

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Escuela Profesional de Psicología



Una Institución Adventista

Soledad y adicción a las redes sociales en universitarios de la selva peruana

Tesis para obtener el Título Profesional de Psicólogo

Autores:

Aracely Wilcamango Suarez

Valerie Jamileth Acosta Del Castillo

Ruth Erika Pezo Pérez

Asesores:

Mtra. Sandra Vanessa Revelo Aulestia

Psic. Jessica Aranda Turpo

Tarapoto, setiembre de 2022

DECLARACIÓN JURADA DE AUTORÍA DE TESIS

Sandra Vanessa Revelo Aulestia, de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Psicología, de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: “**Soledad y adicción a las redes sociales en universitarios de la selva peruana**” constituye la memoria que presentan los Bachilleres Aracely Wilcamango Suarez, Valerie Jamileth Acosta Del Castillo, Ruth Erika Pezo Pérez, para obtener el título de Profesional de Psicólogo cuya tesis ha sido realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

Las opiniones y declaraciones en este informe son de entera responsabilidad del autor, sin comprometer a la institución.

Y estando de acuerdo, firmo la presente declaración en la ciudad de Tarapoto a los 14 días del mes de setiembre del año 2022.



Mtra. Sandra Vanessa Revelo Aulestia

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS



En San Martín, Tarapoto, Morales, a 14 día(s) del mes de setiembre del año 2022 siendo las 15:00 horas, se reunieron los miembros del jurado en la Universidad Peruana Unión Campus Tarapoto, bajo la dirección del (de la) presidente(a):

Dra. Katia Alejandra Dávalos La Torre, el (la) secretario(a):

Mtra. Celina Ramírez Vega y los demás miembros: Dra. Dámaris Susana

Quinteros Zúñiga y el (la) asesor(a) Mtra. Sandra Vanessa

Revelo Aulestia con el propósito de administrar el acto académico de sustentación de la tesis titulado:

"Soledad y adicción a las redes sociales en jóvenes adultos de la selva peruana"

del(los) bachiller(es): a) Aracely Vilcamango Suarez

b) Ruth Erika Pezo Pérez

c) Valerie Janileth Acosta Del Castillo

conducente a la obtención del título profesional de:

Psicóloga

(Denominación del Título Profesional)

El Presidente inició el acto académico de sustentación invitando al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s hacer uso del tiempo determinado para su exposición. Concluida la exposición, el Presidente invitó a los demás miembros del jurado a efectuar las preguntas, y aclaraciones pertinentes, las cuales fueron absueitas por al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s. Luego, se produjo un receso para las deliberaciones y la emisión del dictamen del jurado.

Posteriormente, el jurado procedió a dejar constancia escrita sobre la evaluación en la presente acta, con el dictamen siguiente:

Bachiller (a): Aracely Vilcamango Suarez

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
<u>Aprobado</u>	<u>19</u>	<u>A</u>	<u>Con nominación de excelente</u>	<u>Excelencia</u>

Bachiller (b): Ruth Erika Pezo Pérez

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
<u>Aprobado</u>	<u>19</u>	<u>A</u>	<u>Con nominación de Excelente</u>	<u>Excelencia</u>

Bachiller (c): Valerie Janileth Acosta Del Castillo

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
<u>Aprobado</u>	<u>19</u>	<u>A</u>	<u>Con nominación de Excelente</u>	<u>Excelencia</u>

(*) Ver parte posterior

Finalmente, el Presidente del jurado invitó al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s a ponerse de pie, para recibir la evaluación final y concluir el acto académico de sustentación procediéndose a registrar las firmas respectivas.

Presidente/a



Secretario/a

Asesor/a

Miembro

Miembro

Bachiller (a)

Bachiller (b)

Bachiller (c)

"Esta sustentación fue realizada de manera virtual u online sincrónica, conforme al Reglamento General de Grados y Títulos"

Resumen

El objetivo de la investigación fue determinar si la soledad predice de manera significativa la adicción a las redes sociales en universitarios. Participaron 336 estudiantes de ambos sexos, con edades entre los 18 y 45 años ($M=21.41$, $DE=3.679$). Para la recolección de los datos, se utilizó la Escala de Soledad de Jong Gierveld (Ventura-León y Caycho, 2017) y el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) (Escurra y Salas, 2014). Los resultados revelaron que la soledad ($\beta=.317$, $p<.05$) es una variable que predice significativamente la adicción a las redes sociales ($R^2=.100$); por lo tanto, se concluye que la presencia de niveles de soledad predice el desarrollo de una adicción a las redes sociales en universitarios.

Palabras claves: Soledad, adicción a las redes sociales, relaciones interpersonales.

Abstract

The objective of the research was to determine whether loneliness significantly predicts social network addiction in university students. A total of 336 male and female students between the ages of 18 and 45 ($M=21.41$, $SD=3.679$) participated. For data collection, the Jong Gierveld Loneliness Scale (Ventura-León & Caycho, 2017) and the Addiction to Social Networks Questionnaire (ARS) (Escurra & Salas, 2014) were used. The results revealed that loneliness ($\beta=.317$, $p<.05$) is a variable that significantly predicts social network addiction ($R^2=.100$); therefore, it is concluded that the presence of loneliness levels predicts the development of social network addiction in university students.

Keywords: Loneliness, addiction to social networks, interpersonal relationships.

Introducción

Durante los últimos años, la soledad se ha convertido en un problema social, debido al aumento del individualismo, la inestabilidad colectiva y la pérdida progresiva de la red de apoyo familiar (Hernan y Rodríguez, 2017). Asimismo, en la actualidad, la soledad es una variable poco estudiada, a pesar de su mucha importancia, porque, si se prolonga durante el tiempo, genera efectos perjudiciales sobre el bienestar físico y mental (Banerjee y Rai, 2020); además, según Pagan (2020), la soledad es un factor de riesgo de mortalidad y morbilidad.

De Jong Gierveld (1987) conceptualiza la soledad como el resultado de la diferencia entre las relaciones sociales que las personas desean y las que realmente tienen. En su modelo cognitivo de la soledad, propone que el proceso de desarrollo de la soledad está predispuesto por algunas cualidades de la persona; por ejemplo, la baja autoestima o el déficit del individuo en sus habilidades sociales. Asimismo, sostiene que la soledad no está relacionada directamente con factores situacionales, sino, por el contrario, uno de los determinantes más relevantes es la evaluación subjetiva y perceptiva, en la experiencia que tienen los individuos, sobre sus relaciones interpersonales. Por su parte, Panayiotou et al. (2016) mencionan que las personas solitarias tienden a evitar las interacciones sociales, porque se sienten rechazadas por sus características individuales.

Una de las causas de la soledad es la ansiedad social, porque la persona tiene dificultad para establecer y mantener relaciones interpersonales significativas, debido a que evita las interacciones y anticipa subjetivamente el rechazo de los demás (Panayiotou et al., 2016). Inclusive las investigaciones muestran que las personas con un diagnóstico de ansiedad crónica tienen 4 veces más prevalencia de niveles de soledad (36.5%), a diferencia de las personas quienes no tienen este problema de salud mental (8.5%) (Díaz et al., 2020).

Por otro lado, Weiss (1973) argumentó que existen dos tipos de soledad: la social y la emocional; las cuales fueron corroboradas en una de sus investigaciones, en la cual participó

una población de mujeres casadas (quienes se habían mudado recientemente) y de padres solteros. Los resultados muestran que las mujeres, quienes se mudaron a otra ciudad junto a su pareja, presentaron soledad social, porque carecían de un círculo de amigos y conocidos, quienes podían darles un sentido de pertenencia. Por su parte, las personas quienes se divorciaron de sus parejas experimentaron una soledad emocional, la cual no podía ser disipada por sus relaciones amicales.

Por este tiempo, una de las más recientes causas del sentimiento de soledad fue la COVID-19, declarada una pandemia mundial por su rápida propagación, cuya declaración le corresponde a la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020), generando que cada país dicte medidas de bioseguridad; por ejemplo, el confinamiento social obligatorio. En consecuencia, los problemas en la salud mental de las personas han aumentado, particularmente en los estudiantes universitarios, quienes tuvieron que cambiar su modalidad de estudios (Rivera y Torres, 2021). En realidad, el confinamiento provocó un aumento de los niveles de soledad, depresión, consumo nocivo de sustancias adictivas y comportamiento suicida (Kumar y Nayar, 2020).

En el norte de Europa, antes de la llegada de la pandemia, aproximadamente el 6% de la población afirmaba sentirse sola la mayor parte del tiempo; en cambio, durante los primeros meses del brote de la COVID-19, los niveles de soledad oscilaban entre 22% y 26% en todas las regiones. En relación con las personas de 18 a 25 años, las cifras de soledad se cuadruplicaron, pasando del 9% en 2016 al 35% a inicios del 2020 (Baarck et al., 2021). Además, según un estudio del Instituto de Encuestas de Opinión del Sector Público (IPSOS, 2021), la soledad aumentó en el mundo, porque 4 de cada 10 entrevistados se sienten más solitarios; en este sentido, el Perú no es ajeno a esta realidad, el 39% de la población declaró sentirse más solitaria.

Las personas que experimentan un profundo sentimiento de soledad (Demir y Kutlu, 2016), desean escapar del mundo real (Nowland et al., 2017), pues sienten una falta de aceptación, cariño y amor (Gazo et al., 2020). Por esta razón, buscan diversas formas de evitar estas situaciones y compensar su soledad; encontrando soluciones que pueden llevarlas a la adopción de hábitos no deseados; por ejemplo, el uso de las redes sociales, que en la medida de que se usa cada vez más, con el devenir del tiempo, puede convertirse en una adicción (Pérez y Quiroga-Garza, 2019).

Las personas solitarias se sienten atraídas por las actividades sociales interactivas que facilita el internet, porque les brindan un sentido de pertenencia, amistad y comunicación (Zhang et al., 2018). Además, les permite escapar de sus problemas interpersonales y compensar su falta de habilidades sociales para establecer relaciones con los demás (Gazo et al., 2020). Escurra y Salas (2014) definen que la adicción a las redes sociales es un comportamiento patológico, cuyo individuo está permanentemente alerta a los espacios virtuales, los verifica y revisa a toda hora e incluso en circunstancias inapropiadas. En consecuencia, presentan ansiedad, irritabilidad y alteraciones en el apetito y sueño. Asimismo, sostienen que las adicciones psicológicas presentan los mismos indicadores que las adicciones a sustancias, pues se caracterizan por presentar comportamientos frecuentes que en un primer momento producen placer, luego, una vez instalados, el individuo tiene la necesidad de repetirlos; si no lo realiza le genera ansiedad; de esta manera, se explicaría el desarrollo de una adicción psicológica como la adicción a las redes sociales.

En el Perú, según un estudio realizado por IPSOS, en el año 2019, un promedio del 66% de la población utilizó Internet; siendo los peruanos de 14 a 17 años (85%) y de 18 a 34 años (74%) los que más lo frecuentan (Fundación MAPFRE, 2019). Por el año 2020, estas cifras se incrementaron, pues se estima que el 80% (13.5 millones) de la población mayor de edad es internauta, siendo los más frecuentes los menores de 35 años (IPSOS, 2020). En este sentido,

Zhao y Zhou (2021) sostienen que el aislamiento social obligatorio, debido a la pandemia de la COVID-19, tuvo un impacto sobre el estilo de vida de las personas, porque pasaron de las actividades presenciales a las virtuales, provocando un aumento del uso de las redes sociales por motivos académicos, laborales (Singh et al., 2020), sociales y familiares, ya que permiten una conexión constante (Elesbão y Rubio, 2020).

La revisión sistemática de la literatura, sobre soledad y adicción a las redes sociales, dejó la evidencia de que existen diversos estudios realizados en estudiantes universitarios. En una investigación hecha por Gazo et al. (2020), se encontró una correlación positiva estadísticamente significativa entre la soledad y la adicción a internet; por su parte, Pérez y Quiroga-Garza (2019) encontraron relación entre los niveles de soledad y uso de internet. Asimismo, la literatura afirma que la soledad es un factor de riesgo (Lee et al., 2017; Savcı y Aysan, 2018) y que a su vez predice de manera positiva la adicción a las redes sociales (Simcharoen et al., 2018; Demir y Kutlu, 2016; Zhang et al., 2018; Lee et al., 2017). Por lo tanto, la soledad llega a ser un factor psicosocial potencial de la adicción a las redes sociales, pues al facilitar la comunicación e interacción interpersonal mitigan el sentimiento de soledad (Yu et al., 2016). En un estudio realizado por Lee et al. (2017), los resultados mostraron que las mujeres con niveles de soledad buscan ayuda en las relaciones interpersonales, porque se sienten más complacidas con el apoyo social, mientras que los varones para afrontar la soledad, tienden a interactuar más en las redes sociales, por lo que corren mayor riesgo de desarrollar una adicción. Por otro lado, los estudios demuestran que existe una relación bidireccional entre la soledad (Nowland et al., 2017; Pérez y Quiroga-Garza, 2019) y la adicción a las redes sociales; es decir, existe un círculo vicioso preocupante entre ambas variables (Zhang et al., 2018; Nowland et al., 2017; Savcı y Aysan, 2018; Pérez y Quiroga-Garza, 2019; Erol y Cirak, 2019). Sin embargo, Zhang et al. (2018) afirmaron que la soledad tiene un efecto más fuerte y más extenso sobre la adicción a Internet que la adicción a Internet sobre la soledad.

Estos estudios muestran aportes significativos sobre la relación entre soledad y adicción a las redes sociales; sin embargo, pertenecen en su mayoría a un contexto asiático (Simcharoen et al., 2018; Erol y Cirak, 2019; Demir y Kutlu, 2016; Zhang et al., 2018; Lee et al., 2017; Savcı y Aysan, 2018; Gazo et al., 2020), europeo (Nowland et al., 2017) y norteamericano (Pérez y Quiroga-Garza, 2019), revelando la evidencia de que existe la necesidad de realizar investigaciones sobre estas variables en Sudamérica. La presente investigación pretende llenar este vacío en el conocimiento científico, realizando el estudio con la participación de una población peruana.

Por lo tanto, el objetivo de la presente investigación es determinar si la soledad predice de manera significativa la adicción a las redes sociales en universitarios de la selva peruana. La cual es importante, pues aporta, a nivel teórico, conocimientos valiosos para la comunidad científica y servirá de base para futuras investigaciones. Además, a nivel práctico, permitirá que las universidades de la selva peruana implementen programas y talleres sobre la soledad, las relaciones interpersonales, el uso adecuado de las redes sociales, entre otros. Por último, a nivel social permitirá crear conciencia sobre esta problemática, pues la población tendrá conocimiento de que la soledad es un factor predictor de la adicción a las redes sociales y ésta, a su vez, genera una alteración en la funcionalidad del ser humano, ocasionando un impacto negativo en el ámbito interpersonal, académico y laboral.

Método

Diseño metodológico

La presente investigación emplea una estrategia asociativa, de diseño predictivo transversal, ya que busca estudiar una relación funcional mediante el pronóstico de alguna variable criterio a partir de uno o más predictores en una medida única (Ato et al., 2013).

Participantes

La investigación estuvo conformada por 336 estudiantes mayores de 18 años ($M=21.41$, $DE=3.679$), de ambos sexos, pertenecientes a universidades públicas y privadas ubicadas en la ciudad de Tarapoto. En la tabla 1, se observa que el 52.7% de los encuestados fueron de sexo femenino, el 65.7% tuvieron entre 20 y 30 años, el 61.3% pertenecieron a una universidad privada y el 54.4% eran estudiantes de la facultad de ciencias de la salud. Asimismo, se evidencia que el 58.9% eran solteros y el 68.8% mencionaron que la red social que más frecuentaban era WhatsApp.

Tabla 1

Características de los participantes

Características		n	%
Sexo	Femenino	177	52.7
	Masculino	159	47.3
Edad	18-19	103	30.7
	20-30	221	65.7
	31-45	12	3.6
Universidad	Privada	206	61.3
	Pública	130	38.7
Facultades	Ciencias de la salud	183	54.4
	Ciencias empresariales	49	14.6
	Educación y humanidades	35	10.4
	Ingeniería y arquitectura	60	17.9
	Ciencias agrarias	8	2.4
	Ciencias políticas	1	0.3
Situación sentimental	En una relación	138	41.1
	Solteros	198	58.9
Redes sociales más frecuentadas	Facebook	38	11.3
	WhatsApp	231	68.8
	Instagram	38	11.3
	YouTube	18	5.4
	Tik Tok	6	1.8
	Twitter	5	1.5

Instrumentos

El instrumento que se utilizó para medir la primera variable, fue la Escala de Soledad de Jong Gierveld (De Jong Gierveld y Kamphuis, 1985), la cual fue adaptada al castellano por Buz y Prieto (2013) y validada en Perú por Ventura-León y Caycho (2017). La escala tiene 11 ítems que están agrupados en dos dimensiones: soledad emocional y soledad social. Las opciones de

respuesta son escala tipo Likert, cuyos ítems tienen tres alternativas de respuesta (sí=1, más o menos=2, no=3). Asimismo, evidencia una adecuada fiabilidad ($\omega = .83$) y validez, la cual se comprobó mediante el análisis factorial confirmatorio (CFI=0.95; RMSEA=0.069).

Para medir la segunda variable, se utilizó el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) creado y validado por Escurra y Salas (2014) en Perú. El instrumento está conformado por 24 ítems agrupados en tres dimensiones: obsesión por las redes sociales, falta de control personal en el uso de las redes sociales y uso excesivo de las redes sociales. Las opciones de respuesta son de tipo Likert; los ítems tienen 5 alternativas de respuesta (4=siempre, 3=casi siempre, 2=algunas veces, 1=rara vez y 0=nunca). La validez se evidenció a través del análisis factorial confirmatorio (GFI = 0.92; RMSEA = 0.04) según la teoría clásica de los test. La confiabilidad se determinó mediante el alfa de Cronbach; la primera dimensión alcanzó un valor de $\alpha=0.91$, la segunda dimensión $\alpha=0.88$, tercera dimensión $\alpha=0.92$ y el cuestionario en general un valor de $\alpha=0.95$. De esta manera, quedó la evidencia de que el instrumento y sus componentes presentan adecuadas propiedades psicométricas de validez y confiabilidad.

Análisis de datos

Una vez recolectada la información se utilizó el software estadístico SPSS versión 26, aplicado a las ciencias sociales. En primera instancia, se realizó el análisis descriptivo a través de tablas de frecuencia. Posteriormente, se llevó a cabo la prueba de normalidad a través de la asimetría y curtosis. Seguidamente, se aplicó la r de Pearson para determinar la correlación entre las variables. Finalmente, se realizó el análisis de regresión lineal simple, para corroborar si la soledad predice la adicción a las redes sociales.

Aspectos éticos

La presente investigación se realizó respetando los principios éticos que rigen la profesión de psicología. Se contó con la aprobación del comité de ética de la facultad de ciencias de la salud de la Universidad Peruana Unión con código número 2021-CE-FCS-UPeU-00263.

Además, la encuesta virtual contaba con el consentimiento informado y los dos instrumentos seleccionados. Asimismo, se tuvo en cuenta la protección de la identidad y la información personal de los participantes, quienes fueron tratados con mesura. La información recolectada fue tratada de manera confidencial, anónima y solo para fines de este estudio.

Resultados

Análisis descriptivo

En la tabla 2 se puede apreciar que, respecto a la variable soledad y sus dimensiones de soledad emocional y soledad social, el nivel predominante en el que se ubican los estudiantes universitarios es medio (49.1%, 46.1%, 48.5%, respectivamente) y 21.1% de universitarios presentan niveles altos de soledad social.

Tabla 2

Niveles de soledad y sus dimensiones de los universitarios de la selva peruana

Variable	Bajo		Medio		Alto	
	f	%	f	%	f	%
Soledad	106	31.5	165	49.1	65	19.3
Soledad emocional	111	33.0	155	46.1	70	20.8
Soledad social	102	30.4	163	48.5	71	21.1

A continuación, en la tabla 3 se observa que, en relación con la variable adicción a las redes sociales, el 24.7% de estudiantes se ubican en un nivel alto y en las tres dimensiones el nivel predominante es el medio (52.1%, 47.6%, 45.8%, respectivamente).

Tabla 3

Niveles de adicción a las redes sociales y sus dimensiones de los universitarios de la selva peruana

Variable	Bajo		Medio		Alto	
	f	%	f	%	f	%
Adicción a las redes sociales	87	25.9	166	49.4	83	24.7
Obsesión por las redes sociales	89	26.5	175	52.1	72	21.4
Falta de control personal en el uso de las redes sociales	109	32.4	160	47.6	67	19.9
Uso excesivo de las redes sociales	103	30.7	154	45.8	79	23.5

En la tabla 4 se puede apreciar que no existe diferencia estadísticamente significativa entre los universitarios que están en una relación sentimental y los que están solteros ($p > .05$) frente a la soledad y adicción a las redes sociales. De la misma forma, no existe diferencia estadísticamente significativa entre los universitarios de sexo femenino y masculino ($p > .05$).

Tabla 4

Análisis comparativo de soledad y adicción a las redes sociales en universitarios en relación a su situación sentimental y sexo

Variables	Soledad					Adicción a las redes sociales				
	M	DE	t	p	d	M	DE	t	p	d
En una relación	5.91	3.018	-1.627	0.105	-0.179	32.18	15.423	-0.822	0.412	-0.091
Solteros	6.46	3.105				33.63	16.253			
Femenino	6.51	3.055	1.778	0.076	0.192	33.14	15.920	0.128	0.898	0.014
Masculino	5.92	3.081				32.92	15.948			

Prueba de normalidad

En la tabla 5, se observan los valores de las pruebas estadísticas de media (M), desviación estándar (DE), asimetría y curtosis. Los indicadores de asimetría y curtosis se encuentran dentro del rango +/- 1.5, mostrando que siguen una distribución normal (Pérez y Medrano, 2010). Por lo tanto, para el análisis inferencial se empleó el coeficiente de correlación de Pearson.

Tabla 5

Análisis descriptivo de soledad y adicción a las redes sociales

Variabes y dimensiones	M	DE	Asimetría	Curtosis
Soledad	6.23	3.077	-0.051	-1.018
Soledad emocional	3.54	1.884	-0.197	-1.151
Soledad social	2.70	1.725	-0.095	-1.314
Adicción a las redes sociales	33.04	15.910	0.619	0.194
Obsesión por las redes sociales	11.37	6.734	0.704	0.263
Falta de control personal en el uso de las redes sociales	8.82	4.447	0.501	0.259
Uso excesivo de las redes sociales	12.85	6.013	0.397	0.141

Análisis de correlación

En la tabla 6, se puede observar que las dos variables y sus dimensiones se relacionan de forma directa y estadísticamente significativa ($p < .05$). Asimismo, se evidencia que entre soledad, soledad emocional y adicción a las redes sociales con su dimensión obsesión por las redes sociales, la significancia práctica es moderada ($r \leq 0.30$) (Cohen, 1988).

Tabla 6

Correlación entre soledad y adicción a las redes sociales

Variables	1	2	3	4	5	6	7
Soledad (1)	-						
Soledad Emocional (2)	,866***	-					
Soledad Social (3)	,838***	,452***	-				
Adicción a las redes sociales (4)	,317***	,344***	,189***	-			
Obsesión por las redes sociales (5)	,357***	,393***	,207***	,928***	-		
Falta de control personal en el uso de las redes sociales (6)	,241***	,265***	,140**	,898***	,732***	-	
Uso excesivo de las redes sociales (7)	,261***	,275***	,164**	,942***	,794***	,817***	-

* $P < .05$; ** $P < .01$; *** $p < .001$

Análisis de predicción

En la tabla 7, se visualizan los resultados del análisis de regresión lineal simple, los cuales muestran un ajuste adecuado del modelo (Prueba $F=37,301$, $p < .001$), donde la soledad ($\beta=.317$, $p < .05$) es una variable que predice significativamente la adicción a las redes sociales ($R^2=.100$). El valor del R^2 indica que el modelo de regresión tiene un tamaño del efecto moderado (Cohen, 1988). Asimismo, los valores t de los coeficientes de regresión beta de la variable predictora son altamente significativos ($p < 0.01$).

Tabla 7

Soledad como predictor de la adicción a las redes sociales

Predictor	B	EE	β	t	p
(Constante)	22.822	1.864		12.241	0.000
Soledad	1.639	0.268	0.317	6.107	0.000

Nota: Variable dependiente = Adicción a las redes sociales (Prueba $F = 37.301$, $p < .001$; $R^2 = .100$), B = Coeficiente no estandarizado, EE = Error estándar, β = Coeficiente de regresión estandarizado.

Discusión

Para las personas que carecen de un apoyo social positivo o relaciones interpersonales satisfactorias y que presentan sentimientos de soledad, las redes sociales les proporciona una interacción segura con otros individuos (Ranaey et al., 2016). En tal sentido, el objetivo de la presente investigación fue determinar si la soledad predice de manera significativa la adicción a las redes sociales en universitarios de la selva peruana.

Los resultados exponen la evidencia de que no hubo diferencias significativas entre ambos sexos en los niveles de soledad y adicción a las redes sociales. Es decir, varones y mujeres experimentan la soledad de manera similar, por lo tanto, están propensos a desarrollar una adicción a las redes sociales en la misma medida. Otros estudios confirman estos hallazgos; por ejemplo, Zhang et al. (2018) suscriben que, en relación con la soledad, el apoyo social y la adicción a internet no se muestran diferencias respecto del sexo; asimismo, Erol y Cirak (2019) reportaron que el género no juega un papel significativo en la adicción al internet; por su parte, Simcharoen et al. (2018) sustentan que tanto el sexo como la edad no influyen con la puntuación de adicción a internet. Sin embargo, Lee et al. (2017) sí reportaron diferencias significativas.

De igual manera, no se hallaron diferencias significativas entre los universitarios con pareja y los solteros, en relación con la soledad; es decir, los estudiantes, independientemente de su situación sentimental, pueden presentar los mismos niveles de soledad. Esto se debe a que la soledad es una experiencia emocional relacionada con la dificultad, para obtener relaciones interpersonales deseadas y la percepción subjetiva que el individuo tiene sobre estas (Peplua y Perlman, citados por Gazo et al., 2020; Demir y Kutlu, 2016); además, la soledad se manifiesta cuando la intimidad que la persona desea no está presente (Erol y Cirak, 2019). Cabe destacar que la soledad se ve influida por el número de relaciones sociales y la frecuencia del contacto social; sin embargo, se ve más influida por la percepción y evaluación subjetiva de sus relaciones interpersonales (Asher y Paquette, 2003).

Por otro lado, se evidenció que existe una relación estadísticamente significativa entre soledad y adicción a las redes sociales; estos resultados son similares a los encontrados por Gazo et al. (2020), quienes sustentan que los universitarios usan de manera excesiva el internet para disminuir el estrés que les produce la soledad; en este mismo sentido, Pérez y Quiroga-Garza (2019) afirman que los jóvenes buscan afrontar la soledad acudiendo al uso continuo de las redes sociales, las cuales los expone a la comparación social; también sus hallazgos prueban que, a mayor uso de las redes sociales, habrá mayor soledad y viceversa. Asimismo, se encontró que la significancia práctica entre soledad y adicción a las redes sociales es moderada; es decir, un universitario quien se siente solo tiene la probabilidad de desarrollar adicción a las redes sociales, pero no es determinante; debido a que la soledad no es el único factor de riesgo potencial para desarrollar una adicción a las redes, sino que también existen otros factores: el aburrimiento, el sentimiento de estar perdidos o indecisos (Pérez y Quiroga-Garza, 2019) y los problemas interpersonales (Simcharoen et al., 2018).

En cuanto a la soledad emocional, la soledad social y la adicción a las redes sociales se encontró que existe una relación estadísticamente significativa. En este sentido, Gazo et al. (2020) confirman que una persona solitaria siente falta de aceptación, cariño, amor y percibe una brecha psicológica que la aleja de los demás; por ende, estas personas pueden desarrollar adicción a las redes sociales, porque les da satisfacción, aumenta su percepción de autorrealización, les posibilita huir de sus problemas sociales y compensar su falta de habilidades sociales, para establecer relaciones interpersonales satisfactorias. De igual manera, Nowland, et al. (2017) declaran que las personas más solitarias pueden expresarse con mayor facilidad en las redes sociales y tienden a percibir que pueden ser ellas mismas.

En la presente investigación se encontró que la soledad predice de manera significativa la adicción a las redes sociales. En este sentido, las personas quienes se sienten solas perciben que sus relaciones interpersonales son deficientes y se ven incapaces de adquirirlas, porque carecen

de buenas habilidades sociales, produciendo en ellas un malestar emocional. Con el afán de mitigar este malestar recurren al uso de las redes sociales (Demir y Kutlu, 2016), pueden hacer amigos con mayor facilidad y conseguir aceptación, cariño y apoyo; obteniendo una sensación de alivio y placer (Gazo et al., 2020), lo que a su vez les induce a usar con mayor frecuencia las redes sociales y llegar a desarrollar una adicción. Nowland et al. (2017) exponen que las personas, quienes han desarrollado una adicción al intentar disminuir su uso, presentan signos de abstinencia; por ejemplo, depresión, irritación y ansiedad (Zhang et al., 2018). Asimismo, los individuos con niveles altos de soledad perciben que sus amigos en línea los entienden mejor que sus amigos, con quienes se comunican cara a cara, por eso los desplazan (Nowland et al., 2017).

Por su parte, Erol y Cirak (2019) encontraron que la soledad y el promedio de calificaciones acumulativas predicen significativamente la adicción a Internet; asimismo, Zhang et al. (2018) sustentan que la soledad y la adicción a las redes sociales se predicen entre sí, produciéndose un círculo vicioso; de igual manera, Lee et al. (2017) afirman que la soledad es un factor de riesgo para la adicción a las redes sociales. Además, Simcharoen et al. (2018) hallaron que el tiempo utilizado a diario en internet, la soledad y los problemas interpersonales fueron fuertes predictores de la adicción a las redes sociales. También Savcı y Aysan (2018) encontraron que la competencia interpersonal, la soledad, el miedo a la evaluación negativa, la recompensa y el castigo social predicen la adicción a las redes sociales. Por su lado, Demir y Kutlu (2016) entienden que la soledad predice de manera positiva la adicción a internet y ésta a su vez predice la depresión. Por su parte, Savcı y Aysan (2018) encontraron que el miedo a la evaluación negativa era un fuerte predictor de la adicción a las redes sociales, porque estas personas usan la virtualidad con el fin de protegerse; el segundo factor predictor más importante vendría a ser la soledad.

Una de las fortalezas del estudio fue que los instrumentos tuvieron una adecuada consistencia interna y validez en el contexto peruano. Además, el estudio contó con la aprobación del comité de ética de investigación de una de las universidades. Respecto de las limitaciones, los resultados no son representativos, debido a que se utilizó un muestreo por conveniencia, por eso se recomienda utilizar un muestreo probabilístico. Por otro lado, los datos se recopilaron mediante un cuestionario virtual y es probable que estos hayan sido influenciados por la actitud defensiva o la deseabilidad social de los encuestados. En esa misma línea, se encuentra que una de las principales limitaciones es que no se incluyeron variables que pueden ser predictoras de la adicción a las redes sociales: la baja autoestima, la evaluación negativa, los problemas interpersonales y el déficit en las habilidades sociales, por lo que se recomienda tener en cuenta estas variables para futuras investigaciones.

Se concluye que la soledad predice, de manera estadística y significativa, la adicción a las redes sociales con un tamaño del efecto moderado. Por último, cabe mencionar que los universitarios de la selva peruana presentan un nivel moderado en soledad y adicción a las redes sociales, por lo que se recomienda implementar programas y talleres sobre cómo identificar, manejar y reducir el sentimiento de soledad y, al mismo tiempo, involucrarlos en actividades que fomenten el fortalecimiento de sus relaciones interpersonales, su autoestima y el uso adecuado de las redes sociales, a fin de disminuir la probabilidad de desarrollar una adicción a estas.

Referencias

Asher, S. R., & Paquette, J. A. (2003). Loneliness and peer relations in childhood. *Current Directions in Psychological Science*, 12(3), 75-78. <https://doi.org/10.1111%2F1467-8721.01233>

- Ato, M., López, J. J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038-1059. <https://dx.doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- Baarck, J., Balahur, A., Cassio, L., d'Hombres, B., Pásztor, Z., & Tintori, G. (2021). *Loneliness in the EU – Insights from surveys and online media data*. Luxembourg: Publications Office of the European Union. <https://publications.jrc.ec.europa.eu/repository/handle/JRC125873>
- Banerjee, D., & Rai, M. (2020). Social isolation in Covid-19: The impact of loneliness. *International Journal of Social Psychiatry*, 66(6), 525–527. <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/0020764020922269>
- Buz, J., & Prieto, G. (2013). Análisis de la Escala de Soledad de De Jong Gierveld mediante el modelo de Rasch. *Universitas Psychologica*, 12(3), 971-981. <http://www.scielo.org.co/pdf/rups/v12n3/v12n3a26.pdf>
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences (2nd ed.)*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers. <https://doi.org/10.4324/9780203771587>
- De Jong-Gierveld, J. (1987). Developing and testing a model of loneliness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(1), 119–128. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.53.1.119>
- De Jong-Gierveld, J., & Kamphuls, F. (1995). The development of a Rasch-Type Loneliness Scale. *Applied Psychological Measurement*, 9(3), 289-299. <https://doi.org/10.1177/014662168500900307>
- Demir, Y., & Kutlu, M. (2016). The relationship between loneliness and depression: Mediation role of internet addiction. *Educational Process: International Journal*, 5(2), 97-105. <http://dx.doi.org/10.12973/edupij.2016.52.1>
- Díaz, J. M., Benítez, M. T., Rodríguez, M., & Sanz, M. R. (2020). Estudio de salud de la ciudad de Madrid 2018. http://madridsalud.es/area_profesional/

- Elesbão, L., & Rubio, A. (2020). “Puedes estar conectado todo el tiempo”: El uso de smartphones por universitarios(as) brasileños(as) y las sociabilidades. *Revista de Psicología*, 38(2), 641-666. <http://dx.doi.org/10.18800/psico.202002.011>
- Erol, O., & Cirak, N. S. (2019). Exploring the loneliness and internet addiction level of college students based on demographic variables. *Contemporary Educational Technology*, 10(2), 156-172.
<https://eric.ed.gov/?q=loneliness+%2b+addiction+to+social+networks&id=EJ1213660>
- Escurra, M., & Salas, E. (2014). Construcción y validación del cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS). *Liberabit Revista de Psicología*, 20(1), 73-91.
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68631260007>
- Fundación MAPFRE. (2019). *Patrones de uso y abuso de las TIC entre adolescentes de Lima y Arequipa: Percepción de los riesgos*. Cyan, Proyectos Editoriales, S.A.
<https://www.mapfre.com.pe/media/Estudio-Patrones-de-uso-y-abuso-de-las-TICs-entre-adolescentes-de-Lima-y-Arequipa-Percepcion-de-los-riesgos-Web.pdf>
- Gazo, A. M., Mahasneh, A. M., Abood, M. H., & Muhediat, F. A. (2020). Social Self-Efficacy and its relationship to loneliness and internet addiction among hashemite university students. *International Journal of Higher Education*, 9(2), 144-155.
<https://doi.org/10.5430/ijhe.v9n2p144>
- Hernan, M. J., & Rodríguez, S. I. (diciembre de 2017). *La soledad no deseada en la ciudad de Madrid: Informe de resultados*. https://fuencactiva.org/wp-content/uploads/2019/09/Soledad_ciudaddeMadrid.pdf
- Instituto de Encuestas de Opinión del Sector Público (4 de noviembre de 2020). *Con internet en casa, sí me quedo*. <https://www.ipsos.com/es-pe/con-internet-en-casa-si-me-quedo>
- Instituto de Encuestas de Opinión del Sector Público (febrero del 2021). *Percepciones globales del impacto del covid-19*.

<https://www.ipsos.com/sites/default/files/ct/news/documents/2021->

[03/percepciones_globales_del_impacto_del_covid-19_-_soledad_y_comunidad_003.pdf](https://www.ipsos.com/sites/default/files/ct/news/documents/2021-03/percepciones_globales_del_impacto_del_covid-19_-_soledad_y_comunidad_003.pdf)

Kumar, A., & Nayar, R. (2020). COVID 19 and its mental health consequences. *Journal of Mental Health, 30*(1), 1-2. <https://doi.org/10.1080/09638237.2020.1757052>

Lee, J., Kim, H., & Kang, J. (2017). The effect of loneliness on SNS addiction: Moderating effect of interpersonal relations orientation and its gender difference. *Korean Journal of Clinical Psychology, 36*(2), 154-164. <http://kjp-clinical.org/xml/10672/10672.pdf>

Nowland, R., Necka, E. A., & Cacioppo, J. T. (2017). Loneliness and social internet use: ¿Pathways to reconnection in a digital world?. *Perspectives on Psychological Science, 13*(1), 1-18. <https://doi.org/10.1177%2F1745691617713052>

Organización Mundial de la Salud (11 de marzo de 2020). *Alocución de apertura del Director General de la OMS en la rueda de prensa sobre la COVID-19 celebrada el 11 de marzo de 2020.* <https://www.who.int/es/director-general/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---11-march-2020>

Pagan, R. (2020). Gender and age differences in loneliness: Evidence for people without and with disabilities. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 17*(24), 1-16. <https://doi.org/10.3390/ijerph17249176>

Panayiotou, G., Panteli, M., & Theodorou, M. (2016). Predictors of loneliness in a sample of college men and women in cyprus: The role of anxiety and social skills. *Psychology, Community & Health, 5*(1), 16-30. <http://dx.doi.org/10.5964/pch.v5i1.142>

Pérez, E., & Medrano, L. (2010). Análisis factorial exploratorio: Bases conceptuales y metodológicas. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento, 2*(1), 58-66. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3161108>

- Pérez, M., & Quiroga-Garza, A. (2019). Uso compulsivo de sitios de networking, sensación de soledad y comparación social en jóvenes. *Revista Hispana para el Análisis de Redes Sociales*, 30(1), 68-78. <https://dx.doi.org/10.5565/rev/redes.809>
- Ranaeiy, S., Taghavi, M. R., & Goodarzi, M. A. (2016). The effect of loneliness on social networking sites use and its related behaviors. *Global Journal of Health Science*, 8(8), 162-171. <https://www.researchgate.net/publication/287329698>
- Rivera, K. M., & Torres, G. T. (2021). Salud mental en estudiantes de odontología durante la pandemia de COVID-19. *Revista Estomatológica Herediana*, 31(1), 68-69. <http://www.scielo.org.pe/pdf/reh/v31n1/1019-4355-reh-31-01-68.pdf>
- Savcı, M., & Aysan, F. (2018). #Kişilerarası yetkinlik, yalnızlık, olumsuz değerlendirilme korkusu, ödül ve cezanın sosyal medya bağımlılığını yordama ve sosyal medya kullanan kullananmayan ergenleri doğru sınıflandırma düzeyi. *ADDICTA: The Turkish Journal on Addictions*, 5(3), 431–471. 10.15805/addicta.2018.5.3.0032
- Simcharoen, S., Pinyopornpanish, M., Haoprom, P., Kuntawong, P., Wongpakaran, N., & Wongpakaran, T. (2018). Prevalence, associated factors and impact of loneliness and interpersonal problems on internet addiction: A study in Chiang Mai medical students. *Asian Journal of Psychiatry*, 31, 2-7. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2017.12.017>
- Singh, S., Dixit, A., & Joshi, G. (2020). ¿Is compulsive social media use amid COVID-19 pandemic addictive behavior or coping? *Asian Journal of Psychiatry*, 54(1), 1-2. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102290>
- Ventura-León, J. L., & Caycho, T. (2017). Validez y fiabilidad de la Escala de Soledad de Jong Gierveld en jóvenes y adultos peruanos. *Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, 9(1), 1-18. <http://www.psiencia.org/9/1/41>
- Weiss, R. S. (1973). *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*. Cambridge, MA: MIT Press. <https://mitpress.mit.edu/books/loneliness>

- Yu, S., Wu, A. M., & Pesigan, I. J. (2016). Cognitive and psychosocial health risk factors of social networking addiction. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 14, 550–564. doi.org/10.1007/s11469-015-9612-8
- Zhang, S., Tian, Y., Sui, Y., Zhang, D., Shi, J., Wang, P., Meng, W., & Si, Y. (2018). Relationships between social support, loneliness, and internet addiction in chinese postsecondary students: A longitudinal cross-lagged analysis. *Frontiers in Psychology*, 9, 1-13. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01707
- Zhao, N., & Zhou, G. (2021). COVID-19 stress and addictive social media use (SMU): Mediating role of active use and social media flow. *Front. Psychiatry*, 12(1), 1-8. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.635546