



## Adicción a redes sociales y estrés académico en estudiantes ecuatorianos de nivel tecnológico<sup>a</sup>

### Addiction to social networks and academic stress in Ecuadorian students of technological level

Jenrry Fredy Chávez Arizala<sup>1b</sup>, Carlos Mediver Coaquira Tuco<sup>2</sup>

Instituto Superior Tecnológico Adventista del Ecuador, Santo Domingo, Ecuador<sup>1</sup>  
Universidad Peruana Unión, Lima, Perú<sup>2</sup>



ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-4927-8113><sup>1</sup>



ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-0845-0415><sup>2</sup>

**Recibido:** 28 de setiembre de 2021

**Aceptado:** 19 de enero de 2022

#### Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre la adicción a redes sociales y estrés académico en los estudiantes del Instituto Tecnológico Tsa`chila, en Santo Domingo, Ecuador, año 2020. El estudio es de enfoque cuantitativo, el nivel o alcance del estudio es de tipo descriptivo-correlacional, con diseño no experimental y de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 500 estudiantes de ambos sexos con rango de edad entre 17 a 44 años de las carreras vigentes de un instituto público. Los instrumentos utilizados fueron el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) con un coeficiente de confiabilidad alfa de Cronbach del 0,950 y el inventario SISCO SV-21 del estrés académico con un coeficiente de fiabilidad alfa de Cronbach del 0,929. Los resultados demostraron que existe relación baja significativa entre adicción a redes sociales con respecto a las dimensiones síntomas o reacción ( $\tau\text{-}b = .135$ ;  $p < .01$ ) y estrategias de afrontamiento ( $\tau\text{-}b = -.184$ ;  $p < .01$ ) del estrés académico en los estudiantes de nivel superior; con niveles de adicción medio y estrés académico moderado. Se concluyó que, a mayor uso de las redes sociales en internet, mayor incremento del estrés académico en estudiantes de nivel superior.

**Palabras clave:** Adicción, redes sociales, estrés académico, síntomas, estrategias de afrontamiento.

#### Abstrac

The objective of the research was to determine the relationship between addiction to social networks and academic stress in students of the Tsa`chila Technological Institute,

<sup>a</sup>Este trabajo se basa en la tesis de maestría del autor, *Adicción a redes sociales y estrés académico en los estudiantes del Instituto Tecnológico Tsa`chila, en Santo Domingo-Ecuador, año 2020.*

<http://hdl.handle.net/20.500.12840/4781>

<sup>b</sup>Correspondencia al autor E-mail:

jenrrychavez@upeu.edu.pe

in Santo Domingo - Ecuador, year 2020. Study with a quantitative approach, the level or scope of the study is of type descriptive - correlational with non-experimental crosssectional design. The sample consisted of 500 students of both sexes with an age range between 17 and 44 years of the current careers of a public institute. The instruments used were the Social Media Addiction questionnaire (ARS) with a Cronbach's alpha reliability coefficient of 0.950 and the SISCO SV-21 inventory of academic stress with a Cronbach's alpha reliability coefficient of 0.929. The results show that there is a significant low relationship between addiction to social networks with respect to the symptoms or reaction dimensions ( $\tau\text{-}b = .135$ ;  $p < .01$ ) and coping strategies ( $\tau\text{-}b = -.184$ ;  $p < .01$ ) of academic stress in higher level students; with medium levels of addiction and moderate academic stress. It was concluded that a greater use of social networks on the Internet increased academic stress in higher-level students.

**Keywords:** Addiction, Social networks, Academic stress, Symptoms, Coping strategies.

### Introducción

Las adicciones sin sustancias son un creciente problema actual que requiere atención inmediata (Escurra & Salas, 2014; Prieto & Moreno, 2015; Rodríguez, 2020), considerando para el estudio la dependencia al internet como las redes sociales virtuales conocida como la web 2.0 donde los usuarios producen contenidos que van a ser utilizados por la comunidad virtual (García, 2013). Según la definición de Boyd y Ellison (2008) se puede decir que las redes sociales, o más concretamente los servicios de redes sociales (SRS), entendidos éstos como páginas o servicios web, son comunidades virtuales con intereses comunes que interactúan constantemente. Los nuevos cambios de hábitos en el área tecnológica están generando problemas de adicción, debido a que factores tales como persuasión, heterogeneidad y aparentes beneficios de servicios, están modificando el comportamiento del usuario llegando a dependencias y adicciones (Prieto & Moreno, 2015).

Jiménez (2010) hace referencia a un nuevo término tecnoestrés determinado como el uso continuo de las nuevas tecnologías de la información y comunicación, dentro o fuera del ámbito laboral, que puede generar ansiedad y temor ante su uso y provocar dependencia. En efecto “En este caso de análisis, desde una esfera global, se presentan las adicciones a Internet y en particular se detallan los abusos de consumo de las redes sociales” (Prieto & Moreno, 2015, p. 150). En el ámbito internacional, según el reporte anual del Digital 2020, las redes sociales muestran que los medios digitales, móviles y sociales se han convertido en una parte indispensable de la vida cotidiana de la mayoría

de las personas en todo el mundo. Aproximadamente 4.500 millones de personas están usando Internet al comienzo del 2020, mientras que los usuarios de las redes sociales han superado los 3.800 millones, superando la mitad de la población en todo el planeta. Las redes de uso mayoritario a nivel global son las siguientes: Facebook YouTube, WhatsApp, FB Messenger, WeChat, Instagram, TikTok, Tencent QQ, Twitter, LinkedIn, Skype, Snapchat, Pinterest, entre otras (Kemp, 2020).

Al respecto, Martínez-Ferrer y Moreno (2017) realizaron un estudio donde los resultados demostraron que adolescentes con edades entre 11 y 16 años de centros enseñanza secundaria en España son más propensas a utilizar de manera abusiva las redes sociales virtuales. Asimismo, Loro (2015) llevó a cabo una investigación en una comunidad de jóvenes universitarios entre 19 y 24 años en Madrid, donde expresa que existe evidencias de que el uso inadecuado de estos servicios en el caso de los jóvenes puede ocasionar problemas en diferentes áreas de la vida del usuario, en tal sentido, Jasso et al. (2017) mencionan en su estudio que existen conductas adictivas a las redes sociales en estudiantes universitarios en México, donde evidenciaron que el WhatsApp es la red social más importante con un 54.5 %, seguido de Facebook (38.2%), YouTube (2.9%), Twitter (2.7%) y otras redes (1.7%).

El estrés es un tema de interés en el ámbito educativo a nivel mundial (Maturana & Vargas, 2015; Quito et al., 2017). Las estadísticas muestran que la cuarta parte de personas sufre de algún problema grave de estrés y en las ciudades, se considera que el 50 % tienen algún problema de salud mental relacionado al estrés (Caldera et al., 2007). El estrés es hoy en día, una problemática a la que se está prestando una atención creciente especialmente en el área académica, a pesar de ello se requiere mayor intervención en el ámbito de la investigación (Monzón, 2007). Por su parte, Caldera et al. (2007) mencionan que el estrés académico es aquel que se genera a partir de las demandas que exige el ámbito educativo. Asimismo, Orlandini (1999) señala que “desde los grados preescolares hasta la educación universitaria de postgrado, cuando una persona está en período de aprendizaje experimenta tensión. A ésta se le denomina estrés académico, y ocurre tanto en el estudio individual como en el aula escolar” (p. 143).

Desde las ciencias de la educación, Roman y Hernandez (2011) manifiestan que el estrés académico es el proceso de cambio en los elementos relacionados a la enseñanza y aprendizaje, por medio de varios mecanismos de adaptación individuales e institucionales, resultado de la demanda desbordante y exigida en las experiencias de enseñanza y aprendizaje que se desarrollan en las instituciones de educación. Monzón

(2007) desde una perspectiva personal, expresa que es “un fenómeno e implica la consideración de variables interrelacionadas: estresores académicos, experiencia subjetiva de estrés, moderadores del estrés académico y finalmente, efectos del estrés académico” (p. 89).

Con relación al estrés académico Barraza et al. (2019) realizaron una investigación y se demostró que existe evidencia de estrés académico en docentes de la Universidad de Monterrey en México y los estresores con mayor frecuencia fueron la sobrecarga de tareas, trabajos escolares, las evaluaciones de los docentes y el escaso tiempo para realizar la actividad. Al respecto Parra-Sandoval et al. (2018) en una investigación realizada en Chile, demostraron que todos los estudiantes de la Universidad de Chile participantes del estudio presentaron estrés, evidenciado en las opciones de respuesta siempre, o casi siempre con el 90% de los participantes.

En el Ecuador estudios demuestran que la problemática en referencia al estrés académico es una realidad así lo expresan Álvarez-Silva et al. (2018) en una investigación realizada en un Instituto Superior Tecnológico en Finanzas de la ciudad de Guayaquil donde concluyeron que existe presencia de estrés en las instancias académicas donde el 97% de estudiantes confirmaron padecer de esta problemática. Las adicciones a redes sociales en adolescentes y universitarios cada vez son más notorias.

Fuertes y Armas (2018) realizaron una investigación con adolescentes de la Unidad Educativa Tulcán, donde el 78% prefiere un estilo de vida virtual que el mundo real, y concluyendo que el uso excesivo de las redes sociales, pueden causar adicción como cualquier otra sustancia o conducta típica, asimismo en la Zona de Planificación 4. Lazo y Fernández (2018) en un estudio desarrollado en la Universidad Técnica de Manabí señalaron que el 54% de la población analizada, reflejó adicción a las redes sociales, puntuando en la escala, promedio alto.

Los estudios desarrollados muestran, cada vez de forma más evidente, que existe una problemática latente y creciente en las instituciones de educación que se dedican a la formación de profesionales en los diferentes países, así manifiestan diversas fuentes citadas en la presente investigación, resaltándose el estrés académico en estudiantes de nivel superior y una creciente adicción a las redes sociales en la sociedad en forma general; además se visualiza que en la Zona de Planificación 4, y a nivel regional, los estudios son escasos en correlación a las variables de estudio, por tal motivo esta investigación toma relevancia significativa, cuyo objetivo es determinar la relación entre

la adicción a redes sociales y estrés académico en los estudiantes del Instituto Tecnológico Tsa`chila, en Santo Domingo, Ecuador, año 2020.

### Método

La investigación tiene enfoque cuantitativo de tipo descriptivo - correlacional, porque pretende proporcionar la descripción de los hechos tal como se dan y analizar la relación entre dos variables adicción a redes sociales y estrés académico. La investigación se realizó a través de un diseño no experimental sin manipulación de variables y en los que solo se observan los fenómenos en su ambiente natural para después analizarlos. De forma específica, se trataría de un diseño transversal o transeccional porque la recolección de datos se realizó en un solo momento, en un tiempo único. Su propósito fue describir variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado (Hernández Sampieri & Mendoza, 2018).

### Participantes

En el estudio se utilizó la técnica de muestreo no probabilístico de tipo intencional donde participaron 500 estudiantes del Instituto Tecnológico Tsa`chila del Ecuador, 127 de sexo masculino y 373 correspondiente al sexo femenino con rango de edad entre 17 a 44 años; de carreras vigentes tales como Tecnología en Desarrollo Integral Infantil, Procesamiento de Alimentos, Logística y Transporte, Planificación y Gestión del Transporte Terrestre, Seguridad y Prevención de Riesgos Laborales, Confección Textil y Electricidad matriculados en el período 2020, que hayan cursado el primer semestre, como se describe en la tabla 1.

**Tabla 1**

*Distribución de la muestra en función del sexo y carrera*

	Sexo		%	Total	%	
	Masculino	Femenino				
Carrera Tecnológica						
Desarrollo Integral Infantil	4	0,8	136	27,20	140	28,00
Procesamiento de Alimentos	25	5,0	75	15,00	100	20,00
Logística y Transporte	23	4,6	37	7,40	60	12,00
Planificación y Gestión del Transporte Terrestre	16	3,2	29	5,80	45	9,00
Seguridad y Prevención de Riesgos Laborales	16	3,2	34	6,80	50	10,00
Confección Textil	18	3,6	39	7,80	57	11,40
Electricidad	25	5,0	23		48	

127      25,4      373      500

Fuente: Data, cuestionario de adicción a redes sociales y el inventario SISCO SV21

%

### ***Instrumentos***

*Cuestionario de adicción a redes sociales.* El Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) propuesto por Ecurra y Salas en el año 2014 aporta evidencias de confiabilidad

	4,60	9,60
Total	74,60	100,00

por consistencia interna, el instrumento aporta evidencias de validez de constructo, bajo el modelo de la teoría clásica de los test a través del análisis factorial confirmatorio y los factores cumplen con los supuestos teóricos del MRG de Samejima (Ecurra & Salas, 2014). El instrumento está conformado con 32 preguntas, distribuidas de la siguiente manera: 7 preguntas demográficas, 1 pregunta de filtro y 24 preguntas (ítems) bajo un sistema de calificación de cinco puntos: (0) nunca, (1) rara vez, (2) algunas veces, (3) casi siempre, y (4) siempre. Contiene 3 dimensiones: Obsesión por las redes sociales, falta de control personal en el uso de las redes sociales y uso excesivo de las redes sociales.

Para la presente investigación se trabajó la validez de contenido a partir del criterio de jueces, para lo cual se consultó con 10 profesionales tales como 6 psicólogos y 4 del área de sistemas todos con grado académico de maestría. Se utilizó la V. de Aiken, para determinar la validez de contenido y los resultados fueron significativos obteniendo valores entre 0.90 y 1 (Ecurra, 1988). Para determinar la confiabilidad y validez de constructo se realizó una prueba en las instalaciones de los Institutos públicos de la provincia de Santo Domingo de los Tsáchilas en el Ecuador. Se aplicó el instrumento a un grupo de 380 estudiantes y posteriormente se procedió a determinar la confiabilidad del instrumento mediante el alfa de Cronbach arrojando un coeficiente total de 0,950 que es valorado como alto o consistente, se hizo lo mismo con los tres componentes del instrumento: Obsesión por las redes sociales, Falta de control personal en el uso de las redes sociales y Uso excesivo de las redes sociales. Se obtuvo los siguientes coeficientes: Obsesión por las redes sociales: 0,883: Falta de control personal en el uso de las redes sociales: 0,786: Uso excesivo de las redes sociales: 0,908, además se obtuvo una confiabilidad por mitades con un coeficiente del 0.898.

Para la validez de constructo se utilizó el análisis factorial exploratorio donde se aplicó la prueba Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) la cual arrojó un puntaje de 0.941 y la prueba de esfericidad de Barlett obtuvo un grado de significancia de 0.000, los cuales indican que los datos son susceptibles de ser analizados. La estimación de comunalidades muestra que

todos los ítems presentan un valor superior a 0.383 por lo que se consideran aceptables para continuar con el análisis factorial. Se procedió a realizar un análisis factorial por rotación Varimax, el programa reporta tres factores que explican el 60,789% de la varianza total. Todos los ítems pudieron ser ubicados en alguno de los factores al tener saturaciones mayores a .401 (Moral, 2006); saturando en el factor que teóricamente les corresponde.

Para la validez de consistencia interna se evidenció mediante el estadístico de correlación  $r$  de Pearson del puntaje global proporcionado por el cuestionario con el puntaje específico obtenido en cada una de las dimensiones del instrumento, correlaciones significativas en todos los casos ( $p < 0,05$ ), siendo el valor  $r$  Pearson menor de .833 y el mayor de .837. Este resultado confirma la homogeneidad de los ítems alrededor del constructo “adicción a redes sociales” y la direccionalidad única de los ítems. Los baremos establecidos para la puntuación de las tres dimensiones del instrumento adicción a redes sociales son los percentiles evidenciados en la tabla 2.

**Tabla 2**

*Baremo del cuestionario adicción a redes sociales (ARS)*

Nivel	Percentiles	Obsesión por las redes sociales	Falta de control personal	Uso excesivo de las redes sociales
Bajo	00 – 26	00 – 05	00 – 05	00 - 07
Medio	27 – 75	06 – 15	06 – 11	08 - 15
Alto	76 – 99	16 – 39	12 – 24	16 – 32

*Inventario SISCO SV-21 del Estrés Académico.* El Inventario SISCO SV-21 del Estrés Académico fue propuesto por Arturo Barraza Macías en el año 2018 en su segunda versión, la cual obtuvo una confiabilidad por mitades con un coeficiente del 0.87 y una confiabilidad en alfa de Cronbach de 0,90. El autor menciona que para analizar la validez del instrumento se recolectó evidencia en base a la estructura interna mediante tres procedimientos: Análisis factorial, análisis de consistencia interna y análisis de grupos contrastados (Barraza-Macías, 2018). El instrumento está diseñado por 23 ítems distribuidos de la siguiente forma: Un ítem de filtro que, en términos dicotómicos (si-no) permite determinar si el encuestado es candidato o no a contestar el inventario; Un ítem que, en un escalamiento tipo Lickert de cinco valores numéricos (del 1 al 5 donde uno es poco y cinco es mucho) permite identificar el nivel de intensidad del estrés académico y tres dimensiones con un escalamiento tipo Lickert de seis valores categoriales (nunca,

casi nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) tales como estresores (7 ítems), síntomas o reacciones (7 ítems) y estrategias de afrontamiento (7 ítems) (BarrazaMacías, 2018).

Para el presente estudio se trabajó la validez de contenido a partir del criterio de jueces, para lo cual se consultó con 6 profesionales en psicología con maestría y doctorados. Se utilizó la V. de Aiken, para determinar la validez de contenido y los resultados fueron significativos obteniendo valores entre 0.90 y 1 (Escrura, 1988). Para determinar la confiabilidad y validez de constructo se realizó una prueba en las instalaciones de los Institutos públicos de la provincia de Santo Domingo de los Tsáchilas en el Ecuador, previa a la recolección de los datos con el fin de obtener información que ayude a mejorar la validez y confiabilidad del instrumento y detectar problemas en la validez de construcción, de contenido y de criterio. Se aplicó el instrumento a un grupo de 380 estudiantes y posteriormente se procedió a determinar la confiabilidad del instrumento, mediante el alfa de Cronbach arrojando un coeficiente total de 0,929 que es valorado como alto o consistente, se hizo lo mismo con los tres componentes del instrumento estresores, síntomas o reacciones y estrategias de afrontamiento. Y se obtuvo los siguientes coeficientes: Estresores: 0,921: Síntomas o reacciones: 0,913: Estrategias de afrontamiento: 0,952 además se obtuvo una confiabilidad por mitades con coeficientes de 0.922 para la primera parte y 0.891 para la segunda parte.

Para la validez de constructo se utilizó el análisis factorial exploratorio donde se aplicó la prueba Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) el cual arrojó un puntaje de 0.918 y la prueba de esfericidad de Barlett obtuvo un grado de significancia de 0.000, los cuales indican que los datos son susceptibles de ser analizados. La estimación de comunalidades muestra que todos los ítems presentan un valor superior a 0.561 por lo que se consideran aceptables para continuar con el análisis factorial. Se procedió a realizar un análisis factorial por rotación Varimax, el programa reporta tres factores que explican el 71,149% de la varianza total. Todos los ítems pudieron ser ubicados en alguno de los factores al tener saturaciones mayores a .65 (Moral, 2006); saturando en el factor que teóricamente les corresponde. Para la validez de consistencia interna se evidenció mediante el estadístico de correlación  $r$  de Pearson del puntaje global proporcionado por el inventario con el puntaje específico obtenido en cada una de las dimensiones del instrumento correlaciones significativas en todos los casos ( $p < 0,01$ ), siendo el valor  $r$  Pearson menor de .289 y el mayor de .589; así mismo, cada ítem correlaciona de manera positiva ( $p < 0,01$ ) con el puntaje obtenido, en su dimensión correspondiente, por cada encuestado, siendo el valor



$r$  de Pearson menor de .436 y el mayor de .881. Este resultado confirma la homogeneidad de los ítems alrededor del constructo “estrés académico” y la direccionalidad única de los ítems.

**Tabla 3**

*Baremo del inventario SISCO SV-21*

Nivel	Valor teórico (percentiles)	Rango	Estresores	Síntomas o reacciones	Estrategias de afrontamiento
Leve	00 – 33	00 – 35	00 – 12	00 – 12	00 – 12
Moderado	34 – 66	36 – 70	13 – 23	13 – 23	13 – 23
Severo	67 – 100	71 – 105	24 – 35	24 – 35	24 – 35

### ***Procedimiento***

Se elaboró un cuestionario online utilizando la aplicación Google Forms, compuesta por el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) e Inventario SISCO SV-21 del Estrés Académico con las escalas correspondientes, considerando un tiempo aproximado de evaluación de 20 minutos. se les informó a los estudiantes que su participación era voluntaria y anónima. Se consideró la confidencialidad en la administración de los instrumentos de recojo de datos. Finalmente, se analizaron los datos para dar cumplimiento al objetivo de la investigación y a la discusión de los resultados.

### ***Análisis de datos***

Para el procesamiento de la información se utilizó el programa estadístico para las ciencias sociales SPSS versión 25 para el análisis estadístico correspondiente. Los resultados obtenidos fueron organizados en tablas para su interpretación, para ello, se realizó inicialmente los análisis descriptivos de cada variable de estudio, luego se procedió a desarrollar los análisis comparativos y contraste de hipótesis, por ello, se realizó la prueba de bondad de ajuste para precisar si las variables presentan una distribución normal, para dicho fin se utilizó la prueba de ajuste de Kolmogorov-Smirnov; finalmente, se realizó la prueba estadística no paramétrica tau-b de Kendall para determinar si existe relación entre las variables Adicción a Redes Sociales y Estrés Académico.

## Resultados

### *Análisis descriptivo de los datos*

Rango de edades según sexo. En la tabla 4 se observa que la muestra estuvo conformada por tres rangos para la variable edad, los cuales estuvieron conformados de la siguiente forma: entre 17 a 22 años que representa el porcentaje mayoritario de la muestra (67,60%), el siguiente rango se encuentra comprendido entre 23 a 28 años y el último corresponde a edades entre 29 años a más. Además, se observa que la mayoría de los encuestados pertenecen al sexo femenino representado con el 74,60%, dejando el 25,40% al sexo masculino. Los resultados evidencian que el estudio comprende participantes en su mayoría jóvenes mostrando un mayor acercamiento a la realidad y confiabilidad de la información sobre la adicción a las redes sociales y el estrés académico en la educación superior especialmente en carreras tecnológicas.

**Tabla 4**

*Rango de edades según sexo*

Edad	Masculino		Femenino		Total	
	n	%	n	%	n	%
Entre 17 - 22 años	86	17,20	252	50,40	338	67,60
Entre 23 - 28 años	30	6,00	83	16,60	113	22,60
29 años y más	11	2,20	38	7,60	49	9,80
Total	127	25,40	373	74,60	500	100,00

Nivel de adicción a las redes sociales en los participantes. En la tabla 5 se evidencia en los tres niveles presencia de adicción a las redes sociales, siendo el más significativo el nivel medio con el 48,0%, seguido del nivel bajo con el 27,4% y el nivel alto con el 24,6% en los participantes de la investigación, además, se pudo apreciar un nivel alto de adicción significativo en las dimensiones obsesión por las redes sociales con el 25,6% y falta de control personal en las redes sociales con el 29,0%, además se debe considerar importante el nivel alto de adicción en la dimensión uso excesivo de las redes sociales representado con el 30,8%. Los resultados son de vital importancia para determinar que los estudiantes en el nivel superior de instituciones tecnológicas están siendo afectados por la adicción a las redes sociales especialmente en las dimensiones falta de control y uso excesivo de las redes sociales respectivamente.

**Tabla 5**

*Nivel de adicción a las redes sociales en los participantes*

Dimensiones	Bajo		Medio %		Alto		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Obsesión por las redes sociales	137	27,4	235	47,0	128	25,6	500	100
Falta de control personal en RS	151	30,2	204	40,8	145	29,0	500	100
Uso excesivo de las redes sociales	153	30,6	193	38,6	154	30,8	500	100
Adicción a redes sociales-General	137	27,4	240	48,0	123	24,6	500	100

Nivel de estrés académico en los participantes. En la tabla 6 se aprecia en los tres niveles presencia de estrés académico, siendo el más significativo el nivel moderado con el 59,6%, seguido del nivel leve con el 23% y el nivel severo 17,4% en los estudiantes encuestados, también, se pudo evidenciar un nivel severo de estrés académico significativo en las dimensiones estresores con el 27,8% y estrategias de afrontamiento con el 41,2%, este último preocupante. Los resultados son importantes para determinar que los estudiantes en el nivel superior tecnológico están padeciendo estrés académico en las tres dimensiones de la variable con énfasis en las estrategias de afrontamiento.

**Tabla 6**

*Nivel de estrés académico en los participantes*

Dimensiones	Leve		Moderado		Severo		Total n	% n	% n
	n	%	n	%	n	%			
Estresores	142	28,4	219	43,8	139	27,8	500	100	
Síntomas o reacciones	236	47,2	196	39,2	68	13,6	500	100	
Estrategias de afrontamiento	104	20,8	190	38,0	206	41,2	500	100	
Estrés académicoGeneral	115	23,0	298	59,6	87	17,4	500	100	

Prueba de normalidad. Para desarrollar el análisis de correlaciones y contrastar las hipótesis planteadas se procedió a verificar si los datos a ser analizados poseen distribución normal, para lo cual se utilizó la prueba de Kolmogorov-Smirnov (K-S) recomendada para más de 50 unidades de análisis, obteniéndose como resultado que todas las dimensiones de ambas variables tales como adicción a redes sociales y estrés

académico evidenciado en la tabla 7 no poseen distribución normal, donde el coeficiente obtenido (K-S) es estadísticamente significativo ( $p < 0.05$ ), por lo tanto, para determinar una posible correlación, se deberá utilizar el estadístico de correlación para prueba no paramétrica tau-b de Kendall, siendo que los datos son ordinales y de la misma cantidad de categorías.

**Tabla 7**  
*Prueba de normalidad de las variables en estudio*

Variables	Dimensiones	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>		
		Estadístico	G1	Sig.
Adicción a redes sociales	Obsesión por las redes sociales	.125	500	.000
	Falta de control personal en el uso de las redes sociales	.122	500	.000
	Uso excesivo de las redes sociales	.120	500	.000
	General	.241	500	.000
Estrés académico	Estresores	.062	500	.000
	Síntomas o reacciones	.068	500	.000
	Estrategias de afrontamiento	.081	500	.000
	General	.305	500	.000

a. Corrección de significación de Lilliefors

### ***Correlación entre las variables***

En la tabla 8 muestra que no existe relación significativa entre las variables adicción a redes sociales y estrés académico en forma general ( $\text{tau-b} = .009$ ;  $p > .05$ ), analizando las dimensiones se evidencia una relación no significativa entre adicción a redes sociales y la dimensión estresores ( $\text{tau-b} = .020$ ;  $p > .05$ ), es decir, los estudiantes que presentan adicción a redes sociales no necesariamente están relacionados con los estresores académicos; respecto a la adicción a las redes sociales y la dimensión síntomas o reacciones se observa que presenta una relación baja significativa ( $\text{tau-b} = .135$ ;  $p < .01$ ), es decir, los estudiantes que presentan niveles de adicción a las redes sociales a su vez presentan niveles de estrés académico en la dimensión síntomas o reacciones. En cuando a los estudiantes que presentan niveles de adicción a redes sociales se puede evidenciar relación baja negativa significativa con la dimensión estrategias de afrontamiento ( $\text{tau-b} = -.184$ ;  $p < .01$ ), entendiéndose que mientras mayor sea la adicción a las redes sociales menos

posibilidades tendrá el estudiante de asegurar estrategias de afrontamiento para el estrés académico.

**Tabla 8**

*Correlación entre adicción a redes sociales y estrés académico*

Estrés académico	Adicción a redes sociales			P
	Tau-b de Kendall	Error estándar asintótico <sup>a</sup>	T aproximada <sup>b</sup>	
Estrés académico (General)	.009	.041	.223	.823
Estresores	.020	.039	.506	.613
Síntomas o reacciones	.135	.040	3.331	.001
<u>Estrategias de afrontamiento</u>	<u>-.184**</u>	<u>.039</u>	<u>-4.672</u>	<u>.000</u>

a. No se presupone la hipótesis nula

b. Utilización del error estándar asintótico que presupone la hipótesis nula

### **Discusión**

La investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre adicción a redes sociales y estrés académico en los estudiantes del Instituto Tecnológico Tsa`chila, los resultados demostraron de forma general que no existe relación significativa entre adicción a redes sociales y estrés académico ( $\tau\text{-}b = .009$ ;  $p > .05$ ), se podría deducir porque de las tres dimensiones del estrés académico, los estresores no tiene relación, sin embargo los síntomas o reacciones posee relación baja positiva y las estrategias de afrontamiento tienen relación baja negativa, esto demuestra que la adicción a las redes sociales es un factor que no influye de forma general pero si de forma específica con nivel bajo en dos dimensiones del estrés académico en los estudiantes que se forman en instituciones tecnológicas de nivel superior. Frente a lo mencionado se rechaza la hipótesis alterna y se acepta la hipótesis nula donde se establece que no existe relación entre adicción a redes sociales y estrés académico.

Los resultados se corroboran y se acercan al estudio desarrollado por Espinoza y Kunimoto (2020) donde se identificó correlación muy baja entre el estrés académico y adicción a redes sociales en la dimensión uso excesivo de las redes sociales ( $r = .03$ ;  $p > .05$ ), en los estudiantes de una universidad privada en Lima Metropolitana. Sin embargo, los hallazgos son contrarios al estudio desarrollado por Araujo y Pinguz (2017) donde se identificó relación entre el estrés académico y adicción a redes sociales en diferentes carreras de una universidad privada del Distrito de la Molina en Perú. Luego de realizar el análisis respectivo de los resultados y los hallazgos encontrados en la investigación se puede confirmar que un estudiante de nivel superior con adicción a redes

sociales no contribuye a generar tensión conocido como estrés académico en el desarrollo de su formación profesional.

En relación a la adicción a redes sociales y la dimensión estresores en los estudiantes, se encontró que no existe relación entre la adicción a redes sociales y los estresores ( $\tau\text{-}b = .020$ ;  $p > .05$ ), esto evidencia que la adicción a redes sociales no necesariamente se considera como un factor estresor en el área académica, ya que los estudiantes utilizan estos espacios con fines netamente de comunicación y no con propósitos de formación educativa (González-Hernando, Valdivieso-León & VelascoGonzález, 2020). Con base a lo anteriormente descrito se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna donde se establece que no existe relación entre adicción a redes sociales y los estresores en los estudiantes del Instituto Tecnológico Tsa`chila, en Santo Domingo – Ecuador. Los resultados obtenidos son contrarios al estudio realizado por Díaz (2020), donde se evidenció correlación positiva significativa entre la dimensión estresores del estrés académico y las dimensiones obsesión por las redes sociales ( $r = .257$ ;  $p < .01$ ), falta de control personal en el uso de las redes sociales ( $r = .287$ ;  $p < .01$ ) y uso excesivo de las redes sociales ( $r = .253$ ;  $p < .01$ ) de la variable adicción a redes sociales en los estudiantes de una universidad privada en Trujillo. Los estresores conocidos como “aquellas situaciones evaluadas como amenazas o retos, como demandas o como factores que están o no bajo el control del individuo, que generan una percepción subjetiva de estrés (Marín, 2013). Las demandas del entorno que son valoradas más frecuentemente como estresores están direccionadas a la labor docente, específicamente a la deficiencia metodológica por el cuerpo docente, las intervenciones en público y los exámenes (Rodríguez-García, 2016; Vega, Rodríguez & Arenal, 2019), además la sobrecarga de tareas y el escaso tiempo para realizar la actividad (Álvarez-Silva et al., 2018; Barraza et al., 2019). En tal sentido se descarta que la adicción a redes sociales se considere como estresores académicos sin embargo queda abierta la posibilidad que en futuros estudios se pueda presentar evidencias de adicción a redes sociales como estresores sólidos en los docentes en la educación superior.

Con respecto a la adicción a redes sociales y la dimensión síntomas o reacciones, se encontró que existe relación positiva baja y estadísticamente significativa entre adicción a redes sociales y los síntomas o reacciones ( $\tau\text{-}b = .135$ ;  $p < .01$ ), evidenciando que a mayor nivel de adicción a las redes sociales mayores serán los síntomas o reacciones académicas que experimente el estudiante en su carrera tecnológica de nivel superior. Frente a lo mencionado se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna donde

se establece que existe relación entre adicción a redes sociales y los síntomas o reacciones. Los resultados se aproximan a la investigación desarrollada por Araujo y Pinguz (2017) donde se evidenció correlación positiva entre las reacciones físicas del estrés académico y las dimensiones obsesión por las redes sociales ( $r = .300$ ;  $p < .01$ ), falta de control personal en el uso de las redes sociales ( $r = .281$ ;  $p < .01$ ) y uso excesivo de las redes sociales ( $r = .338$ ;  $p < .01$ ) de la variable adicción a redes sociales, además se presenta correlación entre la dimensión reacciones psicológicas y las dimensiones obsesión por las redes sociales ( $r = .311$ ;  $p < .01$ ), falta de control personal en el uso de las redes sociales ( $r = .297$ ;  $p < .01$ ) y uso excesivo de las redes sociales ( $r = .369$ ;  $p < .01$ ) de la variable adicción a redes sociales para el sexo femenino a diferencia de los participantes de sexo masculino donde se encontraron correlaciones negativas.

Por su parte, Loro (2015) expresa que existe evidencias de que el uso inadecuado de los servicios de redes sociales en el caso de los estudiantes puede ocasionar problemas en diferentes áreas de la vida del usuario. En este sentido Martínez-Ferrer y Moreno (2017) mencionan que utilizar de manera abusiva las redes sociales se asocia con una mayor expresión de conductas violentas en las instituciones educativas, además el uso excesivo puede afectar otros factores como la autoestima del estudiante (Salcedo, 2016). El análisis permite evidenciar que un estudiante de educación superior con problemas de uso excesivo o abuso de las redes sociales se considera que tendrá ciertas reacciones de estrés académico, aunque en un contexto latinoamericano los estudiantes muestran fuertes signos de que a su juicio no son adictos a las mismas (Cabero et al., 2020), justificando de esa manera el uso descontrolado de las redes sociales con fines no académicos.

Referente a la adicción a redes sociales y las estrategias de afrontamiento, se encontró que existe relación negativa baja y estadísticamente significativa entre adicción a redes sociales y las estrategias de afrontamiento ( $\tau\text{-}b = -.184$ ;  $p < .01$ ) mostrando que a mayor adicción a redes sociales menor posibilidades tendrán los estudiantes de asegurar estrategias de afrontamiento para confrontar el estrés académico. Frente a lo mencionado se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna donde se establece que existe relación entre adicción a redes sociales y las estrategias de afrontamiento. Los resultados se acercan a la investigación desarrollada por Araujo y Pinguz (2017) donde se evidenció correlación negativa entre las estrategias de afrontamiento del estrés académico y la dimensión obsesión por las redes sociales ( $r = -.168$ ;  $p < .01$ ) en los participantes de sexo masculino; sin embargo, en la investigación realizada por Díaz (2020), se evidenció correlación negativa no significativa muy baja entre las estrategias de afrontamiento del

estrés académico y las dimensiones obsesión por las redes sociales ( $r = -.023$ ;  $p > .05$ ), falta de control personal en el uso de las redes sociales ( $r = -.025$ ;  $p > .05$ ) y uso excesivo de las redes sociales ( $r = -.049$ ;  $p > .05$ ) de la variable adicción a redes sociales en los estudiantes de una universidad privada en Trujillo. Esto hace referencia a los resultados obtenidos por Piergiovanni y Depaula (2018) donde mencionan que las estrategias de afrontamiento al estrés frecuentemente son desplegadas por los estudiantes de mayor edad demostrando una mayor independencia, autonomía y confianza para solucionar problemas y tomar decisiones importantes como alcanzar un grado académico.

Dichas estrategias de afrontamiento entendidas como el proceso donde el estudiante administra las demandas que evalúa como estresantes y las emociones que ello genera obligando al estudiante a realizar acciones para restaurar el equilibrio sistémico (Barraza et al., 2012; Lazarus & Folkman, 1986). El estudio ha permitido demostrar que los estudiantes con mayor edad presentan mejores estrategias de afrontamiento ante las exigencias académicas, además se ha podido corroborar que los estudiantes con mayores niveles de dependencia a las comunidades sociales en internet poseen menos posibilidades de afrontamiento, evidenciando que las instituciones deben tomar medidas de prevención y ajustes en el sistema educativo de nivel superior.

De acuerdo a los datos descriptivos, se pudo determinar que existe adicción a las redes sociales con un nivel medio correspondiente al 48% de los participantes, las evidencias se asemejan a la investigación realizada por Núñez-Guzmán y CisnerosChavez (2019) en la cual encontraron adicción a redes sociales con un nivel medio con el 39,33% en los varones y el 40,46% de las mujeres en la universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. Sin embargo, en un estudio desarrollado en un contexto latinoamericano los participantes muestran fuertes signos de que a su juicio no son adictos a las redes sociales (Cabero et al., 2020). Además se muestra existencia de estrés académico con un nivel moderado con el 59,6%, de estudiantes encuestados para el estudio, los hallazgos concuerdan con la investigación desarrollada por Silva-Ramos et al. (2020) donde se evidenció nivel de estrés moderado con el 86,3% en estudiantes de una universidad de México, así también con el estudio desarrollado por Álvarez-Silva et al. (2018) se evidenció presencia de estrés académico con un nivel moderado con el 32,35% en estudiantes que cursan carreras tecnologías de nivel superior en Ecuador.

Con respecto a las limitaciones de la investigación se considera que la aplicación de la encuesta se ejecutó en modalidad virtual, restándole parcialmente una mayor interacción con los estudiantes y de esa forma aumentar su compromiso en la



participación. Se recomienda realizar investigaciones aplicando las variables de estudio en otras instituciones de educación superior, tanto públicas como privadas, para corroborar si las relaciones son similares, tomando en consideración las dimensiones del cuestionario de adicción a redes sociales y del estrés académico del estudio, aplicar estudios para determinar cuáles son las estrategias de afrontamiento que poseen los estudiantes de educación superior frente a situaciones estresantes en diferentes contextos y los factores determinantes que se relacionan en el ámbito educativo, implementar investigaciones con enfoque cualitativo con el propósito de entender la problemática a profundidad, aplicar otros instrumentos de medición que permitan obtener resultados significativos en poblaciones dependientes al internet y las redes sociales.

### Conclusiones

Se determinó relación positiva baja y estadísticamente significativa entre adicción a redes sociales y la dimensión síntomas o reacciones, demostrando que a mayor nivel de adicción a las redes sociales mayores serán los síntomas o reacciones académicas que experimente el estudiante en su formación profesional. Además, se verificó relación negativa baja y estadísticamente significativa entre la adicción a las redes sociales y la dimensión estrategias de afrontamiento mostrando que a mayor adicción a redes sociales menor posibilidad tendrá el estudiante de asegurar estrategias de afrontamiento antes las exigencias académicas. Finalmente se evidenció que a mayor uso de las redes sociales en internet mayor incremento del estrés académico en estudiantes de nivel superior.

### Referencias

- Álvarez-Silva, L., Gallegos-Luna, R., & Herrera-López, P. (2018). Estrés académico en estudiantes de tecnología superior. *Universitas*, 28, 193–209.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.17163/uni.n28.2018.10>
- Araujo, M., & Pinguz, A. (2017). *Estrés académico y adicción a redes sociales en universitarios de la molina* [Tesis de pregrado]. Universidad San Ignacio de Loyola.  
[http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/USIL/3339/3/2017\\_AraujoQuinto.pdf](http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/USIL/3339/3/2017_AraujoQuinto.pdf)
- Barraza-Macías, A. (2018). *Inventario sisco sv-21. Inventario SISTémico COgnoscitivista para el estudio del estrés académico. Segunda versión de 21 ítems*. México: Ecorfan.

- Barraza, A., Gonzáles, L., Garza, A., & Cázares, F. (2019). El estrés académico en alumnos de odontología. *Revista Mexicana de Estomatología*, 6 (1), 12–26.  
<https://www.remexesto.com/index.php/remexesto/article/view/236>
- Barraza, A., Martínez, J., Siva, J., Flores, E., & Contreras, R. (2012). Estresores académicos y género: Un estudio exploratorio de su relación en alumnos de licenciatura. *Visión Educativa Iunaes*, 5, 33–43.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4034740>
- Boyd, D. & Ellison, N. (2008). Social network sites: Definition, history, and scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 13, 210–230.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2007.00393.x>
- Cabero, J., Martínez, S., Valencia, R., Leiva, J., Orellana, M., & Harvey, I. (2020). 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>
- Caldera, J., Pulido, B., & Martínez, M. (2007). Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del centro Universitario de los Altos. *Revista de Educación y Desarrollo*, 7, 77–82.  
[https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu\\_desarrollo/anteriores/7/007\\_Caldera.pdf](https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/7/007_Caldera.pdf)
- Díaz, C. (2020). *Estrés académico y adicción a las redes sociales en estudiantes de una Universidad privada de Trujillo* [Tesis de pregrado]. Universidad Privada Antenor Orrego.  
[http://www.gonzalezcabeza.com/documentos/CRECIMIENTO\\_MICROBIANO.pdf](http://www.gonzalezcabeza.com/documentos/CRECIMIENTO_MICROBIANO.pdf)
- Escurre, L. (1988). Cuantificación de la validez de contenido por criterio de jueces. *Revista de Psicología*, 6 (1–2), 103–111.  
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6123333.pdf>
- Escurre, M., & Salas, E. (2014). Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). *Liberabit*, 20 (1), 73–91.  
[http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1729-48272014000100007&script=sci\\_arttext&tlng=pt](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1729-48272014000100007&script=sci_arttext&tlng=pt)
- Espinoza, J., & Kunimoto, H. (2020). Estrés y el uso de las redes sociales de los estudiantes de las carreras para adultos que trabajan de una universidad de Lima Metropolitana [Tesis de pregrado].

- Universidad Privada del Norte. In *Transtornos Alimenticios*.  
<https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/24198>
- Fuertes, J., & Armas, L. (2018). Adolescentes adictos a redes sociales y tecnología. *Horizontes de enfermería*, 7, 155–166.  
<http://revistasdigitales.upec.edu.ec/index.php/enfermeria/article/view/163>
- García, J. (2013). Adicciones Tecnológicas: El auge de las redes sociales. *Salud y Drogas*, 13 (1), 5-13. <http://www.redalyc.org/pdf/839/83928046001.pdf>
- González-Hernando, C., Valdivieso-León, L., & Velasco-González, V. (2020). Estudiantes universitarios descubren redes sociales y edublog como medio de aprendizaje. *Revista Iberoamericana de Educacion a Distancia*, 23 (1), 223–239.  
<http://revistas.uned.es/index.php/ried/article/view/24213/20242>
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la Investigación. Las rutas cuantitativas, cualitativas y mixtas*. México: Editorial Mc Graw Hill Education.
- Jasso, J., López, F., & Díaz, 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://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2007471917300546>
- Jiménez, L. (2010). Tecnología como fuente de estrés: una revisión teórica al concepto de technoestrés. In *Temas de Comunicación*, 21, 157–180.  
<http://revistasenlinea.saber.ucab.edu.ve/temas/index.php/temas/article/view/433>
- Kemp, S. (2020). *DIGITAL 2020: Panorama Digital Global*. Datareportal.  
<https://datareportal.com/reports/digital-2020-global-digital-overview>
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca.
- Lazo, M. & Fernández, K. (2018). La utilización de redes sociales y sus efectos psicológicos en los estudiantes de la escuela de psicología de la Universidad Técnica de Manabí. *Revista Atlante: Cuadernos de Educación y Desarrollo*.  
<https://www.eumed.net/rev/atlante/2018/04/redes-sociales-estudiantes.html>
- Loro, A. (2015). La adicción a las redes sociales en jóvenes, relacionada con la baja autoestima y la comunicación familiar [tesis de pregrado]. Universidad Pontificia Comillas. <https://repositorio.comillas.edu/xmlui/handle/11531/1089>

- Marín, J. A. (2013). *Hacia un modelo causal de las dimensiones del estrés académico en estudiantes de enfermería* Toward a causal model of the dimensions of academic stress in Nursing students.
- Martínez-Ferrer, B. & Moreno, D. (2017). Dependencia de las redes sociales virtuales y violencia escolar en adolescentes. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2 (1), 105–114.  
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349853220011>
- Maturana, H y Vargas, S. (2015). El estrés escolar. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 26 (1), 34–41. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1016/j.rmclc.2015.02.003>
- Monzón, I. (2007). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Apuntes de Psicología*, 25 (1), 87–99.  
<http://www.apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/117>
- Moral, J. (2006). *Análisis factorial confirmatorio*. México: Trillas.
- Núñez-Guzmán, R., & Cisneros-Chavez, B. (2019). *Adicción a Redes Sociales y Procrastinación Académica en Estudiantes Universitarios*. 15, 114–120.  
[http://www.tise.cl/Volumen15/TISE2019/TISE\\_2019\\_paper\\_83.pdf](http://www.tise.cl/Volumen15/TISE2019/TISE_2019_paper_83.pdf)
- Orlandini, A. (1999). *El estrés, qué es y como evitarlo*. México: FCE.
- Parra-Sandoval, J., Rodríguez-Álvarez, D., Rodríguez-Hopp, M., & Díaz-Narváez, V. (2018). Relación entre estrés estudiantil y reprobación. *Salud Uninorte. Barranquilla*, 34 (1), 47–57. <http://www.scielo.org.co/pdf/sun/v34n1/2011-7531sun-34-01-47.pdf>
- Piergiovanni, L., & Depaula. (2018). Estudio descriptivo de la autoeficacia y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios argentinos. *Revista mexicana de investigación educativa*, 23, 413–432.  
<http://www.scielo.org.mx/pdf/rmie/v23n77/1405-6666-rmie-23-77-413.pdf>
- Prieto, J. & Moreno, A. (2015). Las redes sociales de internet ¿una nueva adicción? *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 24 (2), 149–155.  
<https://www.redalyc.org/pdf/2819/281946783007.pdf>
- Quito, J., Tamayo, M., Buñay, D., & Neira, O. (2017). Estrés académico en estudiantes de tercer de bachillerato de unidades educativas particulares del Ecuador. *Revista electrónica de psicología Iztacala*, 20 (3), 253–256.  
<https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2017/epi173o.pdf>
- Rodríguez, B. (2016). Estresores Académicos Percibidos por Estudiantes Pertenecientes al Grado en Enfermería de la Escuela de Enfermería y Fisioterapia de la

- Universidad de Salamanca. *Revista Enfermería CyL*, 8 (1989–3884), 23–32.  
<http://www.revistaenfermeriacyl.com/index.php/revistaenfermeriacyl/article/view/173/151>
- Rodríguez, L. (2020). Adicciones sin sustancia (química) en adolescentes. Historia de las adicciones. *Adolescere. Revista de formación continuada de la sociedad española de medicina de la adolescencia*, 8 (2), 7–9.  
[https://www.adolescere.es/revista/pdf/volumen-VIII-n2-2020/2020-n2-07\\_09\\_Editorial-Adicciones-sin-sustancia-\(quimica\)-en-adolescentes.pdf](https://www.adolescere.es/revista/pdf/volumen-VIII-n2-2020/2020-n2-07_09_Editorial-Adicciones-sin-sustancia-(quimica)-en-adolescentes.pdf)
- Roman, C & Hernandez, Y. (2011). El estrés académico: Una revisión crítica del concepto desde las ciencias de la educación. *Revista electronica de psicología Iztacala*, 14 (2), 1–14.  
<https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=45045>
- Salcedo, I. (2016). Relación entre Adicción a Redes Sociales y Autoestima en jóvenes universitarios de una Universidad Particular de Lima [Tesis de maestría]. Universidad de San Martín de Porres.
- Silva-Ramos, M., López-Cocotle, J., & Meza-Zamora, M. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia*, 28, 75–83.  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=67462875008>
- Vega, M., Rodríguez, B., & Arenal, T. (2019). *Estresores académicos percibidos por estudiantes del grado de enfermería en una Universidad Española*. 11, 16–21.  
<http://www.revistaenfermeriacyl.com/index.php/revistaenfermeriacyl/article/viewFile/227/196>