



# ASOCIACIÓN ENTRE ADICCIÓN A REDES SOCIALES E INTERNET, Y LA PRESENCIA DE DEPRESIÓN Y ANSIEDAD EN ADOLESCENTES Y ADULTOS JÓVENES



Arnulfo L'Gamiz Matuk  
Director del Instituto de Salud  
Pública Anáhuac  
algamiz@anhauac.mx

María del Carmen Pérez García  
Investigadora del Instituto de Salud  
Pública Anáhuac  
mari\_14\_mr@hotmail.com

María Dolores Alsina Ayala  
Investigadora del Instituto de Salud  
Pública Anáhuac  
dolores.alsina.ayala@gmail.com

Oscar Guillermo Cervantes Izaguirre  
Investigador del Instituto de Salud  
Pública Anáhuac  
oscargci3108@gmail.com

## Introducción

En la actualidad, la nueva forma de comunicación se basa en las redes sociales, que son plataformas de comunidades virtuales compuestas por miembros que interactúan entre sí, compartiendo en su perfil sus intereses y cuanta información deseen a su lista de contactos. [1]

Las redes sociales son utilizadas en su mayoría por gente joven que se encuentra, principalmente, en etapas de transición y maduración. [2]

Las principales consecuencias psicológicas del uso excesivo del internet y redes sociales entre los adolescentes son la depresión y la ansiedad. [3]

Se determina que existe una dependencia al internet cuando aparece una pérdida de control sobre su uso; síntomas de abstinencia como la ansiedad, depresión, irritabilidad o la tolerancia a la creciente necesidad de estar conectado y aumentar el tiempo de conexión a Internet para sentirse satisfecho. [4]

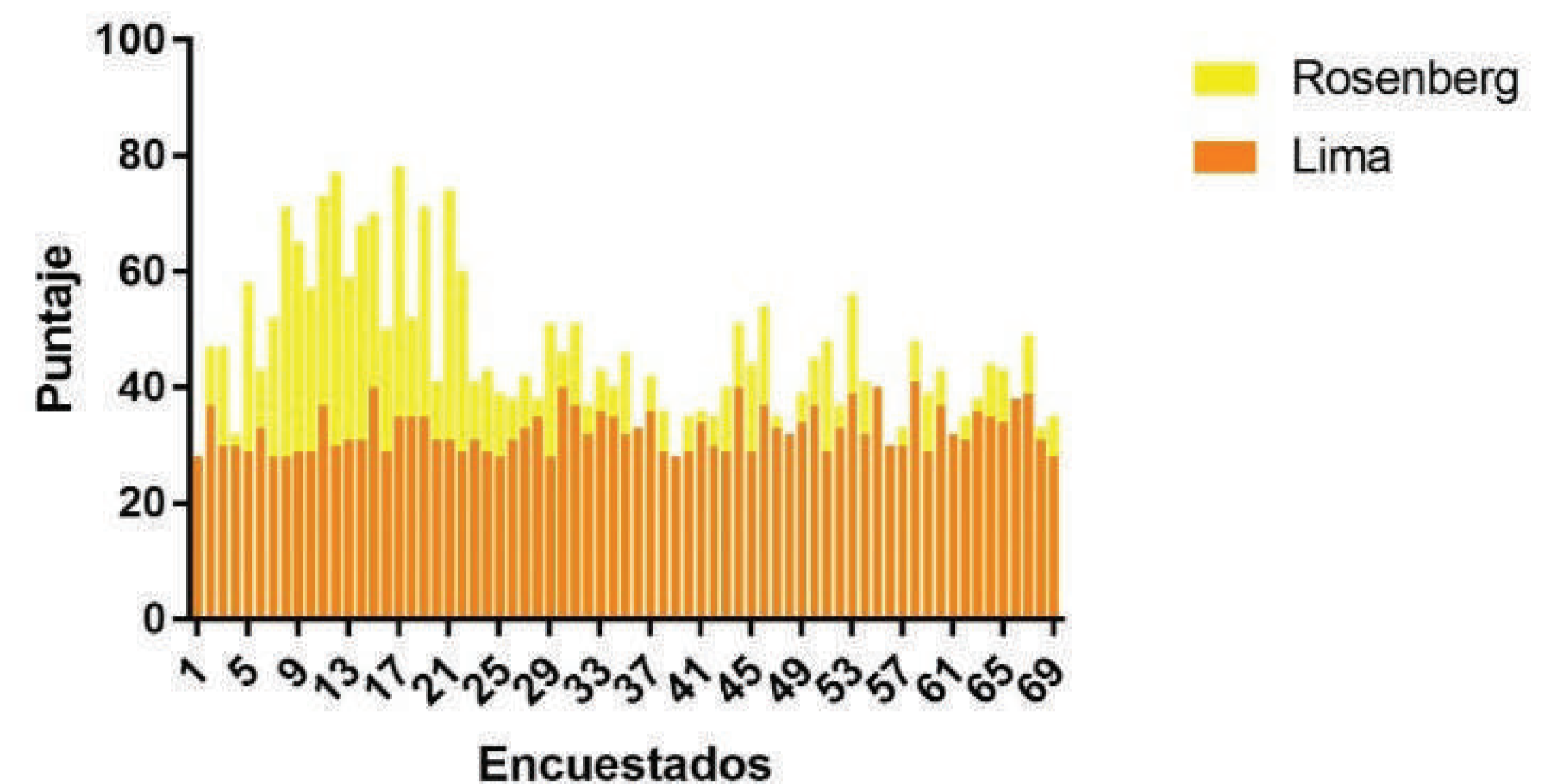


Figura 1. Escala de Lima-Beck, en la cual se aprecian resultados muy similares con la escala de Lima en el grupo de adictos; sin embargo, al comparar con la escala de ansiedad de Beck se puede ver mayor variabilidad entre sus columnas, que se traduce como un resultado significativo al comparar las medianas.

## Material y Método

Se realizó un estudio transversal, con muestreo por conveniencia, a estudiantes de distintas escuelas, tanto públicas como privadas, y se realizó análisis estadístico por medio de pruebas de normalidad, tomando el valor de alfa para definir la significancia estadística. Se obtuvieron dos grupos: adictos (N= 89) y no adictos (N= 276).

## Resultados

El grupo de adictos obtuvo  $p = 0.57$  para la baja autoestima y para ansiedad  $p = 0.0001$ . El grupo de no adictos obtuvo  $p = 0.0001$  tanto para la correlación con ansiedad, como con baja autoestima. La mayoría de los usuarios utilizan el internet durante un periodo de 6-10 horas diarias, en sus casas o en cualquier lugar, y la herramienta más utilizada para acceso es el Smartphone, principalmente para mantenerse en comunicación con sus conocidos.

	Ansiedad	No ansiedad	Baja autoestima	Autoestima normal
Adictos	27	62	9	80
No adictos	105	171	28	248

Tabla 1. Comparación de frecuencia de los trastornos de ansiedad.

## Discusión

La adicción a redes sociales se asocia a la presencia de ansiedad en los individuos, lo que tal vez se deba a que las personas ansiosas utilizan las redes sociales porque ofrecen una forma de presentarse ante la sociedad en un medio que pueden controlar, que no requiere respuestas inmediatas, ni requiere de la interpretación del lenguaje corporal de otros. Además, las utilizan por la necesidad humana de aceptación social y tener un sentido de pertenencia.

Es necesario que se generen programas de prevención y manejo, tanto para la adicción como para el tratamiento adecuado de la depresión y la ansiedad, así como promover la realización de otras actividades, como el deporte, que beneficien la salud del individuo.

## Referencias

1. Kim W, Jeong O-R, Lee S-W. On social Web sites. Inf Syst. 2010;35:215-36
2. Primack BA, Escobar-Viera CG. Social Media as IT Interfaces with Psychosocial Development and Mental Illness in Transitional Age Youth. Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America. 2017;26:217-33.
3. Ryan T, Chester A, Reece J, Xenos S. The uses and abuses of Facebook: A review of Facebook addiction. J Behav Addict. 2014;3(3):133-48.
4. Young KS. Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder. CyberPsychology Behav [Internet]. 1998;3(3):237-44. Available from: <http://online.liebertpub.com/doi/abs/10.1089/cpb.1998.1.237>