

Adicción a las redes sociales y el Sentimiento de soledad en adolescentes de la unidad educativa particular Quillacollo Insparqui, en la gestión 2024

Addiction to social networks and the feeling of loneliness in adolescents of the particular educational unit Quillacollo Insparqui, in the management 2024

Juana Belen Llave Ari

juana.llave@uab.edu.bo

<https://orcid.org/0009-0008-4438-4911>

**Universidad Adventista de Bolivia,
Cochabamba, Bolivia**

Rodolfo Guarachi Ramos

rodolfo.guarachi@uab.edu.bo

<https://orcid.org/0000-0001-5955-0849>

**Universidad Adventista de Bolivia,
Cochabamba, Bolivia**

Recibido: 10 de noviembre 2024 | Arbitrado: 08 de enero 2025 | Aceptado: 03 de marzo 2025 | Publicado: 15 de mayo 2025

Palabras claves:

Adicción a redes sociales;
Soledad; Adolescentes;
Correlación; Validación
de instrumentos

Resumen

El objetivo fue analizar la relación entre la adicción a redes sociales y el sentimiento de soledad en adolescentes de ambos sexos, con edades entre 13 y 18 años. El estudio empleó un diseño no experimental de tipo correlacional con un enfoque cuantitativo, trabajando con una población de 102 estudiantes, quienes participaron en su totalidad. La recolección de datos se realizó mediante el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales e Internet (ARSI) y la Escala de Soledad UCLA, ambos instrumentos sometidos a un riguroso proceso de validación a través del coeficiente V de Aiken. El ARSI obtuvo un valor de significancia de 0,98, mientras que la UCLA alcanzó el valor máximo de 1, lo que asegura la validez y confiabilidad de las mediciones. El análisis estadístico indicó una correlación positiva débil entre la adicción a redes sociales y el sentimiento de soledad, con un coeficiente de correlación de 0,215 según el índice de Pearson ($p > 0,030$). Estos resultados sugieren que un mayor uso problemático de redes sociales está levemente asociado con un incremento en los niveles de soledad percibida en los adolescentes. Los hallazgos ponen de manifiesto la relevancia de profundizar en el análisis de esta relación y de considerar otros factores que podrían estar influyendo, como variables moderadoras o mediadoras. Esto permitirá un entendimiento más integral del impacto de las redes sociales en el bienestar emocional de los adolescentes.

Keywords:

Social media addiction;
Loneliness; Adolescents;
Correlation; Instrument
validation

Abstract

During the 2024 academic year, a study was conducted at the Unidad Educativa Quillacollo Particular to analyze the relationship between social media addiction and the feeling of loneliness among adolescents of both sexes, aged between 13 and 18 years. The study employed a non-experimental correlational design with a quantitative approach, working with a population of 102 students, all of whom participated in the study. Data collection was carried out using the Social Media and Internet Addiction Questionnaire (ARSI) and the UCLA Loneliness Scale, both of which underwent a rigorous validation process using the Aiken's V coefficient. The ARSI obtained a significance value of 0.98, while the UCLA scale reached the maximum value of 1, ensuring the validity and reliability of the measurements. Statistical analysis indicated a weak positive correlation between social media addiction and the feeling of loneliness, with a correlation coefficient of 0.215 according to Pearson's index ($p > 0.030$). These results suggest that a higher problematic use of social media is slightly associated with an increase in perceived loneliness levels among adolescents. The findings highlight the importance of further analyzing this relationship and considering other influencing factors, such as potential moderating or mediating variables. This will allow for a more comprehensive understanding of the impact of social media on the emotional well-being of adolescents.

INTRODUCCIÓN

El uso de redes sociales e internet aumentó significativamente desde la pandemia de la Covid-19, ya que las cuarentenas obligatorias llevaron a la transformación numerosa de actividades a entornos virtuales, razón por lo que, durante el primer año de la crisis sanitaria, las universidades implementaron su enseñanza exclusivamente a plataformas digitales y sitios educativos en línea (Huanca Arohuana y otros, 2020). Haciendo que los estudiantes aumentaran significativamente el uso de computadoras, laptops y otros tipos de dispositivos electrónicos, pasando más tiempo conectados a internet (INEI, 2020). Sin embargo, aunque el uso moderado de estas herramientas puede contribuir y facilitar la creación de comunidades virtuales y permitir el acceso a información, el uso excesivo y la constante exposición a las redes sociales podrían fomentar la aparición de conductas adictivas (Castillo García, 2023).

A continuación se presentará un conjunto de investigaciones que abordaron la temática de la presente investigación, con fines de aproximación técnica científica, se hace un resumen de las mismas.

Según Caro (2023, p. 3) “La conducta adictiva a las redes sociales se considera un subtipo de adicción a Internet, caracterizada principalmente por el uso repetitivo, compulsivo y prolongado de estas aplicaciones virtuales, generando una incapacidad para controlar o interrumpir su consumo” El cual se manifiesta en tres dimensiones principales: la “obsesión”, marcada por pensamientos constantes sobre lo que sucede en las redes; la “falta de control personal”, que implica descuidar actividades cotidianas debido al uso excesivo; y la “incapacidad para reducir el tiempo de uso”, lo que genera un impacto significativo en la vida diaria (Caro, 2023).

Por otro lado, Gutiérrez et al. (2024), declaran que la “adicción a redes sociales” afecta principalmente a los adolescentes como también a los jóvenes. De igual modo Huamán-Moya et al. (2022) en la revisión sistemática de estudios publicados entre 2012 y 2021 revela que, un 44% de

los jóvenes mostraron signos de uso excesivo de las redes sociales virtuales (RSV), lo que estuvo asociado con diversas consecuencias psicológicas y sociales derivadas de esta adicción, tales como depresión, ansiedad, irritabilidad, el bajo rendimiento académico como también los trastornos de comportamientos (Caro, 2023).

Según Torres Donayres (2022) la soledad es un problema cada vez más grave, incluso más perjudicial que la ansiedad en sí misma, por lo que este estudio demuestra cómo la adicción a las redes sociales exagera esta situación al aislar a los adolescentes con la sustitución de las relaciones interpersonales reales por interacciones virtuales que son vacías y superficiales (p.41).

El presente estudio, sobre la relación entre la adicción a las redes sociales y el sentimiento de soledad en adolescentes, es de gran relevancia en el contexto actual, dado el aumento exponencial en el uso de plataformas digitales. La adolescencia es una etapa crítica para el desarrollo emocional y social (Espinosa & Luis, 2004, p. 3124), por lo que el impacto de un uso excesivo de las redes sociales puede generar problemas significativos en estas áreas. La adicción a estas plataformas no solo podría interferir en las actividades diarias y las relaciones interpersonales, sino que también estaría vinculada a una mayor sensación de soledad y ansiedad (Torres Donayres, 2022). Comprender esta relación es esencial para desarrollar estrategias de prevención e intervención que promuevan un uso saludable de la tecnología, mejorando así el bienestar emocional. Al examinar investigaciones relacionadas con la adicción a redes sociales y el sentimiento de soledad, se consideraron los siguientes estudios como antecedentes relevantes para el sustento del mismo:

La investigación de Hidalgo y Mamani (2022) sobre “Los estilos educativos parentales, la adicción a las redes sociales y el grooming en estudiantes de secundaria de La Paz Bolivia”, empleó un enfoque cuantitativo, descriptivo correlacional, con un diseño no experimental, transversal donde se utilizó tres instrumentos: la Escala para la evaluación del estilo educativo de padres, el Test de Adicción a

Redes Sociales (ARS) y el Cuestionario de Conductas de Riesgo para la Detección del Grooming (CCRD-G24). Los resultados que obtuvieron manifestaron que el 29,3% de adolescentes reconocen la necesidad de controlarse respecto al uso de redes sociales y el 35,1% ocasionalmente descuida sus estudios por estar conectado, sugiriendo que, aunque la mayoría mantiene un equilibrio, algunos corren la ventura de priorizar las redes sociales. Esto resalta la importancia de la orientación parental para prevenir riesgos en línea.

Por otro lado, un estudio titulado "Adicción a las Redes Sociales y Sentimientos de Soledad en Estudiantes de Secundaria", llevó a cabo en una escuela secundaria en Anatolia, Turquía. La población del estudio incluyó a 379 estudiantes en la parte cuantitativa y 30 en la parte cualitativa. Para analizar, tabular y recolectar los datos se utilizaron la Escala de Soledad (UCLA) y la Escala de Adicción a Redes Sociales, complementadas por un cuestionario semiestructurado para capturar las perspectivas de los estudiantes. Los resultados no se encontraron una asociación clara entre ambas variables en los datos cuantitativos. (Can, 2023).

De la misma manera Amar (2021) realizó una investigación titulada "Relación entre el Sentimiento de Soledad y la Adicción a las Nuevas Tecnologías en Seguidores de un Fandom de Anime", con un enfoque cuantitativo, de alcance correlacional y diseño no experimental, con un corte transversal, donde tomó como muestra a 210 participantes de entre 13 y 28 años de edad. En cuyo estudio se utilizaron la "Escala de Soledad de (UCLA)" y el "MULTICAGE-TIC", para la recolección de datos. Los resultados reflejaron un valor significativo de ($P\text{-Valor}=0.05$) y una compensación de 0.31, concluyendo que existe una relación que es poco significativa y directa entre ambas variables, aunque con una presión baja.

También en el estudio titulado "Relación entre la Percepción de la Soledad y el Riesgo de Adicción a Redes Sociales en Estudiantes de 5to de Secundaria del Distrito de Cusco, 2022" con el objetivo de correlacionar las variables contó con una muestra de 292 estudiantes, tanto hombres como mujeres, donde se optó por un enfoque

cuantitativo, con un alcance descriptivo-correlacional y un diseño no experimental, transversal. Para la recolección de datos, se utilizaron dos instrumentos: la Escala de Soledad UCLA-Revisada y el cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS), conjuntamente obtuvieron resultados analizados mediante el Rho de Spearman, que mostraron una correlación significativa de $Rho= 0,298$, lo que indica una relación directa, aunque baja, entre las variables de dicha investigación (Quispe & Champi, 2023).

Así mismo, Torres (2022), en la investigación titulada "Relación entre la Soledad y la Adicción a las Redes Sociales en Estudiantes de un Colegio Público de Huancayo, 2021 (Junín)" planteó el objetivo de determinar la conexión entre estas variables. Se trató de un estudio básico, cuantitativo y transversal, con un diseño correlacional. La población alcanzó los 2000 estudiantes, de los cuales se extrajo una muestra de 240 estudiantes, los cuales fueron analizados mediante la escalada de soledad de Jon Gierveld y el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS), ambos instrumentos validados. Para comprobar la hipótesis se tomó en cuenta la prueba Rho de Spearman que indicó que no existe una relación entre la soledad y la adicción a las redes sociales.

Finalmente, el estudio titulado "Factores de Riesgo y Consecuencias de la Adicción al Internet y Redes Sociales en Estudiantes de Primaria, Secundaria y Superior", tuvo como objetivo analizar los factores de riesgo y las consecuencias de esta adicción en los estudiantes de las últimas décadas. La metodología incluyó una revisión analítica, cualitativa y cuantitativa de "investigaciones científicas realizadas en Latinoamérica y Perú entre 2017 y 2022", a incluir 38 artículos indexados en bases de datos como EBSCO, Scopus y SciELO, así como Google Académico, durante un período de 70 días. La revisión sistemática evidencia el uso excesivo de internet y las redes sociales en estudiantes de instituciones públicas, concluyendo que existe una cantidad significativa de investigaciones sobre este tema. Además, se encontraron resultados controversiales, lo que resalta la necesidad de considerar estos datos en futuras investigaciones y promover acciones

preventivas ante las adicciones (Gutiérrez & Buiza, 2024).

Para abordar esta problemática, se planteó como objetivo establecer la relación entre la adicción a redes sociales y el sentimiento de soledad en los adolescentes.

El trabajo de investigación se justifica porque busca comprender cómo el uso excesivo de plataformas digitales influye en la percepción de soledad en los jóvenes, aportando una visión más profunda sobre esta problemática.

MÉTODO

El estudio se enmarcó en un diseño no experimental de tipo correlacional con un enfoque cuantitativo. Este diseño resultó pertinente porque permitió observar las variables adicción a redes sociales y sentimiento de soledad en su entorno habitual, sin intervención por parte del investigador.

En cuanto al tipo de diseño, se optó por uno correlacional. Este enfoque posibilitó explorar cómo la adicción a redes sociales se relaciona con el sentimiento de soledad en adolescentes, sin establecer causalidad.

La población estudiada estuvo conformada por estudiantes de nivel secundario de la Unidad Educativa Quillacollo Particular. El estudio se realizó con la totalidad de la población, compuesta por 102 estudiantes de nivel secundario. No se seleccionó una muestra, ya que se trabajó directamente con el total de la población.

Para la recolección de datos, se emplearon dos instrumentos rigurosamente validados tanto de forma interna como externa por expertos en la materia: la "Escala de Riesgo de Adicción a Redes e Internet para Adolescentes" y la "Escala de Soledad". El primer instrumento fue diseñado específicamente para evaluar el riesgo de adicción a redes sociales e Internet en adolescentes, abarcando diversos aspectos del uso de estas plataformas. El segundo instrumento se enfocó en medir la percepción subjetiva de soledad en esta población.

Ambos instrumentos fueron sometidos a un proceso de validación mediante el cálculo del coeficiente V de Aiken, respaldado por la opinión de tres expertos en el área. La Escala de Soledad alcanzó un valor de significancia de 1, mientras que

la Escala de Riesgo de Adicción a Redes Sociales obtuvo un coeficiente de relevancia de 0.98), lo que confirma su validez y pertinencia para el contexto investigado. Adicionalmente, la fiabilidad de las herramientas se evaluó mediante el coeficiente Alfa de Cronbach, el cual arrojó un valor de 0.788 considerado adecuado para medir la consistencia interna.

La recopilación de datos se hizo por medio de la técnica de la encuesta (Hernández et al. 2010), administrada a los estudiantes seleccionados, manteniendo el anonimato de los participantes. Este método permitió obtener respuestas sobre la experiencia de los adolescentes respecto a su uso de redes sociales y sus sentimientos de soledad. Una vez recopilados los datos, se procedió a su análisis utilizando el software estadístico (SPSS v25).

RESULTADOS

En esta sección se presentan los resultados y datos estadísticos descriptivos e inferenciales relacionados con el tema de estudio, desarrollados en función de los objetivos planteados. El objetivo general es identificar la relación entre la adicción a redes sociales y el sentimiento de soledad en adolescentes de 13 a 18 años de edad de la Unidad Educativa Quillacollo Particular de Cochabamba, Bolivia, durante la gestión 2024. Para ello, se plantearon cuatro objetivos específicos: identificar la relación entre los síntomas conductuales de adicción y el sentimiento de soledad (ver Tabla N.º 1), establecer la relación entre la socialización mediante redes sociales y el sentimiento de soledad (ver Tabla 2), determinar la relación entre la consolidación de grupos específicos en redes sociales y el sentimiento de soledad (ver Tabla 3) y establecer la relación entre la adicción al celular y el sentimiento de soledad (ver Tabla 4).

Tabla 1. Relación de los sentimientos conductuales de adicción y Sentimiento de Soledad

		S. Conductuales	S. de Soledad
Correlación de Pearson		1	,099
S. Conductuales	Sig. (bilateral)		,323
	N	102	102
Correlación de Pearson		,099	1
S. de Soledad	Sig. (bilateral)	,323	
	N	102	102

Nota: Análisis realizado mediante el SPSS.

La tabla de correlaciones muestra una relación extremadamente débil ($r = 0.099$) entre los sentimientos conductuales de adicción a las redes sociales y el sentimiento de soledad, con un valor de significancia ($p = 0.323$) que supera el umbral convencional de 0.05, lo que indica que esta asociación no es estadísticamente significativa. Esto sugiere que, aunque pueda haber una ligera tendencia hacia la relación entre estas variables, no es posible concluir que exista una conexión sustancial entre ellas en esta muestra. Estos resultados son consistentes con estudios previos que señalan que el uso adictivo de las redes sociales podría estar relacionado con la soledad, pero no de manera directa.

Andreassen et al. (2012) explican que el uso adictivo de las redes sociales puede contribuir al aislamiento, ya que puede sustituir las interacciones cara a cara, exacerbando así los sentimientos de soledad (p. 504). Sin embargo, otros estudios como el de Keles et al. (2020) destacan que la relación entre el uso excesivo de redes sociales y la soledad está mediada por la calidad de las relaciones virtuales y el apoyo social percibido, lo que indica que la cantidad de uso por sí sola no es suficiente para explicar la soledad (p. 13). De igual manera, Twenge et al. (2018) sugieren que los adolescentes que reemplazan interacciones cara a cara con interacciones digitales pueden sentir más soledad, lo que refuerza la idea de que las interacciones de baja calidad son clave en esta relación (p. 12).

Por lo que, aunque los comportamientos adictivos en redes sociales no parecen ser la causa

directa de la soledad, pueden contribuir a ella dependiendo de factores contextuales como la calidad de las interacciones y el tipo de apoyo social disponible. Esto explica por qué, a pesar de la débil correlación encontrada en el análisis, la calidad de las relaciones interpersonales sigue siendo un mediador crucial en la dinámica entre adicción a las redes sociales y soledad.

Tabla 2. Relación de la Socialización de redes sociales y sentimiento de soledad

		Socialización	S. Soledad
Correlación de Pearson		1	,122
Socialización	Sig. (bilateral)		,224
	N	102	102
Correlación de Pearson		,122	1
S. Soledad	Sig. (bilateral)	,224	
	N	102	102

Nota: Análisis realizado mediante el SPSS

La Tabla 2 muestra una relación muy débil ($r = 0.122$) entre la socialización en redes sociales y el sentimiento de soledad, con un valor de significación ($p = 0.224$) que no alcanza el umbral de 0.05, sugiriendo que esta asociación podría ser fortuita. Sin embargo, este resultado encuentra apoyo en estudios previos que exploran cómo la calidad de las interacciones en redes sociales impacta la percepción de soledad. Błachnio et al. (2016) sostienen que, aunque las redes sociales ofrecen una plataforma para la conexión, las interacciones en línea que no se traducen en relaciones significativas en la vida real pueden perpetuar la soledad (p. 80), lo que sugiere que la naturaleza de las interacciones, no solo su frecuencia, es clave para comprender su impacto en el bienestar emocional.

En una línea similar, Nowland et al. (2018) destacan que el uso activo de redes sociales puede reducir la soledad al fortalecer relaciones, mientras que el uso pasivo, asociado con la comparación social y la falta de interacción genuina, puede aumentarla (p. 71). Esta distinción refuerza la idea de que no es la cantidad de tiempo dedicado a las redes sociales lo que importa, sino la calidad y el propósito de las interacciones, lo que puede explicar la débil correlación observada en los datos.

Ellison et al. (2007) también abordan este fenómeno, indicando que las redes sociales pueden aumentar el capital social al facilitar conexiones, pero este beneficio se limita cuando las relaciones en línea no se trasladan al ámbito presencial (p. 1161). Esto apoya la noción de que, aunque las

plataformas digitales ofrecen oportunidades para la socialización, las relaciones significativas deben trascender el entorno virtual para tener un impacto positivo en la soledad.

Finalmente, Turkle (2015) argumenta que la tecnología puede crear una ilusión de conexión, pero a menudo a costa de interacciones más profundas, lo que deja a las personas con un vacío emocional (p. 283). Este planteamiento refuerza la idea de que, aunque las redes sociales pueden ofrecer un medio de socialización, no deben considerarse como un sustituto de las interacciones cara a cara si se desea reducir la soledad.

En conjunto, estos estudios apoyan la interpretación de los resultados de la Tabla N°2, sugiriendo que la socialización en redes sociales, aunque podría tener un impacto leve en la soledad, depende de factores como la calidad de las interacciones y su transferencia al ámbito presencial.

Tabla 3. Relación entre la consolidación de grupos específicos en redes y el sentimiento de soledad

		Grupos específicos	S. Soledad
Correlación de Pearson		1	,104
Grupos específicos	Sig. (bilateral)		,299
	N	102	102
	Correlación de Pearson	,104	1
S. Soledad	Sig. (bilateral)	,299	
	N	102	102

Nota: Análisis realizado utilizando SPSS.

La Tabla 3 muestra una débil relación ($r = 0.104$) entre la participación en grupos de redes sociales y el sentimiento de soledad, aunque no es estadísticamente significativa ($p = 0.299$), lo que sugiere que la conexión no es causal y puede depender de otros factores. Este hallazgo está respaldado por la perspectiva de Turkle (2015), quien señala que las redes sociales pueden fomentar interacciones superficiales que intensifican la soledad (p. 283), lo que podría explicar por qué la participación en grupos específicos no necesariamente reduce el sentimiento de aislamiento.

Además, como indican Nowland et al. (2018), el uso activo y significativo de las redes sociales puede mitigar la soledad, mientras que el uso pasivo, como la simple participación en grupos sin interacción genuina, puede exacerbarla (p. 71). Esta distinción resalta que no solo la cantidad de

participación en grupos, sino también la calidad de las interacciones, influye en la experiencia de la soledad. En línea con esto, Primack et al. (2017) argumentan que las interacciones virtuales rara vez reemplazan las cara a cara, lo que contribuye a la sensación de desconexión (p. 278). Así, aunque algunos participantes pueden involucrarse activamente en estos grupos, las interacciones superficiales pueden no satisfacer sus necesidades emocionales, lo que refuerza el sentimiento de soledad.

Finalmente, Wang et al. (2018) subrayan que la calidad de las relaciones en línea es más determinante que la cantidad de participación, ya que las conexiones significativas pueden ofrecer apoyo emocional, mientras que las superficiales pueden incrementar la desconexión (p. 364). Esto refuerza la idea de que la calidad de las interacciones, más que el simple acto de participar en grupos, tiene un impacto significativo en el bienestar emocional.

Tabla 4. Relación entre la dependencia del celular y sentimiento de soledad

		Dependencia del celular	S. Soledad
Correlación de Pearson		1	,216
Dependencia del celular	Sig. (bilateral)		,029
	N	102	102
	Correlación de Pearson	,216	1
S. Soledad	Sig. (bilateral)	,029	
	N	102	102

Nota: Análisis realizado utilizando SPSS.

El análisis de la relación entre la dependencia del celular y el sentimiento de soledad, que muestra una correlación débil ($r = 0.216$), sugiere que un aumento en la dependencia del celular podría estar relacionado con un ligero incremento en la soledad, aunque la significancia estadística ($p = 0.029$) no es concluyente. Este patrón se apoya en investigaciones previas que indican que el uso excesivo del celular puede desencadenar conductas adictivas, particularmente en adolescentes, lo que incrementa el aislamiento social y los sentimientos de soledad (Chóliz, 2012). Además, estudios como el de Kraut et al. (1998) destacan que el uso intensivo de dispositivos electrónicos puede reducir

el bienestar psicológico y aumentar la soledad al sustituir interacciones cara a cara por conexiones virtuales, debilitando las relaciones sociales. Lee et al. (2014) refuerzan esta idea al señalar que los usuarios dependientes de sus dispositivos móviles a menudo reemplazan las interacciones sociales reales por digitales, lo que afecta la calidad de las relaciones. En este contexto, Turkle (2015) subraya que la tecnología influye no solo en nuestras actividades, sino también en nuestra experiencia de conexión social, pudiendo contribuir al aislamiento emocional. Así, los resultados sugieren que un uso desmedido del celular puede contribuir a la soledad, destacando la necesidad de un uso más equilibrado y consciente de la tecnología.

Tabla 5. Correlación entre adicción a redes sociales y sentimiento de soledad

		ARS	SS
Adicción a Redes sociales	Correlación de Pearson	1	-,008
	Sig. (bilateral)		,937
	N	102	102
S. Soledad	Correlación de Pearson	-,008	1
	Sig. (bilateral)	,937	
	N	102	102

Nota: Análisis realizado utilizando SPSS.

DISCUSIÓN

La discusión de los resultados obtenidos en este estudio refuerza la idea de que la relación entre el uso de redes sociales y la soledad es más compleja de lo que podría parecer a simple vista. A pesar de que las correlaciones observadas en las Tablas 1, 2, y 3 son débiles, los estudios previos apuntan a que la adicción a las redes sociales no siempre tiene un impacto directo en la soledad. Turkle (2015) sostiene que la calidad de las interacciones en las redes sociales es un factor clave para determinar su impacto en el bienestar emocional, sugiriendo que, aunque las interacciones puedan ser frecuentes, la superficialidad de las mismas puede generar una sensación de vacío emocional que contribuye a la soledad. Este hallazgo es consistente con los resultados de Hidalgo y Mamani (2022), quienes

encontraron que, aunque algunos adolescentes reconocen el control necesario sobre el uso de redes, otros priorizan la interacción virtual, lo que podría ser indicativo de una desconexión emocional en el ámbito físico. En este sentido, los resultados de la Tabla 4, que muestran una correlación moderada y significativa entre la dependencia del celular y la soledad, sugieren que el uso excesivo de dispositivos móviles podría tener un impacto más tangible en la desconexión social presencial, lo que coincide con las conclusiones de Gutiérrez et al. (2024), quienes subrayan el riesgo de aislamiento que conlleva la dependencia del celular.

Por otro lado, la falta de correlación significativa observada entre la adicción a redes sociales y la soledad en la Tabla 5 ($r = -0.008$, $p = 0.937$) también respalda la perspectiva de que el

tiempo dedicado a las plataformas sociales no es suficiente para provocar soledad, sino que lo crucial es cómo se utilizan estas plataformas. Investigaciones como las de Caro (2023) y Torres Donayres (2022) han demostrado que la adicción a las redes sociales no genera necesariamente un vacío emocional, sino que factores como el tipo de interacción y el apoyo social desempeñan un papel determinante en la experiencia de la soledad.

En conclusión, los resultados de este estudio sugieren que la relación entre las redes sociales y la soledad no es directa, sino mediada por factores como la calidad de las interacciones en línea, el tipo de uso y el apoyo social. Esto está en línea con investigaciones previas que destacan la importancia de entender las dinámicas sociales y emocionales subyacentes para comprender cómo el uso de las redes sociales afecta el bienestar de los adolescentes (Caro, 2023; Gutiérrez et al., 2024).

CONCLUSIONES

En base a los resultados obtenidos en este estudio, se puede concluir que la relación entre la adicción a las redes sociales y el sentimiento de soledad en adolescentes es compleja y mediada por diversos factores. En general, los hallazgos revelan que no existe una relación directa y significativa entre las variables principales, lo que sugiere que la adicción a las redes sociales por sí sola no es una causa determinante de la soledad en esta población.

Primero, las correlaciones débiles observadas en las tablas 1, 2 y 3 indican que los comportamientos adictivos en redes sociales, la socialización en estas plataformas y la participación en grupos específicos en redes sociales tienen una relación muy tenue con el sentimiento de soledad. Esto refuerza la idea de que, aunque el uso de redes sociales pueda estar asociado con la soledad, otros factores como la calidad de las interacciones y el tipo de apoyo social disponible juegan un papel crucial. Este hallazgo es consistente con estudios previos que destacan la importancia de la calidad de las relaciones virtuales y no solo la cantidad de tiempo en línea.

Por otro lado, la correlación moderada observada en la Tabla N°4 entre la dependencia del celular y la soledad ($r = 0.216$, $p = 0.029$) sugiere

que el uso excesivo del dispositivo móvil podría tener un impacto más directo en el sentimiento de soledad, al sustituir las interacciones presenciales por conexiones virtuales, lo que coincide con la literatura que alerta sobre los efectos del aislamiento social digital.

En conclusión, este estudio subraya la importancia de considerar la calidad de las interacciones en redes sociales, el tipo de uso y los factores contextuales como la edad y el género, al analizar la relación entre las redes sociales y la soledad. Aunque no se observa una causalidad directa entre la adicción a las redes sociales y la soledad, los resultados sugieren que el uso problemático de dispositivos móviles y la falta de apoyo social adecuado pueden contribuir al sentimiento de aislamiento en los adolescentes. Es fundamental que se realicen investigaciones adicionales para comprender mejor cómo estos factores interactúan y afectan el bienestar emocional de los jóvenes.

REFERENCIAS

- Andreassen, C. S., Torsheim, T., Brunborg, G. S., & Pallesen, S. (2012). Desarrollo de una escala de adicción a Facebook. **Psychological Reports**, 110(2), 501-517.
<https://doi.org/10.2466/02.09.18.PR0.110.2.501-517>
- Błachnio, A., Przepiorka, A., & Pantic, I. (2016). Uso de internet, intrusión de Facebook y depresión: Resultados de un estudio transversal. **European Psychiatry**, 35, 64-68.
<https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2016.02.011>
- Can, Y. (2023). Social media addiction and loneliness of high school students. **Advances in Mobile Learning Educational Research**, 3(2), 893-902.
<https://doi.org/10.25082/AMLER.2023.02.016>
- Castillo García, F. A. (2024). Adicción a las redes sociales, rasgos de personalidad y soledad en estudiantes universitarios de Lima.

- <https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/26989>
- Colonio Caro, J. D. (2023). Revisión sistemática sobre la adicción a las redes sociales en adolescentes latinoamericanos entre el 2020-2022. *Propósitos y Representaciones*, 11(2). <https://doi.org/10.20511/pyr2023.v11n2.1759>
- Ellison, N. B., Steinfield, C., & Lampe, C. (2007). Los beneficios de los “amigos” de Facebook: El capital social y el uso de los sitios de redes sociales en línea entre los estudiantes universitarios. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 12(4), 1143-1168. <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2007.00367.x>
- Gallego Sanchez, M., Pasapera Salazar, H. J., Frias Novoa, J. J., Aranda Turpo, J., & Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6.ª ed.). McGraw-Hill.
- García, G., María, R., Huarcaya, R., Alexandra, N., León, V., & Luis, J. (s. f.). Para optar el título profesional de Licenciado en Psicología.
- Gutiérrez Beltrán, A., & Buiza Chuquitaype, L. G. (2024). Adicción al internet y las redes sociales en estudiantes de primaria, secundaria y superior. *Horizontes. Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 8(32). <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v8i32.736>
- Humpire Romero, E. D. M. (2022). Adicción a Redes Sociales y Experiencia de Soledad en Jóvenes Universitarios de Arequipa. <https://repositorio.ucsm.edu.pe/handle/20.500.12920/11847>
- Keles, B., McCrae, N., & Grealish, A. (2020). Revisión sistemática: La influencia de las redes sociales en la depresión, ansiedad y malestar psicológico en adolescentes. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 79-93. <https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1590851>
- Kovan, A. (2024). The Correlation among Social Media Addiction, Loneliness and Fear of Missing Out: A Psychoeducation Program Implementation Proposal. *Revista Educación*, 1-18. <https://doi.org/10.15517/revedu.v48i2.58460>
- Palomino Ccasa, J. (2024). Adicción a redes sociales y soledad en universitarios de la Selva Peruana. *Revista Científica Pakamuros*, 12(3), 88-100. <https://doi.org/10.37787/s03fry48>
- Primack, B. A., Shensa, A., Sidani, J. E., Whaite, E. O., Lin, L. Y., Rosen, D., & Miller, E. (2017). Uso de redes sociales y aislamiento social percibido entre los jóvenes adultos en los EE. UU. *American Journal of Preventive Medicine*, 53(1), 277-285. <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2017.01.010>
- Quispe Flores, J., & Champi Huaman, A. (2023). Relación entre la percepción de soledad y el riesgo de adicción a redes sociales en estudiantes de 5to de secundaria del distrito de Cusco, 2022. *Revista de Psicología*, 10(2), 45-62.
- Salas-Blas, E., Vieira Ipince, C. M., & Manzanares, E. L. (2022). Adicción a las redes sociales y soledad en estudiantes universitarios limeños. *INFORMACIÓN PSICOLÓGICA*, 2-14. <https://doi.org/10.14635/IPSIC.1926>
- Torres Donayres, J. B. (2022). La soledad y la adicción a las redes sociales en adolescentes. *Universidad Continental*. <https://repositorio.continental.edu.pe/handle/20.500.12394/11499>
- Turkle, S. (2015). *Reclaiming conversation: The power of talk in a digital age*. Penguin Press.

- Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas,
Correa-Rojas, J., Grimaldo-Muchotrigo,
M., Universidad Peruana de Ciencias
Aplicadas, Malvaceda Espinoza, E., &
Universidad San Ignacio de Loyola (Perú).
(2022). FoMO, Adicción a Facebook y
Soledad como Determinantes del
Phubbing en Universitarios Limeños.
Psykhe (Santiago), 31(2).
<https://doi.org/10.7764/psykhe.2020.22579>
- Wang, J. L., Wang, H. Z., Gaskin, J., & Hawk, S. T.
(2018). Los roles mediadores de la
ansiedad social y la sensibilidad
interpersonal en la asociación entre el
retiro social y la soledad.
**Cyberpsychology, Behavior, and Social
Networking**, 21(5), 362-367.
<https://doi.org/10.1089/cyber.2017.0364>
- Yam, F. C., Yildirim, O., & Köksal, B. (2024). The
mediating and buffering effect of
resilience on the relationship between
loneliness and social media addiction
among adolescents. **Current
Psychology**, 43(28), 24080-24090.
<https://doi.org/10.1007/s12144-024-06148-5>