

RELACIÓN ENTRE LA ANSIEDAD Y LA ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES EN ADOLESCENTES UNIVERSITARIOS DE LA CIUDAD DE BARRANQUILLA

Gloria De Jesús Ardila Gómez
C.C. No. 1003238465
Código estudiantil: 20201920168
Correo institucional: gloria.ardila@unisimon.edu.co

Alejandra Castro Corcho
C.C. No. 1002210595
Código estudiantil: 20201923274
Correo institucional: alejandra.castro@unisimon.edu.co

Gabriela Sofía Consuegra Natera
C.C. No. 1001788863
Código estudiantil: 20201921107
Correo institucional: gabriela.consuegr@unisimon.edu.co

Alejandra Carolina Quiroz Aranguren
C.C. No. 1002030879
Código estudiantil: 20201920968
Correo institucional: alejandra.quiroz@unisimon.edu.co

Ángela Patricia Villarreal Sotomayor
C.C. No. 1001995939
Código estudiantil: 20201920474
Correo institucional: angela.villarreal@unisimon.edu.co

Trabajo de Investigación del Programa de Psicología

Tutora:
Yolima Alarcón Vásquez

RESUMEN

Antecedentes: La Era Digital además de caracterizarse por la manera acelerada en que se dan las comunicaciones y la forma en que está modificando las interacciones, está transformando el entorno social, en el que se ha visto como las redes sociales y las TIC han permeado especialmente a la población de jóvenes. Asimismo, se contempla como el proceso de la pandemia y de confinamiento tuvo influencia en el incremento de las interacciones a través de redes sociales, de allí, la estima de que 10-15% de los jóvenes desarrollan conductas adictivas. De acuerdo a Salas y Ecurra (2014), los jóvenes usan las redes sociales “por defecto”, facilitando la visibilidad de cómo se interactúa y como se desarrolla el comportamiento adictivo a las redes sociales, partiendo de ello, Martínez y Pérez (2014) hacen mención de la falta de atención a la salud mental en los alumnos universitarios puesto que se consideran relativamente sanos, sin embargo, según Zúñiga (2021), los niveles de depresión y ansiedad han estado en incremento a causa de los altos niveles de estrés durante la pandemia por el Covid-19, 66%, 64.1% y 61.9% respectivamente, por lo tanto, no se debe perder de vista como pueden generar predisposición para las conductas adictivas entre los jóvenes, especialmente. Bajo los argumentos de Moreno (2021), se pueden presentar como conductas inofensivas, pero pueden transformarse en la pérdida del control, convirtiéndose en un hábito en el que el joven tiene la necesidad constante de conectarse a internet y cuando no es posible comienza a presentar síntomas de ansiedad, generando malestar físico y emocional.

Objetivo: Establecer la relación que existe entre la ansiedad y la adicción a las redes sociales en estudiantes universitarios de la ciudad de Barranquilla. **Materiales y**

Métodos: Se utilizó un método de investigación cuantitativa para establecer una correlación entre las dos variables estudiadas, Ansiedad y Adicción a las redes sociales, utilizando dos instrumentos, para medir la ansiedad se utilizó la escala de automedición de la depresión y ansiedad (EAMD) creada por William Zung y Zung, también conocida como escala de Zung, es un instrumento que tiene 20 puntos que evalúan síntomas ansiosos, 15 ítems somáticos y 5 ítems cognoscitivos, con una escala tipo Likert que se contesta: Nunca, a veces, casi siempre y siempre, cada pregunta se puede calificar de uno a cuatro. Respecto a la Adicción a las redes sociales, se aplicó el cuestionario de Adicción a las redes sociales (ARS) Desarrollado por Ecurra y Salas (2014), es un instrumento diseñado con base a los indicadores del DSM – IV para la adicción a sustancias, con una adaptación de éstos al supuesto de la adicción a las redes sociales, consta de 24 ítems de escala tipo Likert con 5 opciones de respuesta, además consta de 3 factores: 1) Obsesión por las redes sociales, que evalúa 10 ítems, 2) Falta de control personal en el uso de las redes sociales, en donde evalúa 6 ítems, y 3) Uso excesivo de las redes sociales, evaluando 8 ítems. Estos instrumentos fueron aplicados a una muestra aleatoria estratificada con afijación proporcional, donde se escogió una muestra de 391 de un total de 7.698 estudiantes universitarios de la Universidad Simón Bolívar, sede Barranquilla, pertenecientes a dos facultades, la facultad de Ciencias Jurídicas y Sociales, y la facultad de Ciencias de la Salud, las cuales incluyen los programas de Derecho, Psicología, Trabajo Social, Medicina, Enfermería, y Fisioterapia. Finalmente, para la recolección de estos datos se creó un formato digital en Google Forms con un consentimiento informado y ambos instrumentos, para posteriormente compartir el

enlace del formato digital con los estudiantes o solicitarles de manera presencial su participación voluntaria en la investigación. **Resultados:** Con relación a la adicción a las redes sociales, que consta de tres niveles, el 21 % de la muestra se encuentra en un nivel bajo, el 75 %, siendo el mayor porcentaje, en un nivel medio, y el 4 %, representando el menor porcentaje, en el nivel alto; lo que nos permite concluir que existe un nivel medio de adicción a las redes sociales en los participantes encuestados. En cuanto a la ansiedad diferenciada en cuatro niveles; con el mayor porcentaje, el 40 % de los participantes están sin ansiedad, el 33 % presenta una ansiedad leve, el 23 % una ansiedad moderada, y el 4 % una ansiedad intensa, siendo el menor porcentaje. Estos resultados permiten evidenciar que los participantes con mayor porcentaje no presentan niveles de ansiedad, sin embargo, la suma de ansiedad moderada e intensa representan un 27% de personas con ansiedad, si bien no es la mayoría, es un porcentaje significativo. Además, se halla que el 60% tiene algún tipo de ansiedad. Finalmente, respecto al análisis de las correlaciones entre las variables de estudio, la correlación existente entre las variables de adicción a las redes sociales y ansiedad, de manera general, es moderada ($,301^{**}$), así mismo, la correlación se muestra de manera positiva y significativa. La correlación entre el factor 1. Obsesión por las redes sociales y ansiedad, es moderada ($,358^{**}$), mientras que con el factor 2. Falta de control en el uso de redes sociales ($,248^{**}$) y el factor 3. Uso excesivo de las redes sociales ($,191^{**}$), la correlación es débil. **Conclusiones:** La ansiedad y adicción a las redes sociales en los jóvenes debe su relevancia al incremento de las tecnologías en la cotidianidad y las múltiples consecuencias que acarrea, una adicción a las redes sociales no intervenida

podría generar ansiedad en una población tan vulnerable como es la juventud. Por tanto, identificar la relación existente entre ambas, permite determinar la necesidad de crear estrategias de prevención e intervención. En esta ocasión, aunque se presenta una correlación positiva, es moderada, por lo que es poco confiable asegurar una relación directa entre las variables. Sin embargo, se presentaron resultados significativos de forma independiente, como una alta prevalencia a la adicción a las redes sociales y la presencia de variados niveles de ansiedad en los jóvenes.

Palabras clave: Ansiedad, adicción, relación, redes sociales, comportamiento adictivo, TIC, jóvenes.

ABSTRACT

Background: The Digital Era it's characterized by the accelerated way in which communications are taking place and how it is modifying interactions and transforming the social environment; it has been seen how social networks and ICTs have permeated, especially the youth population. Likewise, the pandemic and confinement process has influenced the increase of interactions through social networks, hence the estimate that 10-15% of young people develop addictive behaviors. According to Salas and Escurra (2014), young people use social networks "by default," facilitating the visibility of how they interact and how addictive behavior to social networks develops; based on this, Martínez and Pérez (2014) mention the lack of attention to mental health in university students since they are considered relatively healthy, however, according to Zúñiga (2021), the levels of depression and anxiety have been increasing because of the high levels of stress during the pandemic by Covid-19, 66%, 64. 1% and 61.9%, respectively; therefore, we should not lose sight of how they can generate a predisposition for addictive behaviors among young people, especially. According to Moreno (2021), they can be presented as harmless behaviors. Still, they can be transformed into loss of control, becoming a habit in which the young person has the constant need to connect to the Internet and when it is not possible, he/she begins to present symptoms of anxiety, generating physical and emotional discomfort. **Objective:** To establish the relationship between anxiety and addiction to social networks in university students in the city of Barranquilla. **Materials and Methods:** A quantitative research method was used to establish a correlation between the two variables studied, Anxiety and Addiction to social networks, using two

instruments to measure anxiety was used the scale of self-measurement of depression and anxiety (EAMD) created by William Zung and Zung, also known as Zung scale, is an instrument that has 20 items that evaluate anxious symptoms, 15 somatic items and 5 cognitive items, with a Likert-type scale that is answered: Never, Sometimes, Almost always and Always, each question can be rated from one to four. Regarding addiction to social networks, the Addiction to social networks questionnaire (ARS) Developed by Escurra and Salas (2014) was applied; it's an instrument designed based on the DSM - IV indicators for substance addiction, with an adaptation of these to the assumption of addiction to social networks, it consists of 24 Likert-type scale items with five response options, it also consists of 3 factors: 1) Obsession with social networks, which evaluates ten items, 2) Lack of personal control in the use of social networks, where it evaluates six items, and 3) Excessive use of social networks, evaluating eight items. These instruments were applied to a stratified random sample with proportional allocation, where a sample of 391 was chosen from a total of 7,698 university students of the Universidad Simón Bolívar, Barranquilla, belonging to two faculties, the Faculty of Legal and Social Sciences, and the Faculty of Health Sciences, which include the programs of Law, Psychology, Social Work, Medicine, Nursing, and Physiotherapy. Finally, for the collection of these data, a digital format was created in Google Forms with informed consent and both instruments in order to later share the link of the digital format with the students or ask them in person for their voluntary participation in the research. **Results:** In relation to addiction to social networks, which consists of three levels, 21% of the sample is at a low level, 75%, being the highest percentage, at a medium level, and 4%, representing the

lowest percentage, at the high level; which allows us to conclude that there is a medium level of addiction to social networks in the surveyed participants. Anxiety is differentiated into four levels; with the highest percentage, 40% of the participants are without anxiety, 33% present mild anxiety, 23% moderate anxiety, and 4% intense anxiety, being the lowest percentage. These results show that the participants with the highest percentage do not present anxiety levels; however, the sum of moderate and intense anxiety represents 27% of people with anxiety; although it is not the majority, it is a significant percentage. In addition, it is found that 60% have one type of anxiety. Finally, regarding the analysis of the correlations between the study variables, the correlation between the variables of addiction to social networks and anxiety, in general, is moderate (301*); likewise, the correlation is positive and significant. The correlation between factor 1. Obsession with social networks and anxiety is moderate (358), while with factor 2. Lack of control in the use of social networks (248) and factor 3. With excessive use of social networks (191*), the correlation is weak. **Conclusions:** Anxiety and addiction to social networks in young people owe their relevance to the increase of technologies in everyday life and the multiple consequences it entails; an addiction to social networks without intervention could generate anxiety in a population as vulnerable as a youth. Therefore, identifying the relationship between the two allows us to determine the need to create prevention and intervention strategies. On this occasion, although there is a positive correlation, it is moderate, so it is unreliable to ensure a direct relationship between the variables. However, significant results were presented independently, such as a high

prevalence of addiction to social networks and the presence of varying levels of anxiety in young people.

Keywords: Anxiety, addiction, relationship, social networks, addictive behavior, ICT, youth.

REFERENCIAS

- Agudelo, D., Casadiego, C. & Sánchez, D. (2008). Características de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios. *International Journal of Psychological*, 1(1), 34–39. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=299023503006>
- Alkis, Y., Kadirhan, Z. & Sat, M. (2017). Development and Validation of Social Anxiety Scale for Social Media Users. *Computers in Human Behavior*, 72, 296–303. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.03.011>
- American Psychological Association. (2022). Anxiety. <https://www.apa.org/topics/anxiety>
- American Psychological Association. (s. f.). Sustancias, uso, abuso y adicción. <https://www.apa.org/topics/substance-use-abuse-addiction>
- Amézquita, M., González, E. & Zuluaga, D. (2003). Prevalencia de la depresión, ansiedad y comportamiento suicida en la población estudiantil de pregrado de la Universidad de Caldas, año 2000. *Revista Colombiana de Psiquiatría* 32(4), 341-356. http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S003474502003000400003&script=sci_abstract&tlng=es
- Arab, L. & Díaz, G. (2015). Impacto de las redes sociales e internet en la adolescencia: aspectos positivos y negativos. *Revista Médica Clínica las Condes*, 26(1), 7–13. <https://doi.org/10.1016/j.rmclc.2014.12.001>
- Ardila, I., Orozco, P. & Potosí, B. (2022). *Adicción a las redes sociales en estudiantes de la Universidad Cooperativa de Colombia, sede Villavicencio* [Tesis de

pregrado, Universidad Cooperativa de Colombia]. Repositorio Institucional Universidad Cooperativa de Colombia.

http://www.knowledgecap.bigstarcreative.com/bitstream/20.500.12494/44911/3/2022_adiccion_redes_sociales.pdf

Arizala, J. F. C., & Tuco, C. M. C. (2022). *Adicción a redes sociales y estrés académico en estudiantes ecuatorianos de nivel tecnológico*. [Tesis para obtener el Grado Académico de Maestro en Educación con Mención en Investigación y Docencia Universitaria] Universidad Peruana Unión.

Awders, S. (2015). People check their smartphones 85 times a day (and they don't even know they're doing it). *Nottingham Trent University*. <https://www.ntu.ac.uk/about-us/news/news-articles/2015/11/people-check-their-smartphones-85-times-a-day-and-they-dont-even-know-theyre-doing-it>

Báez, J. H. (2016). *Asociación entre las redes sociales de internet y trastorno de ansiedad en adolescentes de dos Academias preuniversitarias de la Ciudad de Arequipa* [Tesis desarrollada para optar el título profesional de médico cirujano, Universidad de San Agustín]. Repositorio institucional. Obtenido de <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/3464/MDhubaj.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Bueno Sáinz, S. (2021). El controvertido diagnóstico del trastorno de adicción a los videojuegos y la evolución del mismo durante la pandemia COVID-19: a propósito de un caso clínico. *Psiquiatría Biológica*, 28(3), 100–335. <https://doi.org/10.1016/j.psiq.2021.100335>

Cabero Almenara, J., Martínez Pérez, S., Valencia Ortiz, R., Leiva Núñez, J. P., Orellana Hernández, M. L. & Harvey López, I. (2019). La adicción de los estudiantes a las redes sociales on-line: un estudio en el contexto latinoamericano. *Revista Complutense de Educación*, 31(1), 1–12.

<https://doi.org/10.5209/rced.61722>

Cardona-Arias, J. A., Pérez-Restrepo, D., Rivera-Ocampo, S. & Gómez-Martínez, J. (2015, 25 diciembre). Prevalencia de ansiedad en estudiantes universitarios. *Diversitas*, 11(1), 79. <https://doi.org/10.15332/s1794-9998.2015.0001.05>

Challco, K. Rodríguez, S. & Jaimes, J. (2016). Riesgo de adicción a redes sociales, autoestima y autocontrol en estudiantes de secundaria. *Revista Científica De Ciencias De La Salud*, 9, 9-15.

https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/rc_salud/article/view/236/236

Devassy, S. M., Scaria, L., Cheguvera, N. & Thampi, K. (2021). Association of depression and anxiety with social network types: Results from a community cohort study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18 (11), 61–20. <https://doi.org/10.3390/ijerph18116120>

Erliksson, O. J., Lindner, P. & Mörtberg, E. (2020). Measuring associations between social anxiety and use of different types of social media using the Swedish social anxiety scale for social media users: A psychometric evaluation and cross-sectional study. *Scandinavian Journal of Psychology*, 61(6), 819–826.

<https://doi.org/10.1111/sjop.12673>

Galbava, S., Machackova, H. & Dedkova, L. (2021). Cyberostracism: Emotional and behavioral consequences in social media interactions. *Comunicar*, 29(67), 9–20.

<https://doi.org/10.3916/c67-2021-01>

García, L. (2015). *Tiempos Modernos: redes sociales y ansiedad* [Proyecto de grado, Universidad de la Sabana]. Repositorio institucional. Obtenido de

<https://intellectum.unisabana.edu.co/bitstream/handle/10818/27727/Laura%20Vannessa%20Garc%c3%ada%20Gualdr%c3%b3n%20%28Tesis%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Gil, V. & Quintero, C. (2021). Anxiety and depression resulting from the abuse of social networks: a relational analysis. [Conference: II Congreso Salud Mental Digital, At: Argentina], 2. Obtenido de https://www.researchgate.net/profile/Victor-GilVera/publication/350499466_Anxiety_and_depression_resulting_from_the_abuse_of_social_networks_a_relational_analysis/links/606366e792851cd8ce7aca7b/Anxiety-and-depression-resulting-from-the-abuse-of-social-ne

https://www.researchgate.net/profile/Victor-GilVera/publication/350499466_Anxiety_and_depression_resulting_from_the_abuse_of_social_networks_a_relational_analysis/links/606366e792851cd8ce7aca7b/Anxiety-and-depression-resulting-from-the-abuse-of-social-ne

Hall, S. (2022). Digital Report 2022: el informe sobre las tendencias digitales, redes sociales y mobile. *We are social*. <https://wearesocial.com/es/blog/2022/01/digital-report-2022-el-informe-sobre-las-tendencias-digitales-redes-sociales-y-mobile/>

<https://wearesocial.com/es/blog/2022/01/digital-report-2022-el-informe-sobre-las-tendencias-digitales-redes-sociales-y-mobile/>

Hanna Lavallo, M. I., Ocampo Rivero, M. M., Janna Lavallo, N. M., Mena Gutiérrez, M.

C. & Torreglosa Portillo, L. D. (2020). Redes sociales y calidad de vida relacionada con la salud en estudiantes universitarios. *Revista Cuidarte*, 11(1),

9-53 <https://doi.org/10.15649/cuidarte.953>

Herskovic, V. & Matamala, M. (2020). Somatización, ansiedad y depresión en niños y adolescentes. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 31(2), 183–187.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0716864020300213>

Jabalera, P., Morey, M., Rodríguez, A. & Sánchez, A. (2012). Las redes sociales influyen en el comportamiento de los universitarios. *ReiDoCrea*, 1(1), 88-94.

<https://digibug.ugr.es/bitstream/handle/10481/21966/ReiDoCrea-Vol.1-Art.12-Jabalera-Monrey-Rodriguez-Sanchez.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Jasso Medrano, J. L., López Rosales, F. & Díaz Loving, R. (2017). Conducta adictiva a las redes sociales y su relación con el uso problemático del móvil. *Acta de Investigación Psicológica*, 7(3), 2832–2838.

<https://doi.org/10.1016/j.aippr.2017.11.001>

Manual Zung - Ansiedad y Depresión. (2006). Library. Recuperado 9 de octubre de 2022, de <https://1library.co/document/yr0gr0py-manual-zung-ansiedad-y-depresion.html>

Marín Prieto, J. (2019). Cuestionario De Adicción A Las Redes Sociales Ars 6 (1) [jlk9y1x6j345]. IDOCPUB. Recuperado 9 de octubre de 2022,

<https://idoc.pub/documents/cuestionario-de-adiccion-a-las-redes-sociales-ars-6-1-jlk9y1x6j345>

Martínez-Otero Pérez, V. (2014). Ansiedad en estudiantes universitarios: estudio de una muestra de alumnos de la Facultad de Educación. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 439-449.

<https://www.redalyc.org/pdf/3498/349851780045.pdf>

Martínez, V. & Pérez, O. (2014). Ansiedad en estudiantes universitarios: estudio de una muestra de alumnos de la Facultad de Educación. *Revista de la Facultad de Educación de Albacete*, 29-2, 2014.

<https://revista.uclm.es/index.php/ensayos/article/view/384/562>

Martínez, Y., Herazo, E. & Campo, A. (1969, 31 diciembre). Study of internal consistency and factor structure of three versions of the Zung's rating instrument for anxiety disorders. *Colombia Medica*, 40(1), 71-84.

<https://doi.org/10.25100/cm.v40i1.629>

Matalinares Calvet, M. L., Diaz Acosta, A. G., Rivas Diaz, L. H., Segundo Chocano, A. D., Arenas Iparraguirre, C. A., Raymundo Villalba, O., Baca, D., Uceda Espinoza, J., Yaringaño Limache, J. & Fernandez, E. (2017). Procrastinación y adicción a redes sociales en estudiantes universitarios de pre y post grado de lima. *Horizonte de la Ciencia*, 7(13), 68–81.

<https://www.redalyc.org/journal/5709/570960867005/html/>

Mohanna, G. & Romero, D. (2019). *Adicción a las Redes Sociales y Ansiedad en estudiantes de secundaria de Lima* [Tesis Para optar el título profesional de Licenciado en Psicología, Universidad peruana de ciencias aplicadas].

Repositorio institucional. Obtenido de

https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/628014/Mohanna_VG.pdf?sequence=3&isAllowed=y

Mosanya, A., Aluh, D. & Chukwuobasi, T. (2019). A cross-sectional survey of social media anxiety among students of university of Nigeria. *Journal of Mental Health*

and Human Behaviour, 24(1), 51–56.

https://doi.org/10.4103/jmhbb.jmhbb_64_19

Núñez, G. L., Tejada Yépez, S. L. & Zambrano Santana, J. L. (2022). El uso del computador, las redes sociales y las nuevas tecnologías en los adolescentes y jóvenes: un análisis desde su perspectiva. *Universidad Y Sociedad*, 14(S3), 465-475. <https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/2976>

Oliva, C. (2014). Redes sociales y jóvenes: Una intimidad cuestionada en internet. *Revista de Ciencias Sociales*, 54, 1–16.

<https://www.redalyc.org/pdf/4959/495950250003.pdf>

Portillo-Reyes, V., Ávila-Amaya, J. A. & Capps, J. W. (2021). Relación del Uso de Redes Sociales con la Autoestima y la Ansiedad en Estudiantes Universitarios. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 3(1), 139-149.

<https://revistacneip.org/index.php/cneip/article/view/182>

Prieto, J. & Moreno, A. (2015). Las redes sociales de internet, ¿Una Nueva adicción? The use of social networking websites is a new addiction?. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 24(2), 149–156. <https://eprints.ucm.es/id/eprint/37620/>

Riv, B. (2017). *La investigación correlacional*. *Academia*.

https://www.academia.edu/31356230/La_investigaci%C3%B3n_correlacional

Rosero, A.D., Eraso, J.S., Villalobos-Galvis, F.H., & Herrera-López, M. (2022). Validación del Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) en una muestra de adolescentes colombianos. *Informes Psicológicos*, 22(2). 29-45

<http://dx.doi.org/10.18566/infpsic.v22n2a02>

- Sahagún, M., Martínez, B., Delgado, E. & Salamanca, C. (2015). Adicción a redes sociales y su relación con problemas de autoestima en la población de 15 a 19 años en población derecho habiente del instituto mexicano del seguro social. *Revista médica*, 6(4), 285–289. <https://www.medigraphic.com/pdfs/revmed/md-2015/md154m.pdf>
- Soto Rodríguez, I. & Zuñiga Blanco, A. (2021). Depresión, ansiedad y estrés de universitarios en tiempos de COVID-19: Uso de escala DASS-21. *Espíritu Emprendedor TES*, 5(3), 45-61. <https://doi.org/10.33970/eetes.v5.n3.2021.263>
- Vannucci, A., Flannery, K. M. & Ohannessian, C. M. (2017). Social media use and anxiety in emerging adults. *Journal of Affective Disorders*, 207, 163–166. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.08.040>
- Villacorta, J. & Zavala, S. (2022). *Impacto de la exposición de las redes sociales sobre Ansiedad y Depresión en estudiantes de medicina durante la pandemia COVID-19* [Tesis para optar el título profesional de médico cirujano, Universidad nacional de Trujillo]. Repositorio institucional. Obtenido de https://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/19141/VillacortaRodr%c3%adguez_ZavalaCastillo.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Yana-Salluca, M., Adco-Valeriano, D.Y., Alanoca-Gutiérrez, R. & Casa-Coila, M.D. (2022). Adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en adolescentes peruanos en tiempos de coronavirus Covid-19. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 25(2), 129-143. <https://doi.org/10.6018/reifop.513311>