



Adicción a las redes sociales y salud mental en estudiantes de medicina en Perú

Social media addiction and mental health in medical students in Peru

Dependência de mídia social e saúde mental em estudantes de medicina no Peru

ARTÍCULO ORIGINAL



Escanea en tu dispositivo móvil
o revisa este artículo en:

<https://doi.org/10.33996/revistavive.v7i20.315>

Axel Oved Vera Muñoz 

averam21_1@unc.edu.pe

Dayanna Mariafé Vigo Terán 

dvigot21_1@unc.edu.pe

Edwin Pajares Huaripata 

epajares@unc.edu.pe

Enzo Renatto Bazualdo Fiorini 

ebazualdof@unc.edu.pe

Melquiades Tito Urquiaga 

durquiaga@unc.edu.pe

Universidad Nacional de Cajamarca. Cajamarca, Perú

Artículo recibido 13 de marzo 2024 / Aceptado 22 de abril 2024 / Publicado 10 de mayo 2024

RESUMEN

Las redes sociales, al influir en las interacciones diarias y en la gestión de la información, emergen como un factor determinante en la estabilidad psíquica y afectiva de los individuos. **Objetivo:** Determinar la relación de la adicción a las redes sociales en la salud mental de los estudiantes de medicina humana en una universidad peruana. **Material y métodos:** Estudio cuantitativo, correlacional, transversal y analítico en el que colaboraron 172 educandos, 82 féminas y 90 varones. Se aplicó el cuestionario Adicción a las Redes Sociales diseñado por Escurra y Salas el cual constó de 24 preguntas evaluadas mediante escala de Likert, el mismo fue validado con un Alfa de Cronbach de 0.94. Además, se utilizó el Cuestionario DASS-21 el cual consta de 21 ítems, subdividido en 3 subescalas: depresión, ansiedad y estrés y ha sido validado con un Alfa de Cronbach de 0.96. **Resultados:** 46.3% de los educandos presentó adicción en nivel medio y alto a las redes sociales. Se halló una correlación significativa entre la ansiedad, el estrés y la adicción a las redes sociales, aunque no se encontró una conexión relevante entre esta última y la depresión. **Conclusión:** La adicción a las redes sociales impacta negativamente en la salud mental de los educandos, generando niveles elevados de ansiedad y estrés.

Palabras clave: Adicción a la Tecnología; Red Social; Estrés; Ansiedad; Depresión

ABSTRACT

Social networks, by influencing daily interactions and information management, emerge as a determining factor in the psychic and affective stability of individuals. **Objective:** To determine the relationship of social media addiction in the mental health of human medicine students at a Peruvian university. **Material and methods:** Quantitative, correlational, cross-sectional and analytical study in which 172 students, 82 females and 90 males, collaborated. The questionnaire Addition to Social Networks designed by Escurra and Salas was applied which consisted of 24 questions evaluated by Likert scale, it was validated with a Cronbach's Alpha of 0.94. In addition, the DASS-21 Questionnaire was used, which consists of 21 items, subdivided into 3 subscales: depression, anxiety and stress and has been validated with a Cronbach's Alpha of 0.96. **Results:** 46.3% of the students presented addiction at medium and high level to social networks. A significant correlation was found between anxiety, stress and social media addiction, although no relevant connection was found between the latter and depression. **Conclusion:** Addiction to social networks negatively impacts on the mental health of students, generating high levels of anxiety and stress.

Key words: Addiction to Technology; Social Network; Stress; Anxiety; Depression

RESUMO

As redes sociais, influenciando as interações diárias e a gestão da informação, emergem como um fator determinante na estabilidade psíquica e afetiva dos indivíduos. **Objetivo:** Determinar a relação do vício em redes sociais na saúde mental de estudantes de medicina humana em uma Universidade peruana. **Material e métodos:** estudo quantitativo, correlacional, transversal e analítico no qual colaboraram 172 educandos, 82 mulheres e 90 homens. Aplicou-se o questionário adenda às Redes sociais desenhado por escurra e Salas o qual consistiu de 24 perguntas avaliadas mediante escala de Likert, o mesmo foi validado com um Alfa de Cronbach de 0,94. Além disso, utilizou-se o questionário DASS-21 que consta de 21 itens, subdividido em 3 subescalas: depressão, ansiedade e estresse e foi validado com um Alfa de Cronbach de 0,96. **Resultados:** 46,3% dos educandos apresentaram dependência em nível médio e alto às redes sociais. Foi encontrada uma correlação significativa entre a ansiedade, o estresse e o vício em redes sociais, embora não tenha sido encontrada uma conexão relevante entre esta última e a depressão. **Conclusão:** o vício em redes sociais impacta negativamente na saúde mental dos educandos, gerando níveis elevados de ansiedade e estresse.

Palavras-chave: Vício em Tecnologia; Rede Social; Estresse; Ansiedade; Depressão

INTRODUCCIÓN

En la era digital actual, la popularidad creciente de las redes sociales (RRSS) ha revolucionado la forma en como las personas se comunican, comparten y acceden a abundante información. Estas plataformas han llegado a ser indispensables en el día a día, con un número significativo de usuarios a nivel mundial. Según estadísticas recientes, aproximadamente el 40 % de la población mundial estaba activa en RRSS hacia finales del 2019, lo que representa una cantidad considerable de individuos que hacen uso regular de estas plataformas (1).

Por otro lado, la salud mental (SM) es un componente crucial para el bienestar humano, que abarca tanto la estabilidad afectiva como la capacidad para afrontar el estrés diario y desarrollar el potencial personal en un entorno sociocultural. Sin embargo, las estadísticas mundiales muestran que los trastornos de SM, como la depresión y la ansiedad, son problemas importantes que impactan a una proporción significativa de la población (2). Por ejemplo, para el año 2017, la depresión tenía una prevalencia que variaba desde un 3 % en la nación nipona, hasta un 16,9 % en los Estados Unidos de América (3), mientras que la ansiedad afectaba alrededor de un 4 % de la población global, equivalente a aproximadamente 301 millones de individuos (4). No obstante, no se disponen de datos oficiales que vinculen estos trastornos con la adicción a RRSS en particular.

A pesar de estos datos alarmantes sobre la SM, aún existe un vacío con respecto a la relación específica entre la adicción a las RRSS y los trastornos mentales como la ansiedad, la depresión y el estrés. No obstante, diversos estudios internacionales realizados en países como Chile (5), Turquía (6,7), Nepal (8), Corea (9), Japón (10), India (11,12), Indonesia (13), Estados Unidos (14) y Colombia (15) entre los años 2014 y 2021 muestran una preocupante frecuencia de la dependencia a las redes sociales, con tasas variables pero significativas.

Es así que, se ha notado una relación directa entre la dependencia digital y los síntomas depresivos, siendo más marcada esta relación a medida que la adicción aumenta. Aunque se observa una inclinación hacia una mayor susceptibilidad en el género masculino, también se han identificado situaciones en las cuales las féminas muestran indicadores de depresión más notables. Además, se destaca el impacto adverso de las RRSS, con investigaciones que sugieren que su utilización excesiva puede ejercer una influencia importante en el desarrollo de la depresión y la ansiedad. Esto resalta la importancia de intervenciones tempranas y culturalmente sensibles para abordar estos problemas a nivel global.

En la nación peruana, también se han realizado investigaciones que sugieren una relación entre la dependencia a las RRSS y los síntomas depresivos en educandos universitarios peruanos (16,17). Por ejemplo, el estudio de Huanca Baez (18),

reveló que los jóvenes con dependencia de las redes sociales mostraron síntomas del trastorno de ansiedad, observación una relación entre el uso de redes sociales y este trastorno en los adolescentes, encontrando que aquellos con mayor cantidad de horas conectados a las redes sociales tenían una puntuación más alta de ansiedad. Además, estudios previos han hallado una prevalencia significativa de dependencia a las redes sociales y una asociación entre esta adicción y síntomas depresivos en educandos de medicina (19, 20). Sin embargo, los datos específicos sobre la dependencia a RRSS y su relación con la depresión, ansiedad y estrés son aún limitados en el contexto peruano.

Ante esta brecha de conocimiento, surge la necesidad de abordar la relación entre la adicción a RRSS y los trastornos de salud mental en estudiantes universitarios peruanos, surgiendo así la interrogante ¿Cómo afecta la adicción a las redes sociales a la salud mental de los estudiantes universitarios peruanos?, lo cual condujo a establecer como objetivo principal determinar la relación entre la adicción a RRSS en la SM de los estudiantes de medicina humana en una universidad peruana. Además, se busca identificar la prevalencia de estos síntomas y evaluar otros factores que podrían influir en esta adicción y la SM en este grupo estudiantil.

En este contexto, la elección de estudiantes de medicina humana como sujetos de estudio cobra especial relevancia. Estos educandos, por la naturaleza de su formación y futura práctica

profesional enfrentan desafíos que podrían influir significativamente en su relación con las redes sociales y su salud mental. Situaciones como la constante necesidad de actualización académica, la presión por mantener un alto rendimiento y la carga emocional inherente a su futura labor médica hacen de este grupo un punto focal para comprender como la adicción a las redes sociales afecta su bienestar psicológico. Así, este enfoque específico no solo proporcionará información valiosa sobre la relación entre la adicción a las RRSS y la salud mental, sino que también permitirá diseñar estrategias específicas, beneficiando tanto a estos estudiantes como a la comunidad estudiantil en general.

MATERIALES Y MÉTODOS

En este trabajo se utilizó un enfoque cuantitativo para la recopilación de datos, correlacional, y transversal. Además, se empleó un análisis analítico para determinar la relación entre las variables, mediante pruebas estadísticas.

Con respecto a la población del estudio, incluyó a 333 educandos de la Facultad de Medicina Humana de la Universidad Nacional de Cajamarca (UNAC), inscritos en el período académico 2023-II y que cursaban del primero a quinto año de la carrera. Los criterios de inclusión abarcaron a educandos inscritos en al menos un curso de la facultad y aquellos que respondieron voluntariamente la encuesta. Por otro lado, se excluyeron aquellos estudiantes

que no completaron la encuesta o se negaron a participar. La muestra final consistió en 172 discentes, determinados mediante la fórmula de muestras finitas del software EPIinfo, con un intervalo de confianza al 90%.

Para la recopilación de los datos, se utilizó como técnica la encuesta y como instrumento principal el cuestionario "Adicción a las redes sociales" diseñado "Ecurra y Salas" con alta fiabilidad Alfa de Cronbach de 0.94. La primera parte incluyó preguntas generales sobre edad, sexo, y año académico. La segunda parte se centró en medir la adicción a las RRSS, Este cuestionario constó de 24 preguntas, evaluadas mediante la escala de Likert, donde los puntajes directos de los ítems 1 al 12 y del 14 al 24 oscilaban entre 0 (nunca) y 4 (siempre), mientras que el ítem13 se puntúa inversamente (0 para siempre y 4 para nunca). Los niveles de puntaje para clasificar la adicción o no a RRSS se establecieron mediante el siguiente baremo: Sin adicción (0-24) Bajo (25-49), Medio (50-74) y Alto (75-99).

Para medir los niveles de depresión, ansiedad y estrés, se empleó el "Cuestionario DASS-21" validado en la nación peruana y con alta fiabilidad (Alfa de Cronbach de 0.96). El mismo compuesto por 21 ítems, se dividió en 3 subescalas: Depresión (ítems 3, 5, 10, 13, 16, 17, 21); Ansiedad (ítems 2, 4, 7, 9, 15, 19, 20); y Estrés (ítems 1, 6, 8, 11, 12, 14, 18); evaluados también mediante la escala de Likert. Los criterios de puntuación fueron los siguientes: sin ansiedad (0 a 3) y con ansiedad (>4); sin depresión (0 a 4) y con depresión (>5); sin estrés (0 a 7) y con estrés (>8). La variable de SM se calculó mediante la suma de las variables

dependientes de estrés, ansiedad y depresión (0 = ausente, 1 = presente), y se utilizó esta información para clasificar la salud mental como "Buena = 0, o "Mala" = 1.

Para procesar y analizar la información recopilada en el cuestionario, se utilizó el programa Excel v.2010. Posteriormente, se analizaron los datos con el software InfoStat, versión 2020, y se definió un nivel de significancia de $p < 0,005$ para evaluar la presencia de una relación significativa entre las variables.

En el estudio descrito, se aplicaron diversos principios éticos. Se aseguró la participación voluntaria de los estudiantes y antes de aplicar el instrumento se obtuvo el consentimiento informado de los mismos, garantizando su confidencialidad y anonimato. Además, se garantizó la justicia en la selección de la muestra mediante un muestreo estratificado equitativo para asegurar la representatividad. Aunque no todos los participantes respondieron a la encuesta, se mantuvo el anonimato de las respuestas, para preservar la privacidad de los participantes, lo que refleja un compromiso ético en el manejo de la investigación.

RESULTADOS

Los resultados del estudio sobre la adicción a las redes sociales en estudiantes de medicina humana de la UNAC durante el período académico 2023-II se presentan a continuación. La Figura 1 detalla el análisis de la variable adicción a redes sociales

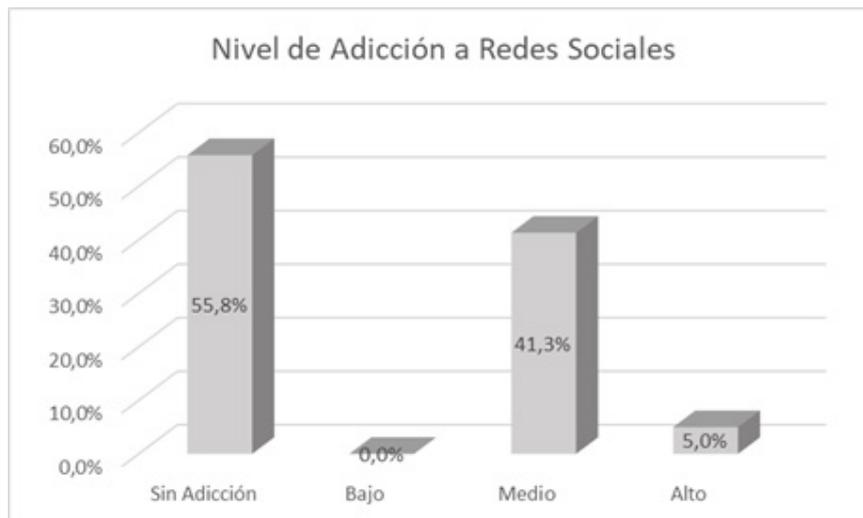


Figura 1. Adicción a redes sociales.

La interpretación de los datos presentados en la Figura 1, sugiere que la mayoría de los estudiantes encuestados no presentan adicción a las redes sociales, con un 55.8 % clasificado como sin adicción. Es notable que en el nivel bajo de adicción no se ubica ningún estudiante. Por otro lado, un 41.3 % se encuentra en un nivel medio de adicción, lo que podría reflejar un uso considerable pero no excesivo de las redes

sociales. Finalmente, solo un pequeño porcentaje (5.0 %) muestra niveles altos de adicción.

En seguimiento con estos hallazgos, la Figura 2 muestra la distribución de la salud mental y sus dimensiones en educandos de medicina humana durante el mismo período. Esta figura ofrece una visión más amplia de la SM en esta población estudiantil.

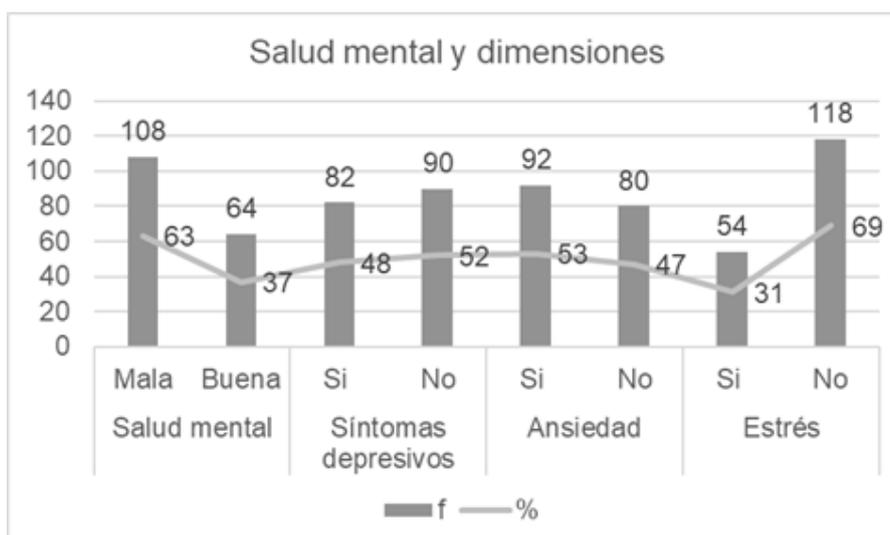


Figura 2. Salud mental en educandos de medicina.

Tal como se exhibe en la Figura 2, los resultados revelan una prevalencia mayor de mala salud mental, con un total de 108 casos (63 %). Se observó que la dimensión más afectada fue la ansiedad con un 53 % (92 casos), seguida de los síntomas depresivos, que alcanzaron el 48 % (82 casos).

Seguidamente, se presenta la Tabla 1, la cual detalla las características sociodemográficas

de los educandos que presentan niveles leves, moderados o severos a las redes sociales. Esta tabla ofrece información sobre aspectos como el sexo, año académico y la edad. El análisis de estas características proporciona una comprensión de los perfiles de los estudiantes en relación con su nivel de dependencia a las redes sociales.

Tabla 1. Relación entre variables demográficas y adicción a redes sociales en estudiantes de medicina.

Variable		Con adicción a redes	%	Sin adicción a redes	%	Valor de p
Sexo	Masculino	36	47	54	56	0.2831
	Femenino	40	53	42	44	
Año académico	1ro	14	18	28	29	0.0477
	2do	23	30	26	27	
	3ro	15	20	25	26	
	4to	14	18	5	5	
	5to	10	13	12	13	
Edades	17-21	25	33	37	39	0,3075
	21-24	36	47	48	50	
	24-27	15	20	11	11	

En la Tabla 1, se observa que el sexo femenino fue el más prevalente en la adicción a las redes sociales (53 %). En cuanto al año académico, se destaca que el segundo año presentó la mayor incidencia (30 %). Del mismo modo, la franja de edad más común abarcó desde los 21 hasta los 24 años (47 %). Se encontró una relación significativa entre el año de estudio y la adicción a las RRSS, con un valor de $p=0.0477$.

Después de haber presentado el análisis de las características sociodemográficas de los estudiantes de medicina humana de la UNAC durante el período académico 2023-II, se procedió a examinar la relación entre estas características y la salud mental de los estudiantes, cuyos resultados se muestran en la Tabla 2.

Tabla 2. Relación entre las características sociodemográficas y salud mental en estudiantes de medicina.

Variable		Buena SM	%	Mala SM	%	Valor de p
Sexo	Masculino	41	64	49	45	0.0189
	Femenino	23	36	59	55	
Año académico	Primero	15	23	27	25	0.9988
	Segundo	19	30	30	28	
	Tercero	15	23	25	23	
	Cuarto	7	11	12	11	
	Quinto	8	13	14	13	
Edades	17-21	23	36	39	36	0.8311
	21-24	30	47	54	50	
	24-27	11	17	15	14	

En la Tabla 2, se evidencia que el sexo femenino presenta una mayor incidencia en una mala SM (55 %). Respecto al año académico, el segundo año tuvo la mayor incidencia (28 %) y el segmento de edad más perjudicado fue el de 21 a 24 años (47 %). De manera significativa, se halló una relación entre el sexo y la SM, con un valor de $p=0.0189$.

Tras presentar la relación entre las características sociodemográficas con la salud mental de los estudiantes de medicina humana de la UNAC durante el período académico 2023-II, en la Tabla 3, se procede a analizar la relación entre la adicción a las redes sociales y la salud (junto con sus dimensiones).

Tabla 3. Relación de adicción a RRSS con salud mental y sus dimensiones en educandos de medicina.

		Adicción a las RRSS		Valor de p (test de Fisher)
		Sin adicción	Con adicción	
Salud mental	Buena salud	43	21	0.0261
	Mala salud	53	55	
Ansiedad	Sin	52	28	0.0310
	Con	44	48	
Estrés	Sin	79	39	<0.0001
	Con	17	37	
Depresión	Sin	55	35	0.1674
	Con	41	41	

En la Tabla 3, se revela una relación significativa entre la adicción a las RRSS y la SM, así como entre la adicción a las RRSS y la ansiedad y el estrés, evidenciado por valores p de 0.0261, 0.0310 y <0.0001 , respectivamente. No obstante, no se evidenció una relación significativa entre la adicción a las RRSS y la depresión, dado que el valor de p fue 0.1674.

DISCUSIÓN

En este estudio, se identificó que la adicción a las RRSS impacta negativamente en la SM de los educandos de medicina humana, especialmente en términos de ansiedad y estrés. Sin embargo, su relación con la depresión no resultó tan significativa en este estudio. Estos hallazgos coinciden con investigaciones internacionales, como el estudio realizado por Budury (13) en Indonesia, que también encontró que el uso de RRSS puede afectar negativamente la SM, manifestándose en forma de ansiedad, estrés y, en menor medida, depresión. En consonancia con estos hallazgos, Karim (14), concluyó que la dependencia a las RRSS aumenta la posibilidad de experimentar signos de depresión y ansiosos. Asimismo, Otero (20), encontró que el 49 % de los educandos de medicina mostraron un nivel moderado de a las RRSS, mientras que el 10 % presentó un nivel grave. También notó que el 58% manifestó síntomas de depresión, el 56 % ansiedad y el 71 % estrés y Basauri (21) y Ochoa

(22), hallaron una vinculación significativa entre la adicción a internet y el deterioro de la SM.

Es válido señalar que varios estudios han establecido una relación directa entre la adicción a las RRSS y la manifestación de síntomas de depresión, como lo evidencian las investigaciones realizadas por Gómez Campo (5), cuyos resultados han puesto de manifiesto una relación positiva entre el uso de las redes sociales y la ansiedad y depresión. Hallazgos similares se encontraron en otros estudios, que concluyeron que la adicción a redes sociales tuvo un efecto notable en la manifestación de síntomas de depresión en educandos universitarios (8-10). No obstante, en este estudio, no se logró determinar una relación significativa entre la dependencia a las RRSS y la manifestación de síntomas depresivos, a pesar de los hallazgos consistentes en investigaciones anteriores que sugieren lo contrario.

La investigación actual reveló que una mayoría considerable de los estudiantes de medicina enfrenta problemas de salud mental, resaltando una alta prevalencia de síntomas ansiosos con significancia estadística. Sin embargo, a pesar de la frecuencia de síntomas depresivos, no se halló un vínculo significativo con la adicción a las RRSS. Este descubrimiento coincide con investigaciones anteriores realizadas por Dalbudak y Karim (6, 14). Por otro lado, Gupta (12), Yoon (23), y Feinstein (24) observaron una alta incidencia de depresión en educandos de medicina y psicología, respectivamente, asociada con la dependencia

a redes sociales. Aunque estudios realizados por Jaiswal (11) y Lozano (25) en estudiantes universitarios de diferentes países destacaron una prevalencia significativa de ansiedad por la misma causa.

Araujo (26) y Díaz (27) en su estudio con educandos peruanos de educación superior encontraron una relación significativa entre la dependencia a las RRSS y el estrés, similar a los hallazgos de esta pesquisa. A nivel nacional, se ha observado una considerable incidencia de indicadores depresivos, ansiosos y de estrés en educandos de medicina, lo cual está respaldado por las conclusiones de Otero (20). Sin embargo, investigaciones realizadas por Padilla (17) y Estela (19) en estudiantes universitarios de psicología y medicina, respectivamente, revelaron una mayor incidencia de síntomas depresivos asociados a adicción a RRSS.

En esta investigación, se ha observado que aproximadamente la mitad de los educandos presentan síntomas de adicción a las RRSS de medio a alto, siendo el grado medio el más predominante. Estos hallazgos están en línea con las realizadas por Bahrainian (5) y Yücens (7) en Turquía. Asimismo, Seki (10) ha concluido que el nivel moderado de adicción a las RRSS es el más predominante, una conclusión similar a la obtenida por Tangarife (15) y Jasso (28) en sus respectivas investigaciones con estudiantes de psicología y universitarios respectivamente. Estela (19), Cornetero (29) y Otero (20), han descubierto que aproximadamente la mitad de

los estudiantes universitarios muestran cierto nivel de dependencia a las RRSS, con una incidencia mínima en el caso de un nivel leve. En contraste, Jaiswal (11), ha indicado que el grado más prevalente de adicción a entre estudiantes universitarios es el severo.

Este estudio reveló una mayor inclinación hacia la adicción a las RRSS entre el género femenino, lo cual está en línea con los resultados obtenidos por Karim (14). Sin embargo, los estudios de Bahrainian (5), Hamade (30) y Blachnio (31), identificaron una mayor incidencia de dependencia a las RRSS en el género masculino (5,29,30). En este análisis específico, se observó que tanto el ciclo académico como el año de estudio están asociados con el desarrollo de la adicción a las RRSS. Se notó que los educandos en su segundo año de la carrera, mostraban una mayor tendencia hacia esta adicción. Además, se halló una relación entre el género y el deterioro de la SM en los educandos, siendo esta relación más notable en el caso del género femenino.

CONCLUSIONES

En este estudio se evidenció una relación significativa entre la adicción a las redes sociales y la salud mental, lo cual se reflejó en un mayor riesgo de experimentar niveles elevados de ansiedad y estrés. Además, se observó una mayor prevalencia de síntomas ansiosos y depresivos en general en esta población estudiantil.

La adicción a las redes sociales se identificó como un problema frecuente entre los educandos de medicina humana, afectando a casi la mitad de la población estudiada y mostrando una tendencia hacia la prevalencia de la adicción en niveles medios. Por último, se estableció una relación entre el año académico y la adicción a las redes sociales, así como una relación significativa entre el sexo y la SM en este grupo estudiantil.

CONFLICTO DE INTERESES. Los autores declaran que no existe conflicto de intereses para la publicación del presente artículo científico.

FINANCIAMIENTO. Los autores declaran si recibieron financiamiento

AGRADECIMIENTO. Los autores reflejan el esfuerzo y el aporte que las personas aportaron al desarrollo del presente artículo científico.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Miranda F. Estudio correlacional entre la adicción al teléfono celular y la adicción a redes sociales en estudiantes de medicina humana de la ciudad del Cusco, 2021. Universidad Andina del Cusco. 2022. <https://acortar.link/VDjfjY>
2. Etienne C. Salud mental como componente de la salud universal. *Rev Panam Salud Pública.* 2018; 42. <https://acortar.link/Se5cqZ>
3. Pérez-Padilla E, Cervantes-Ramírez V, Hijuelos-García N, Pineda-Cortés J, Salgado-Burgos H. Prevalencia, causas y tratamiento de la depresión mayor. *Rev. biomédica.* 2017; 28(2):73-98. <https://acortar.link/6AC5kG>
4. Global Health Data Exchange. Global Health Data Exchange. 2019. <https://acortar.link/J2nmFd>
5. Gómez R, Urra C, Vidal R, Riveros J, Opazo O, Rivera M, et al. Uso de redes sociales, depresión ansiedad e indicadores de adiposidad corporal en adolescentes. *Salud(i)* 2021; 24(6):327-332. <https://acortar.link/KrjB0t>
6. Dalbudak E, Evren C, Aldemir S, Evren B. The severity of Internet addiction risk and its relationship with the severity of borderline personality features, childhood traumas, dissociative experiences, depression and anxiety symptoms among Turkish University Students. *Psychiatry Res.* 2014; 219(3):577–582. <https://acortar.link/jBA8px>
7. Yücens B, Üzer A. The relationship between internet addiction, social anxiety, impulsivity, self-esteem, and depression in a sample of Turkish undergraduate medical students. *Psychiatry Res.* 2018; 267:313–318. <https://acortar.link/LTFcIT>
8. Bhandari P, Neupane D, Rijal S, Thapa K, Mishra S, Poudyal A. Sleep quality, internet addiction and depressive symptoms among undergraduate students in Nepal. *BMC Psychiatry.* 2017; 21;17(1):106. <https://acortar.link/qZlcs5>
9. Mak K, Jeong J, Lee H, Lee K. Mediating Effect of Internet Addiction on the Association between Resilience and Depression among Korean University Students: A Structural Equation Modeling Approach. *Psychiatry Investig.* 2018; 15(10):962–969. <https://acortar.link/3FDmxV>
10. Seki T, Hamazaki K, Natori T, Inadera H. Relationship between internet addiction and depression among Japanese university students. *J Affect Disord.* 2019; 256:668–672. <https://acortar.link/0Co6nq>
11. Jaiswal A, Manchanda S, Gautam V, Goel A, Aneja J, Raghav P. Burden of internet addiction, social anxiety and social phobia among University students, India. *J Family Med Prim Care.* 2020; 9(7):3607-3612. <https://acortar.link/HF7UQu>
12. Gupta R, Taneja N, Anand T, Gupta A, Gupta R, Jha D, et al. Internet Addiction, Sleep Quality and Depressive Symptoms Amongst Medical Students in Delhi, India. *Community Ment Health J.* 2021; 57(4):771–776. <https://acortar.link/dnY0IO>
13. Budury S, Fitriyari A, Sari J. Social Media and Mental Health Issue among Students during Pandemic Covid-19. *Jurnal Keperawatan Jiwa.* 2020; 8(4):551-556. <https://acortar.link/hBFP2u>
14. Karim F, Oyewande A, Abdalla L, Chaudhry Ehsanullah R, Khan S. Social Media Use and Its

Connection to Mental Health: A Systematic Review. *Cureus*. 2020;20(6):1-7. Disponible en: <https://acortar.link/HyydUs>

15. Tangarife H. Niveles de depresión en estudiantes de Psicología de la Universidad Católica de Pereira y su relación con el Uso problemático de las Redes Sociales. Universidad Católica de Pereira. 2021; <https://acortar.link/5hMcaP>

16. Vázquez-Chacón M, Cabrejos-Llontop S, Yrigoin-Pérez Y, Robles-Alfaro R, Toro-Huamanchumo C. Adicción a internet y calidad de sueño en estudiantes de medicina de una Universidad peruana, 2016. *Rev. Haban. Cienc. Méd.* 2019; 18(5):817–830. <https://acortar.link/IPQvPt>

17. Padilla-Romero C, Ortega-Blas J. Adicción a las redes sociales y sintomatología depresiva en universitarios. *CASUS Rev. Invest. Cas. Salud.* 2017; 2(1):47–53. <https://acortar.link/1DAGHm>

18. Huanca J. Asociación entre las redes sociales de internet y trastorno de ansiedad en adolescentes de dos academias preuniversitarias de la ciudad de Arequipa. Universidad Nacional de San Agustín. 2016. <https://acortar.link/8kLkct>

19. Estela S, Aldazábal K. Adicción a internet asociada a depresión en estudiantes universitarios de lima durante el periodo setiembre a noviembre 2020. Universidad Ricardo Palma. 2021. <https://acortar.link/nXwgyN>

20. Otero F, Picoy P. Asociación de adicción a las redes sociales y las consecuencias en salud mental en estudiantes de medicina humana de la universidad Ricardo Palma, año 2021. Universidad Ricardo Palma. 2023. <https://acortar.link/4hjZ4Z>

21. Basauri M. Factores asociados a la adicción a redes sociales en universitarios: una revisión sistemática y metaanálisis. *Persona.* 2023; 26(1):11–56. <https://acortar.link/bWfwq3>

22. Ochoa M. Influencia de la adicción a redes sociales tecnológicas en la afectividad negativa de estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana. Universidad San Ignacio de Loyola. 2019. <https://acortar.link/HZwhNY>

23. Yoon S, Kleinman M, Mertz J, Brannick M. Is social network site usage related to depression? A meta-analysis of Facebook–depression relations. *J Affect Disord.* 2019; 248:65–72. <https://acortar.link/wFTN28>

24. Feinstein B, Hershenberg R, Bhatia V, Latack J, Meuwly N, Davila J. Negative social comparison on Facebook and depressive symptoms: Rumination as a mechanism. *Psychol Pop Media Cult.* 2013; 2(3):161–70. <https://acortar.link/BtbPRu>

25. Lozano R, Latorre C, Quílez A. Social Network Addiction and Its Impact on Anxiety Level among University Students. *Sustainability.* 2020; 12(13):5397. <https://acortar.link/NVNozc>

26. Araujo M, Pinguz A. Estrés académico y adicción a redes sociales en universitarios de La Molina. Universidad San Ignacio de Loyola. 2017. <https://acortar.link/EEPdab>

27. Díaz C, Jaramillo C. Estrés académico y adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad privada de Trujillo. Universidad Privada Antenor Orrego. 2020. <https://acortar.link/KWr6iC>

28. Jasso J, López F, Díaz R. Conducta adictiva a las redes sociales y su relación con el uso problemático del móvil. *Acta Investig Psicol.* 2017; 7(3):2832–8. <https://acortar.link/lj4iu7>

29. Cornetero W. D. Adicción a las redes sociales en estudiantes universitarios del séptimo y octavo ciclo de la facultad de psicología de una universidad privada en Lima Metropolitana. Universidad Inca Garcilaso de la Vega. 2019. <https://acortar.link/Ry3h9v>

30. Hamade S. Perception and use of social networking sites among university students. *Libr. Rev.* 2013; 62(6/7):388–397. <https://acortar.link/ty5sse>

31. Błachnio A, Przepiórka A, Pantic I. Internet Use, Facebook Intrusion, and Depression: Results of a Cross-Sectional Study. *European Psychiatry.* 2015; 30(6):681–684. <https://acortar.link/GkUxZD>

ACERCA DE LOS AUTORES

Axel Oved Vera Muñoz. Estudiante de sexto ciclo de la Facultad de Medicina Humana en la Universidad Nacional de Cajamarca, Perú.

Dayanna Mariafé Vigo Terán. Estudiante de sexto ciclo de la Facultad de Medicina Humana en la Universidad Nacional de Cajamarca, Perú.

Edwin Pajares Huaripata. Maestro y Doctor en Psicología en la Universidad Nacional de Cajamarca, Perú.

Enzo Renato Bazualdo Fiorini. Doctor en gestión pública y gobernabilidad en la Universidad Cesar Vallejo. Maestro en Medicina en la Universidad de San Martín de Porres y Maestro en gestión de los servicios de Salud en la Universidad Cesar Vallejo, Cirujano Plástico en la Universidad de San Martín de Porres. Docente en la Universidad Nacional de Cajamarca, Perú.

Tito Urquiaga Melquiades. Bachiller en Medicina en la Universidad Nacional de Trujillo, Perú. Licenciado en Médico Cirujano en la Universidad Nacional de Trujillo, Perú. Magister en Salud Pública con Mención en Gestión de Servicios de Salud en la Universidad Peruano Cayetano Heredia, Perú. Doctor en Ciencias Mención "salud" en la Universidad Nacional de Cajamarca, Perú. Especialista en Cirugía General en la Universidad Nacional de Trujillo, Perú.