025$ ), con rangos promedio mayores en las mujeres ( $R_m = 132.89$ ) en comparación con los hombres ( $R_m = 111.76$ ) (véase Tabla 2.4).

**Tabla 2.4**  
Prueba t de muestras independientes

		Prueba de Levene de igualdad de varianzas		prueba t para la igualdad de medias						
		F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
Ansiedad									Inferior	Superior
	Se asumen varianzas iguales	5.568	.019	2.468	247	.014	1.54218	.62478	.31160	2.77276
	No se asumen varianzas iguales			2.590	222.399	.010	1.54218	.59537	.36889	2.71548

Fuente: Elaboración propia con base en SPSS v27.

Sin embargo, dado que las pruebas de normalidad (Kolmogorov-Smirnov y Shapiro-Wilk) evidenciaron que los datos no siguen una distribución normal ( $p < .001$ ), la prueba t se considera únicamente complementaria y no concluyente. En consecuencia, se optó por emplear pruebas no paramétricas para el análisis de relaciones y diferencias, específicamente la correlación de Spearman, la prueba U de Mann-Whitney y la prueba de Kruskal-Wallis, dado que estas no requieren supuestos de distribución normal. Prueba de U de Mann-Whitney: Dado que la variable de ansiedad no presentó una distribución normal (Shapiro-Wilk,  $p < .001$ ), se aplicó la prueba U de Mann-Whitney para comparar los niveles de ansiedad según el género. Los resultados evidencian una diferencia estadísticamente significativa entre mujeres y hombres ( $U = 6022.50$ ,  $Z = -2.25$ ,  $p = .025$ ), observándose rangos promedio más altos en el grupo femenino ( $R_m = 132.89$ ) en comparación con el masculino ( $R_m = 111.76$ ) (véase Tabla 2.6). En consecuencia, la población femenina suele mostrar mayor vulnerabilidad ante factores emocionales y de estrés en contextos de interacción digital.

**Tabla 2.5**  
Prueba U de Mann-Whitney

Variable	Género	N	Rango promedio	Suma de rangos
Ansiedad	Femenino	156	132.89	20731.50
	Masculino	93	111.76	10393.50
	Total	249		

Fuente: Elaboración propia con base en SPSS v27.

**Tabla 2.6**  
Estadísticos de pruebaa U de Mann-Whitney

Estadístico	Ansiedad
U de Mann-Whitney	6022.500
W de Wilcoxon	10393.500
Z	-2.248
Sig. asin. (bilateral)	.025

a. Variable de agrupación: Género

Nota: Prueba U de Mann–Whitney aplicada a los puntajes totales de Ansiedad según el género. Nivel de significancia = .05.

Fuente: Elaboración propia con base en SPSS v27.

Prueba de Kruskal-Wallis: La prueba de Kruskal–Wallis permitió examinar si existen diferencias significativas en los niveles de ansiedad de los estudiantes dependiendo con quién viven. Los resultados mostraron diferencias estadísticamente significativas,  $H(2) = 10.79$ ,  $p = .005$ , lo que indica que al menos uno de los grupos difiere de los demás en cuanto a sus niveles de ansiedad. Al analizar los rangos promedio, se observa que los estudiantes que viven con su familia presentan el valor más alto ( $R_m = 134.08$ ), seguidos de quienes viven con compañeros(as) o amigos(as) ( $R_m = 101.63$ ) y de quienes viven solos(as) ( $R_m = 97.22$ ). Esto sugiere que los estudiantes que viven con su familia reportan mayores niveles de ansiedad, mientras que quienes viven solos muestran niveles más bajos. Estos resultados indican que el contexto de convivencia podría influir en la manifestación de la ansiedad. Vivir con familiares puede implicar una mayor carga de expectativas o tensiones domésticas, mientras que la autonomía o el aislamiento relativo de vivir solo podría relacionarse con una menor exposición a factores estresantes cotidianos.

**Tabla 2.7**

Prueba de Kruskal-Wallis según con quién viven

	Con quién viven	N	Rango promedio
Ansiedad	Sí, vivo solo o sola	30	97.22
	No, vivo con familia	188	134.08
	No, vivo con otros(as) compañeros(as)/amigos(as)	32	101.63
	Total	250	

Fuente: Elaboración propia con base en SPSS v27.

**Tabla 2.8**

Estadísticos de prueba a, b

Ansiedad	
H de Kruskal-Wallis	10.794
gl	2
Sig. asin.	.005

a. Prueba de Kruskal Wallis

b. Variable de agrupación: Con quién viven

Fuente: Elaboración propia con base en SPSS v27.

Con el propósito de analizar si existían diferencias significativas en los niveles de ansiedad entre las licenciaturas, se aplicó la prueba de Kruskal-Wallis. Los resultados mostraron que no existen diferencias estadísticamente significativas entre los grupos,  $H(4) = 0.654$ ,  $p = 0.957$ . Los rangos promedio fueron similares entre las licenciaturas: Administración Turística ( $R_m = 128.57$ ), Logística Internacional y Aduanas ( $R_m = 132.34$ ), Administración ( $R_m = 122.48$ ), Tecnologías de la Información en las Organizaciones ( $R_m = 122.13$ ) e Ingeniería en Sistemas y Tecnologías de la Información ( $R_m = 119.13$ ). En consecuencia, los niveles de ansiedad reportados por los estudiantes no difieren significativamente según el programa académico cursado.

**Tabla 2.9**

Prueba de Kruskal-Wallis según la licenciatura que estudian

	Licenciatura	N	Rango promedio
Ansiedad	Administración Turística	94	128.57
	Administración	70	122.48
	Logística Internacional y Aduanas	22	132.34
	Tecnologías de Información de las Organizaciones	60	122.13
	Ingeniería en Sistemas y Tecnologías de la Información	4	119.13
	Total	250	

Fuente: elaboración propia con base en SPSS v27.

**Tabla 2.10**  
Estadísticos de prueba a, b

Estadístico	Ansiedad
H de Kruskal-Wallis	.654
gl	4
Sig. asin.	.957

a. Prueba de Kruskal Wallis

b. Variable de agrupación: Licenciatura

Fuente: *elaboración propia con base en SPSS v27.*

Con base en los resultados obtenidos, se acepta la  $H_1$ , dado que la adicción a redes sociales está asociada con niveles de ansiedad en los estudiantes de licenciatura de la Facultad de Administración, Universidad Veracruzana, sin importar el género, con quién viven y las licenciaturas que cursan.

### Discusión

Los resultados de esta investigación confirman parcialmente los planteamientos teóricos revisados sobre el impacto psicológico del uso intensivo de redes sociales. Tal como se expuso en la introducción, existía un vacío de conocimiento respecto a cómo la adicción a redes sociales (ARS) se relaciona con la ansiedad en la comunidad estudiantil de la Facultad de Administración de la Universidad Veracruzana. Los hallazgos empíricos permiten llenar en parte ese vacío al demostrar una asociación positiva y significativa entre ambas variables ( $\rho = .245$ ,  $p < .001$ ). Aunque la correlación es débil, coincide con la tendencia observada en estudios internacionales que reportan efectos emocionales derivados del uso problemático de redes (Marici & Runcan, 2024; Nazari et al., 2025). En consonancia con estos autores, los datos obtenidos sugieren que el incremento de la exposición digital podría amplificar síntomas de ansiedad, confirmando que las redes sociales no solo funcionan como medio de interacción, sino también como potencial fuente de malestar psicológico. La revisión de la literatura subrayaba que los jóvenes universitarios constituyen un grupo vulnerable por su autonomía, alta conectividad y limitada supervisión parental (Kumar et al., 2023; Salari et al., 2025). Los resultados actuales apoyan esa afirmación: la mayoría de los participantes se encuentra en el rango de 18 a 25 años y muestra niveles de ansiedad que varían según factores de convivencia y género. En particular, las mujeres presentaron puntajes significativamente más altos de ansiedad. Asimismo, la prueba de Kruskal–Wallis reveló que los estudiantes que viven con su familia reportan mayor ansiedad que quienes viven solos o con compañeros/as, lo que coincide con lo planteado por Colonio (2023) sobre la influencia del entorno social en la respuesta emocional. En contraste, la ausencia de diferencias significativas entre licenciaturas sugiere que la ansiedad asociada a la ARS trasciende los perfiles académicos y se presenta como un fenómeno común a la población

universitaria. Desde el punto de vista teórico, estos resultados refuerzan el modelo de Ecurra y Salas (2014), que conceptualiza la adicción a redes como un patrón de uso compulsivo con consecuencias psicológicas adversas, y dialogan con la perspectiva de la OMS (2024), que advierte sobre el aumento global del uso problemático de plataformas digitales. En el plano práctico, el estudio aporta evidencia útil para el diseño de estrategias institucionales orientadas a la prevención y atención del malestar emocional vinculado al consumo digital, especialmente en mujeres y en estudiantes que conviven con sus familias. Las universidades podrían aprovechar estos hallazgos para desarrollar programas de alfabetización digital emocional, promover la autorregulación tecnológica y fomentar hábitos saludables de conexión y desconexión.

## Conclusiones

El estudio permitió identificar la relación existente entre la adicción a redes sociales (ARS) y la ansiedad en una muestra de estudiantes de la Facultad de Administración. La población encuestada se concentra predominantemente en jóvenes de entre 18 y 25 años, con una mayor participación del género femenino (63%) y la mayoría vive con su familia (75%). Estos datos proporcionan un contexto que ayuda a comprender los patrones de interacción digital y las condiciones personales de los participantes. Los análisis inferenciales, basados en pruebas no paramétricas (Kolmogorov-Smirnov y Shapiro-Wilk,  $p < .001$ ), mostraron resultados relevantes. La correlación de Spearman evidenció una relación positiva y significativa entre la ARS y la ansiedad ( $\rho = .245$ ,  $p < .001$ ), lo cual indica que, a medida que aumenta el uso problemático de redes sociales, también tienden a elevarse los niveles de ansiedad. No obstante, la magnitud del coeficiente sugiere que la relación, aunque significativa, es débil, lo que podría implicar la influencia de otras variables mediadoras o contextuales. Al comparar los niveles de ansiedad por género, los resultados de la prueba U de Mann-Whitney confirmaron diferencias estadísticamente significativas ( $U = 6022.50$ ,  $p = .025$ ), con valores más altos en mujeres ( $R_m = 132.89$ ) que en hombres ( $R_m = 111.76$ ). Por otro lado, la prueba de Kruskal-Wallis mostró diferencias significativas en los niveles de ansiedad según con quién viven ( $H = 10.79$ ,  $p = .005$ ). Los estudiantes que viven con su familia reportaron niveles más altos de ansiedad que aquellos que viven solos o con compañeros/as, lo que sugiere que el entorno de convivencia puede actuar como factor modulador del estrés. En contraste, al aplicar la misma prueba por licenciatura, no se encontraron diferencias significativas ( $H = 0.654$ ,  $p = 0.957$ ), lo que indica que la ansiedad se distribuye de forma homogénea entre las distintas licenciaturas. En conjunto, los resultados permiten concluir que la ARS está asociada con la ansiedad, y que esta última se ve influida por factores personales y de contexto, como el género y la convivencia familiar. Aunque la relación entre ARS y ansiedad es débil, los hallazgos resaltan la importancia de promover un uso equilibrado de

las plataformas digitales y fortalecer la educación emocional en entornos universitarios. Entre las limitaciones del estudio se encuentra el carácter transversal del diseño, que impide establecer causalidad, y la restricción muestral a una sola Facultad, lo que limita la generalización de los resultados. Asimismo, el uso de autoinformes puede introducir sesgos de percepción. Para futuras investigaciones se recomienda ampliar la muestra a diferentes Facultades, otras regiones; considerando otras licenciaturas, incorporar enfoques longitudinales y explorar variables mediadoras como autoestima, regulación emocional, o apoyo social percibido. Estas líneas permitirán profundizar en la comprensión del vínculo entre uso de redes sociales y bienestar psicológico en jóvenes universitarios.

## Referencias

- Badr, A. M. M., Al-Abdi, B. S., Rfeqallah, M., Kasim, R., & Ali, F. A. M. (2024). Information quality and students' academic performance: the mediating roles of perceived usefulness, entertainment and social media usage. *Smart Learning Environments*, 11(1), 1–20. <https://doi.org/10.1186/s40561-024-00329-2>
- Cabero, J., Pérez, J. L., & Valencia, R. (2020). Escala para medir la adicción de estudiantes a las redes sociales. *Convergencia Revista de Ciencias Sociales*, 27, e11834. <https://doi.org/10.29101/crcs.v27i83.11834>
- Colonio Caro, J. D. (2023). Revisión sistemática sobre la adicción a las redes sociales en adolescentes latinoamericanos entre el 2020-2022. *Propósitos y Representaciones*, 11(2), e1759. <https://doi.org/10.20511/pyr2023.v11n2.1759>
- González, K. E., Corominas, R., & Silva, C. (2021). Valoración psicométrica del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) en adolescentes mexicanos. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 8(3), 26-34. <https://doi.org/10.21134/rpcna.2021.08.3.3>
- 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. <http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v20n1/a07v20n1.pdf>
- Kumar, K., Goel, K., & Mehra, A. (2024). Internet addiction and its association with demographic variables, depression, anxiety, and psychological well-being in college students. *Annals of Neurosciences*, 31(1), 21-27. <https://doi.org/10.1177/09727531231171979>
- Lovibond, S. H.; & Lovibond, P. F. (1995). *Manual para las escalas de depresión, ansiedad y estrés* (2.ª ed.). Fundación de Psicología.
- Marici, M., & Runcan, R. (2024). Between Likes and Anxiety: Understanding Instagram Addiction's Role in Appearance Concerns. *International Journal of Social and Educational Innovation*, 11(21), 232-251. doi:10.5281/zenodo.13924101
- Nazari, A., Hosseinnia, M., Heydari, H., & Garmaroudi, G. (2025). Depression, anxiety, and stress associated with Internet addiction in Iranian general population: A cross-sectional study. *Journal of Education and Health Promotion*, 14(1), 1-9. [https://doi.org/10.4103/jehp.jehp\\_1766\\_23](https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_1766_23)

- Núñez, S. M., & Gradilla, J. D. (2021). Uso problemático de redes sociales virtuales en estudiantes universitarios: sus relaciones con el malestar psicológico, el autoconcepto académico y social, y el funcionamiento familiar [Ponencia]. XVI Congreso Nacional de Investigación Educativa: Memoria Electrónica. <https://www.comie.org.mx/congreso/memoriaelectronica/v16/doc/2153.pdf>
- OMS. (25 de septiembre de 2024). Adolescentes, pantallas y salud mental: Un nuevo informe de la OMS indica la necesidad de hábitos más saludables en línea entre los adolescentes. <https://www.who.int/europe/news/item/25-09-2024-teens--screens-and-mental-health>
- Rosero, A. D., Eraso, J. S., Villalobos, F. H., & Herrera, H. M. (2022). Validación del Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) en una muestra de adolescentes colombianos. *Informes Psicológicos*, 22(2), 29-45. <https://doi.org/10.18566/infpsic.v22n2a02>
- Salari, N., Zarei, H., Rasoulpoor, S., Ghasemi, H., Hosseini-Far, A., & Mohammadi, M. (2025). The impact of social networking addiction on the academic achievement of university students globally: A meta-analysis. *Public Health in Practice*, 9, 100584. <https://doi.org/10.1016/j.puhip.2025.101505>
- Salinas, J., Livia, J. H., Campos, Y., Argüelles, V. G., Contreras, G., & Mota, Ma. de L. (2024). Características psicométricas de la Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21) en estudiantes universitarios. *Investigación en Educación Médica*, 13(50), 68-78. <https://doi.org/10.22201/fm.20075057e.2024.50.23549>
- Shiraly, R., Roshanfekr, A., Asadollahi, A., & Griffiths, M. (2024). Psychological distress, social media use, and academic performance of medical students: the mediating role of coping style. *BMC Medical Education*, 24(1), 1 - 11. <https://doi.org/10.1186/s12909-024-05988-w>
- Touloupis, T., & Campbell, M. (2024). The role of academic context-related factors and problematic social media use in academic procrastination: A cross-sectional study of students in elementary, secondary, and tertiary education. *Social Psychology of Education*, 27(1), 175-214. <https://doi.org/10.1007/s11218-023-09817-8>
- UNICEF. (s.f.). ¿Qué es la ansiedad? <https://www.unicef.org/parenting/es/salud-mental/que-es-ansiedad#que-es>

### Sobre los autores:

<sup>1</sup> Profesora investigadora en la Universidad Veracruzana, México. ORCID: 0009-0009-9474-4273

<sup>2</sup> Profesor investigador en la Universidad Veracruzana, México. ORCID: 0000-0002-7117-4345

<sup>3</sup> Profesor investigador en la Universidad Veracruzana, México. ORCID: 0009-0007-9104-7881

<sup>4</sup> Profesor investigador en la Universidad Veracruzana, México. ORCID: 0009-0002-0940-3095