PURIQ 2022, Vol. 4. e398 | ISSN 2664-4029 | E-ISSN 2707-3602
Universidad Nacional Autónoma de Huanta

ARTÍCULO DE REVISIÓN https://doi.org/10.37073/puriq.4.398

USO DE REDES SOCIALES VIRTUALES Y LA SALUD MENTAL EN TIEMPOS DE PANDEMIA

USE OF VIRTUAL SOCIAL NETWORKS AND MENTAL HEALTH IN TIMES OF PANDEMIC

USO DAS REDES SOCIAIS VIRTUAIS E SAÚDE MENTAL EM TEMPOS DE PANDEMIA

Kelvin Elfer Huamani-Calloapaza[1*]; Rosmery Bocangel-Marquez[1]

kehuamanic@ucvvirtual.edu.pe; rbocangel@ucvvirtual.edu.pe

[1]Universidad César Vallejo, Lima, Perú

***Correspondencia:** Kelvin Huamani-Calloapaza **Tel:** +51 982 721 018 **Email:** kehuamanic@ucvvirtual.edu.pe

Recibido: 26.07.22 | **Aprobado:** 28.11.22 | **Publicado:** 20.12.22

RESUMEN

Actualmente por situaciones de pandemia por la COVID-19 se recurre con mucha frecuencia al uso de las redes sociales virtuales (RSV) en población adolescente y joven, surgiendo la necesidad mediante la revisión documentada de analizar la relación de RSV y salud mental. El objetivo fue analizar diversas referencias respecto a la incidencia de las RSV sobre la salud mental. Cuyo enfoque fue cualitativo, utilizando el método fenomenológico y la técnica análisis de contenido. De los resultados relevantes hallados se evidenció que el uso de las RSV se incrementó en pandemia por la COVID-19, en entornos académicos y sociales, generando una reflexión sobre la necesidad de fomentar un nuevo enfoque que contribuya a visualizar las oportunidades y riesgos de las RSV. Donde los efectos del uso recurrente afectan la salud mental como la depresión, ansiedad, irritabilidad, bajo rendimiento académico y trastornos del comportamiento.

Palabras clave: salud mental, redes sociales virtuales, trastornos, comportamiento.

ABSTRACT

Currently, due to pandemic situations due to COVID-19, the use of virtual social networks (RSV) is used very frequently in the adolescent and young population, the need arising through the documented review of analyzing the relationship between RSV and mental health. The objective was to analyze various references regarding the incidence of RSV on mental health. Whose approach was qualitative, using the phenomenological method and the content analysis technique. From the relevant results found, it was evidenced that the use of RSV increased in the COVID-19 pandemic, in academic and social environments, generating a reflection on the need to promote a new approach that contributes to visualizing the opportunities and risks of social networks. RSV. Where the effects of recurrent use affect mental health such as depression, anxiety, irritability, poor academic performance and behavioral disorders.

Keywords: mental health, virtual social networks, disorders, behavior.

RESUMO

Atualmente, devido a situações de pandemia devido ao COVID-19, a utilização das redes sociais virtuais (RSV) é muito utilizada na população adolescente e jovem, surgindo a necessidade através da revisão documental de analisar a relação entre o RSV e a saúde mental. O objetivo foi analisar diversas referências sobre a incidência do VSR na saúde mental. Cuja abordagem foi qualitativa, utilizando o método fenomenológico e a técnica de análise de conteúdo. A partir dos relevantes resultados encontrados, evidenciou-se que o uso do RSV aumentou na pandemia de COVID-19, em ambientes acadêmicos e sociais, gerando uma reflexão sobre a necessidade de promover uma nova abordagem que contribua para visualizar as oportunidades e riscos das redes sociais. RSV. Onde os efeitos do uso recorrente afetam a saúde mental, como depressão, ansiedade, irritabilidade, baixo desempenho acadêmico e distúrbios comportamentais.

Palavras chaves: saúde mental, redes sociais virtuais, distúrbios, comportamento.

CC BY

INTRODUCCIÓN

Actualmente por situaciones de pandemia por la COVID-19, en población adolescente y joven, se ha incrementado la frecuencia de recurrir a redes sociales virtuales (RSV) en Latinoamérica y diversas partes del mundo, donde, en muchos casos, el uso recurrente y descontrolado viene afectando la salud mental, incidiendo negativamente en su comportamiento, estado emocional, adaptación, aprendizaje y área familiar. Durante la pandemia por la COVID-19, los entornos virtuales como las redes sociales se incrementaron de forma gradual. Su utilización permitió fortalecer procesos de aprendizaje, interacción y socialización virtual; sin embargo, su uso recurrente y descontrolado puede afectar la salud mental, analizar diversos factores que fomentan un uso excesivo de la red social virtual y como estas afectan la salud mental generando deterioro en el ámbito biológico psicológico y social, permitirá a futuro concientizar y elaborar diversas políticas de atención prevención en competencias digitales (UNESCO, 2020).

A nivel internacional, según el artículo informativo: "del cierre a la apertura de escuelas" concluyen que las herramientas digitales como las redes sociales cambiaron de manera radical la forma de poder interactuar, tanto en el entorno académico, laboral y social en tiempos de pandemia que viene atravesando el mundo; sin embargo, deja en desnudo a quienes no presentan competencias digitales en entornos virtuales. Recomienda en hacer énfasis que la utilización inadecuada de las redes sociales podría perturbar seriamente la salud mental de las personas, en casos de adolescentes aún más por su condición de vulnerabilidad y falta de adultos responsables para su regulación (UNESCO, 2021).

En la investigación cuantitativa realizada en estudiantes, cuyo título *dependencia a las redes sociales y niveles de impulsividad*, tuvo como objetivo determinar cuál es la relación de dependencia a la red social e impulsividad, donde las principales conclusiones afirman que se encontró correspondencia reveladora entre la impulsividad y la dependencia a la red social, en donde los educandos que tienen niveles altos de impulsividad están asociados con alto riesgo de dependencia a la red social. Asimismo, sugiere como aporte teórico la influencia entre impulsividad y dependencia a la red social, que viene afectando la salud mental, sugiriendo realizar acciones de sensibilización de regulación de contenidos en las RSV y monitoreo de adultos (Castillo et al., 2021).

Asimismo, en Perú un estudio de opinión que tuvo por objetivo identificar los hábitos de preferencia hacia las redes sociales virtuales (RSV). Vía online se entrevistó a más de 1000 usuarios entre edades de 17 a 65 años de diversos sectores sociales que contaban con ascensos a RSV. De las principales conclusiones, manifiestan que se han incrementado enormemente las RSV la más utilizada por la población adolescente y joven es el Facebook 94%, seguida del WhatsApp 86% luego el YouTube 62. % y, por último, el Instagram 60. %. También afirman que la frecuencia del uso de las RSV, se debió al aislamiento que viene atravesando nuestro territorio, por ende, las actividades académicas y laborales se realizaron mediante la virtualidad. Asimismo, establecen que la consecuencia de uso desmedido de las RSV vienes propiciando el bajo rendimiento pedagógico y problemas de salud mental en población adolescente y joven, así como alteraciones de comportamiento (IPSOS, 2021). De igual forma, según un estudio de revisión documentada durante pandemia, concluye que el inicio de la pandemia propicio cuadros recurrentes de estrés ansiedad y depresión en población adolescente y joven, que estuvo expuesta a noticias de entornos virtuales y uso descontrolado RSV, en cuya recomendación sugiere que regular el contenido y tiempo de los entornos virtuales permitirá evitar problemas en la salud mental (Huarcaya-Victoria, 2020).

De las limitaciones en la actualidad para el análisis de la revisión documentada, hallar investigaciones sobre redes sociales y salud mental en tiempos de pandemia, fue compleja ya que la información es escasa, incompleta y fragmentada en nuestro contexto. La justificación de responder a la pregunta ¿cuál es el impacto de las redes sociales en la salud mental?, resulta de mucho interés mediante la revisión documentada analizar el impacto de las RSV en la salud mental y, a partir de ello, adoptar nuevos

enfoques, procedimiento y qué medidas de prevención se abordarán para un uso óptimo de las redes sociales. El objetivo de este artículo es analizar diversas referencias respecto al impacto de las redes sociales virtuales sobre la salud mental, que a su vez permitió analizar los componentes u objetivos específicos: redes sociales y salud mental en Latinoamérica, así también como influye en las alteraciones del comportamiento y, por último, cuál es el rol de la familia en las RSV. La relevancia de analizar las variables de las redes sociales que impactan en la salud mental permitirá visualizar y concientizar en la comunidad educativa: educando, padres de familia y docentes, la necesidad de integrar un nuevo enfoque que permita concientizar y visualizar riesgos y beneficios de uso de las redes sociales.

Por último, se concluye que el uso de las RDV se acrecentó considerablemente en pandemia por la COVID-19, en adolescentes y jóvenes, generando una reflexión sobre la incidencia y necesidad de fomentar un nuevo enfoque que contribuya a visualizar las oportunidades y riesgos de las RSV; asimismo, tener competencias digitales permite darle un uso óptimo a los entornos virtuales; sin embargo, dejan vulnerables a quienes no presentan dichas capacidades, estando en riesgo de padecer problemas de salud mental como: alteraciones de estado de ánimo, depresión ,ansiedad, estrés, irritabilidad y bajo rendimiento académico.

MATERIALES Y MÉTODOS

Se utilizó el enfoque cualitativo, revisión documental para examinar las diversas referencias y determinar la influencia de redes sociales y salud mental en adolescentes y jóvenes, aplicando la metodología de tipo fenomenológica para analizar las repercusiones y consecuencias de las RSV en la salud mental. Esta técnica permitió analizar diversas evidencias de otras investigaciones durante los últimos años consolidando y contrastando diversos artículos. Asimismo, se utilizó muestreo no probabilístico por conveniencia. Cumpliéndose con una revisión de artículos indexados que describen el uso de la RSV y salud mental. Para el método de búsqueda y selección de información se consideró artículos científicos de los últimos cuatro años de diversas bases de datos como: Scielo,org, Scopus, Latindex.org y Scholar académico. Para el análisis de contenido se categorizó de forma estructurada (Andreu-Abela, 2001), considerando el resultado de los artículos, seleccionando quienes aportaron a la revisión y responden al objetivo de mismo y en qué concluyó cada investigación. Asimismo, la lectura crítica de cada artículo seleccionado, permitió desagregar contenidos y características importantes para las aportaciones teóricas respecto al uso de las RSV y salud mental en adolescentes y jóvenes. Por último, los contenidos de investigaciones fueron seleccionados, analizados comparados para generar diversas conclusiones respecto a la revisión documentada.

DESARROLLO

Incidencia de redes sociales en la salud mental. Se realizó una investigación durante la pandemia por la COVID-19 “salud mental y coronavirus”, se concluye que la exposición permanente a las redes sociales ocasionó problemas a la salud mental con estrés, ansiedad y depresión en más de un 20% del promedio habitual en población latinoamericana de adolescentes y jóvenes, las variables desencadenantes fueron: juegos online, exposición a tareas virtuales y falta de actividad física (Sarabia, 2020). Otra investigación cuantitativa “Salud en confinamiento” evidencio que los episodios de ansiedad, así como histeria colectiva, pueden ser atribuidas a noticias falsas, hacinamiento, dificultad para acceder a clases virtuales y problemas familiares, asimismo recomienda: la autorregulación, actividad física en casa, establecerse rutinas durante el día. Pimienta (2020).

Según el estudio cualitativo en estudiantes de educación superior de México concluye, que las redes sociales brindan información permanente respecto al consumo de alcohol y drogas mediante publicaciones, páginas web, anuncios de bebidas; ello contribuye a tener una menor percepción del

riesgo en población joven, dejando vulnerable al consumo de alcohol y drogas. Esta investigación sugiere mediante disposiciones legales, regular dichos contenidos, evitando así conductas adictivas (Montero-Domínguez, et al., 2018). Al respecto, una investigación cuantitativa en escolares de nivel secundario en Perú afirma que las redes sociales refuerzan las conductas adictivas en estudiantes con impulsividad, perturbando de forma permanente la salud mental, resaltando como factor condicionado la impulsividad y dependencia a videojuegos. También, recomienda la regulación adecuada de anuncios con contenido nocivos podría aminorar los daños colaterales en la salud mental de quienes interactúan en los entornos virtuales (Campos, 2019).

Asimismo, en la investigación cuantitativa en estudiantes universitarios se corrobora en base al inventario de depresión Beck la utilización prolongada de entornos virtuales repercuten en la alteración de estado de ánimo como la depresión con una diversa sintomatología y niveles, no distingue entre varones y mujeres, sin embargo, se evidencia una particularidad en edades de 17 hasta los 21 años, ya que esta población presenta una sintomatología mayor (Chaparro, 2020).

En tiempos de aislamiento, el internet y redes sociales difunden de forma recurrente información respecto al suicidio donde en muchos casos a través de chat, páginas webs, y redes virtuales fomentan el suicidio, acuñando el término "C**í**ber suicidio", cuya población en muchos casos, presentan una ideación suicida, dejándolos en situación de vulnerabilidad. La investigación contribuye a regular medidas legales en la libertad de la información mediante diversas restricciones que atenten contra la integridad del grupo en mención (Martínez, 2020). También en una investigación cuantitativa en adolescentes concluyen que, la alta dependencia a redes sociales puede activar conductas suicidas, condicionado por variables provenientes de sistema familiar disfuncional, ciber acoso, estrés y consumo de drogas (Mendoza-Palma y Mera-Holguín., 2019).

La tesis de análisis relacional afirma que el usar en exceso las redes sociales tienen una alta incidencia relacional con la ansiedad y depresión, repercutiendo en la persona en su estado emocional, déficit en sus habilidades sociales, alteración de sus rutinas y bajo rendimiento académico, sugieren que realizar actividad física, autocuidado e interacción contribuirá a no generar dependencia (Vera y López, 2021). También el estudio de revisión documentada, manifiesta que el inicio de la pandemia propicio cuadros recurrentes de estrés ansiedad y depresión en población adolescente y joven, que estuvo expuesta a noticias de entornos virtuales, cuyo aporte fue sugerir que regular el contenido y tiempo de los entornos virtuales permitirá gozar de habilidades sociales adecuadas y regulación emocional, evitando alteraciones en la rutina diaria de las personas. (Huarcaya-Victoria, 2020).

En el estudio correlacional redes sociales y factores de riesgo en población joven, donde sus principales resultados fueron que la falta de regulación emocional se podría considerar como un factor de riesgo en adolescentes y jóvenes con uso permanente y problemático en las redes sociales, asimismo esta población presenta sintomatología de trastornos depresivos (Gracia-Granados, 2020). Asimismo, se puede comprobar esta evidencia en la investigación que manifiesta que los jóvenes con falta control emocional, tienen mayor propensión de sufrir de episodios depresivos, que afectan su salud integral (Cracco Goossens y Braet, 2018).

Redes sociales virtuales en Latinoamérica. En un artículo informativo publicado durante la pandemia manifiestan que la utilización del internet mediante la red social en pandemia, en américa latina, se dio de forma abrupta donde el espacio digital se convierte en algo cotidiano, crea oportunidades y riesgos, conocer de ellos servirá darle una utilización óptima, sin embargo, la utilización del internet mediante las RS en menores de edad y jóvenes sin tener control y regulación, implica una mayor exposición de riesgo a los entornos virtuales (UNESCO, 2020). De igual manera se afirma que en la población adolescente y joven las redes sociales tienen que estar en función a que ellos puedan identificar los riesgos y las oportunidades que atraviesan durante su navegación, ya que de no hacerlo serian vulnerables a padecer algún problema respecto a su salud (UNESCO, 2020).

Un estudio realizado en Latinoamérica en adolescentes y jóvenes de Colombia, Chile, República Dominicana, Perú y México "adicción a las redes online" donde sus principales resultados fueron que las redes sociales afectan el rendimiento académico e interacción física entre pares, sin embargo, no cumple los criterios para catalogarla como una conducta adictiva. Sin embargo, en oposición a esa investigación, se afirma que la utilización de entornos virtuales en países como Argentina, Colombia y Brasil se han incrementado a cuatro horas aproximadamente, en varios casos generando dependía y adicción a entornos virtuales (Global Weblndex, 2018), (Rojas et al., 2018).

En distintos países de Sudamérica, se realizó un análisis bivariante en adolescentes, respecto a hábitos de consumo de redes virtuales, donde la conclusión resaltante fue que, en las brechas digitales por género, se evidencian ciertos estereotipos entre hombres y mujeres, en caso de varones se observa tendencia al uso de videojuegos, en caso de las mujeres mayor contenido gráfico y relatos (Masanet y Gómez-Puertas, 2021). También se concluye en un estudio cualitativo la tendencia del uso de videojuegos mediante las redes sociales en varones podría propiciar una adicción si se realiza de forma descontrolada (Ocaña-Romero, 2019).

En otro estudio cuantitativo a alumnos de nivel secundario establecen que la dependencia y adicción a plataformas virtuales genera un déficit en habilidades sociales, asimismo sugieren que fomentar espacios de interacción, acciones lúdicas con pares y familia reducirá los problemas de salud mental (Araoz, E. et al, 2021). Al respecto, en una investigación cuantitativa en Brasil en jóvenes, sobre el impacto de redes virtuales, evidenciaron que las dificultades de la salud mental asociado a la alta frecuencia de las redes sociales virtuales, es más recurrente en la actualidad por pandemia, asimismo recomiendan que la participación permanente de las instituciones públicas con políticas de regulación, restricciones y filtros permitirán un mejor uso de las RSV (Rodríguez, et al., 2020).

Rol de la familia en la regulación de las redes virtuales

La familia cumple un rol trascendente en el cuidado, protección y regulación en el seno de hogar. En el mundo es importante respetar su diversidad de la familia que está condicionada por creencias y costumbres, cuyo fin común es brindar protección regulación y equilibrio, a pesar de los problemas o dificultades que se presenten, ya sea a la regulación de entornos virtuales en sus hijos. (Ródenas-Rigla et al., 2017, p. 231). Sin embargo, en el estudio: "familia y virtualidad", realizada en estudiantes concluyen que los menores que acceden permanentemente a medios virtuales, carecen de control de un adulto, también se afirma que las familias presentan un estilo de crianza permisivo o sobreprotector caracterizado por la falta de control, evidenciando la utilización recurrente de las redes sociales (Dans Álvarez et al, 2019).

Referente a la familia y era digital en una investigación cuantitativa en adolescentes y padres de familia. Los resultados refieren: primera, que a más horas de internet menor es el rendimiento académico. Segunda, a mayor uso de internet, menor en la influencia de los padres siendo sobreprotectores y permisivos, por último, se corrobora la importancia de fomentar la comunicación afectiva para evitar los riegos de la era virtual (Tur-Porcar, et al., 2019). Sin embargo, otro estudio en adolescentes, realiza un aporte importante ya que afirma que los pares o grupo generan más influencia que la propia familia en la conducta y hábitos en menores (Tenempaguay-Solí y Rocio-Martínez, 2021).

De igual forma, en el artículo "sociedad e información" en el cuarto capítulo resaltan que los estilos parentales tienen influencia en las redes sociales, mientras más regulados estén menor será el grado de dependencia en los menores, donde la utilidad será adecuada en beneficio de actividades académicas y de interacción (Amador, A., 2017, p. 174). Sin embargo, en la investigación "autoconcepto y consumo de entornos virtuales en jóvenes" sus resultados más importantes denotan que existen otras variables que generan dependencia a las redes sociales, como son los grupos afines, pares o influencia social, niveles de motivación, hábitos, economía y autoconcepto (Castillo et al, 2019).

Asimismo, en la investigación documentada: "padres de familia, educación digital y pandemia", la familia cumple un rol fundamental en la educación virtual de sus hijos, al carecer de pericias virtuales y pedagógicas, quedan en desventaja sobre el control y la regulación en el uso de los entornos virtuales de sus hijos, aunado a ello las brechas y desigualdades virtuales y el escaso control de aulas virtuales para realización de tareas en la educación (Salcedo-Benites y Claudio-Flores, 2021). De igual forma en una investigación documentada: resalta que el vínculo afectivo de la familia hacia los adolescentes y jóvenes generan menor dependencia hacia los entornos virtuales al fortalecer lazos de comunicación e integración entre sus miembros que fue trascendente al pasar de la educación tradicional a la virtual por pandemia (Amaya-López, 2020).

Redes sociales y trastornos del comportamiento

En la investigación cuantitativa trastornos de conducta alimenticia (TCA) y redes sociales realizadas a 338 mujeres, dentro de los principales hallazgos, los TCA evidencian una correspondencia con el uso de redes sociales en función a la autoimagen corporal, donde la aprobación de los demás por la imagen corporal en jóvenes, expone o aumenta el riesgo de un TCA (Restrepo y Quirama, 2020). De la misma forma en otra investigación cuantitativa cuyos resultados fueron: la atribución de las redes virtuales mediante estereotipos, cánones de belleza, la moda, en la autopercepción inadecuada de la imagen corporal por TCA, generan problemas de salud física que repercuten en la salud mental (Ojeda-Martín en at, 2021).

También, en la investigación: "dependencias a redes sociales en nativos digitales" concluyen que la población nativa digital que fue expuesta a entornos virtuales no evidencia patologías marcadas en su comportamiento; sin embargo, si evidencian síntomas asociados al abuso recurrente a las redes sociales como insomnio y ansiedad que a futuro podría desencadenar en una adicción (López-Iglesias et al., 2022) Por otra parte, en el artículo de revisión; "agresividad, psicopatología y redes virtuales en población adolescente" concluyeron que las redes sociales permiten fortalecer habilidades académicas y procesos de socialización, también inciden en el comportamiento agresivo por alta exposición de contenido de índole agresivo, también fomenta el pensamiento crítico para regular comportamientos agresivos (Contini, 2022).

En el artículo informativo: "riegos en las RSV" se afirma: así como las redes virtuales fortalecen los procesos académicos y sociales en adolescentes y jóvenes, también son un riesgo en fomentar comportamientos de agresividad e impulsividad por exposición a diverso contenido. Sugiere: Regular la cantidad de tiempo y contenidos en las redes sociales permitirá evitar problemas de comportamiento como la agresividad y darle un uso idóneo a diverso contenido en las RSV. (UNICEF, 2016). De igual manera otra investigación manifiesta que RSV fomentan comportamientos agresivos entre pares, hacia la familia y escuela, mediante contenido gráfico, audios y chats, afectando la salud mental de quienes son expuesto. (Contini et al, 2022).

CONCLUSIONES

De la revisión documentada analizada se puede incidir que el uso de las RDV se incrementó enormemente en pandemia por la COVID-19, en entornos académicos y sociales en adolescentes y jóvenes, generando una reflexión sobre la incidencia y necesidad de fomentar un nuevo enfoque que contribuya a visualizar las oportunidades y riesgos de las RSV y mediante ello poder prevenir los problemas de salud mental. Tener competencias digitales permitirá darle un uso optimo a los entornos virtuales, sin embargo, dejan vulnerables a quienes no presentan capacidades digitales, estando vulnerable de padecer problemas de salud mental como: alteraciones de estado de ánimo como la depresión, ansiedad, estrés, irritabilidad y bajo rendimiento académico. En base al análisis de la revisión documentada es necesario realizar una intervención preventiva primaria y secundaria en adolescentes y jóvenes en competencias digitales, con la vi-

sión de evitar que los problemas de salud mental puedan trascender y afectar disfuncionalmente su vida adulta. Asimismo, mediante políticas públicas de debe regular los contenidos que se viene dando en las plataformas virtuales.

El sistema familiar cumple un rol fundamental en la educación virtual de sus hijos, mediante el análisis se evidencio que muchas familias carecen de pericias virtuales y pedagógicas, quedando en desventaja sobre el control y la regulación en el uso de los entornos virtuales de sus hijos, dejando en situación de vulnerabilidad de padecer problemas de salud mental, aunado a ello los estilos de crianza permisivo y sobreprotector que carecen de control y normas de convivencia. Los trastornos del comportamiento ocasionado por la dependencia a las RSV en jóvenes y adolescentes desencadenan determinadas conductas están ligados a la autopercepción de la imagen corporal, uso de sustancias toxicas, impulsividad, trastorno del sueño, déficit en habilidades sociales, asimismo otras variables que predispones o condicional la conducta humana.

Por último, los autores de la revisión documentada sugieren a futuro realizar nuevas investigaciones con nuevos modelos que puedan explicar la incidencia de las redes sociales y salud mental.

ORCID

Kelvin Elfer Huamani-Calloapaza: Universidad César Vallejo, Lima, Perú, Colombia.

Rosmery Bocangel-Marquez: Universidad César Vallejo, Lima, Perú.

CONTRIBUCIÓN DE LOS AUTORES

Kelvin Elfer Huamani-Calloapaza: Curación de datos, Análisis formal, Adquisición de fondos, Investigación, Administración de proyectos, Supervisión, Validación, Visualización, Redacción: revisión y edición.

Rosmery Bocangel-Marquez: Conceptualización, Metodología, Recursos, Software, Redacción: borrador original.

FUENTE DE FINANCIAMIENTO

Esta investigación fue autofinanciada.

CONFLICTOS DE INTERÉS

Los autores declaran no tener ningún conflicto de intereses.

AGRADECIMIENTOS

No aplica.

PROCESO DE REVISIÓN

Este estudio ha sido revisado por pares externos en modalidad de doble ciego.

Revisor A: **Abdelhak HIRI,** hiriest@hotmail.com

Revisor B: **Anónimo**

EDITOR RESPONSABLE

Edgar Gutiérrez-Gómez, egutierrez@unah.edu.pe

DECLARACIÓN DE DISPONIBILIDAD DE DATOS

La base de datos de la presente investigación estará disponible para la comunidad científica solicitándola al autor de correspondencia.

REFERENCIAS

Amador, A. (2017). *Acceso y uso de las TIC en los hogares costarricenses*. En A. Salas y M. Guzmán (Coords.), Programa sociedad de la información y el conocimiento. Universidad de Costa Rica (pp. 173-210). San José, Costa Rica: Prosic, UCR. Recuperado de http://www.prosic.ucr.ac.cr/sites/default/files/recursos/informe_2017.pdf

Amaya-López L. F. (2020). El papel del vínculo psicoafectivo familiar en el tránsito de la educación presencial a la educación virtual y remota en el marco de la emergencia sanitaria por la Covid-19. *Búsqueda, 7*(24). https://doi.org/10.21892/01239813.492

Andréu-Abela, J. (2001). *Las técnicas de análisis de contenido: Una revisión actualizada*. Centro de Estudios Andaluces. https://cutt.ly/ld3Vohu

Araoz, E. G. E., Araoz, M. C. Z., Ramos, N. A. G., & Uchasara, H. J. M. (2021). Adicción a internet y habilidades sociales en adolescentes peruanos de educación secundaria. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica, 40*(1), 74-80. http://doi.org/10.5281/zenodo.4675699

Artigas, W., & Casanova, I. (2020). Influencia de las redes sociales académicas en la construcción de la identidad digital latinoamericana. *Anales de Documentación, 23*(2). https://doi.org/10.6018/analesdoc.397551

Campos, B., Vílchez, W., & Leiva C. (2019). Relación entre adicción a las redes sociales e impulsi-vidad en escolares de instituciones educativas públicas de Lima Este. *Revista Científica De Ciencias de la Salud, 12*(2). https://doi.org/10.17162/rccs.v12i2.1212

Castillo, G. M. E., Tenezaca Sánchez, J. R., & Mazón Naranjo, J. P. (2021). Dependencia al dispositivo móvil e impulsividad en estudiantes universitarios de Riobamba-Ecuador. *Revista Eugenio Espejo*, 15(3), 59-68.

Castillo, M. M., Olivas, P. G., Castillo, F. V., & Rodríguez, L. A. O. (2019). *Modelo interdisciplinar para el estudio de jóvenes y autoconcepto a partir del consumo de redes sociales virtuales*. In Investigación e innovación en la Enseñanza Superior: Nuevos contextos, nuevas ideas (pp. 871-879). Octaedro. http://hdl.handle.net/10045/99015

Chaparro, J. B. (2020). Uso de redes sociales y sintomatología depresiva en estudiantes universi-tarios. *Revista Científica de Psicología Eureka, 17*(2), 293-308. https://ojs.psicoeureka.com.py/index.php/eureka/article/view/132/135

Chou, C., & Lee, Y. H. (2017). The moderating effects of internet parenting styles on the relationship between internet parenting behavior, internet expectancy, and internet addiction tendency. *The Asia-Pacific Education Researcher, 1-10*. http://dx.doi.org/10.1007/s40299-017-0334-5

Contini, E. N. (2022). Algunos enlaces conceptuales entre redes virtuales, comportamiento agresivo en la adolescencia y psicopatología del desarrollo. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala, 24*(4), 1491-1551. https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2021/epi214i.pdf

Contini, N., Lacunza, A. B., Caballero, S. V., Mejail, S. M., & Lucero, G. (2022). Las tecnologías digitales como medio para la expresión del comportamiento agresivo en adolescentes. *Perspectivas En Psicología, 19*(1), 1-22. http://perspectivas.mdp.edu.ar/revista/index.php/pep/article/view/509

Cracco, E., Goossens, L., & Braet, C. (2017). Emotion regulation across childhood and adoles-cence: evidence for a maladaptive shift in adolescence. *European Child and Adolescent Psychiatry, 26, 909-921*. doi:10.1007/s00787-017-0952-8

Dans Álvarez D. S. I., Muñoz Carril, P. C., & González Sanmamed, M. (2019). Familia y redes sociales: un binomio controvertido. *Aula Abierta, 48*(2), 183-192. https://doi.org/10.17811/rifie.48.2.2019.183-192

Felipe, F. A. (2021). La OCDE: un perfil crítico. *Revista Razón Crítica, (10),* 211-235. DOI: https://doi.org/10.21789/25007807.1568

Fondo de las Naciones Unidas (2016). Kids online Argentina. Chic@s conectados. *Investigación sobre percepciones y hábitos de niños, niñas y adolescentes en Internet y redes sociales.* UNICEF. Disponible en https://www.unicef.org/argentina/media/1636/file/Kids-online.pdf

Globlal Weblndex. (2018, 12 de noviembre). *Reporte estadístico de utilización de medios de comunicación digitales*. Recuperado el 21 de 04 de 2020, de Reporte estadístico de utilización de medios de comunicación digitales: www.globlalweblndex.com

Gracia Granados, B., Quintana-Orts, C. L., & Rey Peña, L. (2020). Regulación emocional y uso problemático de las redes sociales en adolescentes: el papel de la sintomatología depresiva. *Health and Addictions/Salud Y Drogas*, 20(1), 77–86. https://doi.org/10.21134/haaj.v20i1.473

Huarcaya-Victoria, J. (2020). Consideraciones sobre la salud mental en la pandemia de COVID-19. *Revista peruana de medicina experimental y salud pública, 37, 327-334*. https://doi.org/10.17843/rpmesp.2020.372.5419

Huaytalla, K. P. C., Vega, S. R., & Soncco, J. J. (2016). Riesgo de adicción a redes sociales, au-toestima y autocontrol en estudiantes de secundaria. *Revista Científica de Ciencias de la Salud, 9(1), 9-15*. https://doi.org/10.17162/rccs.v9i1.542

IPSOS (2021) informe de redes sociales en peruanos conectados. *Encuesta online Ámbito Perú Urbano.* https://www.ipsos.com/es-pe/redes-sociales-2021

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.aipprr.2017.11.001

López Iglesias, M., Tapia-Frade, A., & Ruiz Velasco, C. M. (2022). Patologías y dependencias que provocan las redes sociales en los jóvenes nativos digitales. *Revista de Comunicación y Salud, 13, 23–43*. https://doi.org/10.35669/rcys.2023.13.e301

Martín, T. M., & de Pedro, A. I. I. (2018). Relación de los menores con las redes sociales y el whatsapp: causas y consecuencias. *International Journal of Developmental and Educational Psy-chology, 4(1)*. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349857603021

Martínez, L. (2020). Suicidio, adolescencia, redes sociales e internet. *Norte de Salud Mental, 17(63), 25-36* fi-le:///C:/Users/DELL/Downloads/Dialnet-SuicidioAdolescenciaRedesSocialesEInternet-7553715.pdf

Masanet, M. J., Pires, F., & Gómez-Puertas, L. (2021). Riesgos de la brecha digital de género entre los y las adolescentes. *El Profesional de la Información, 2021, vol. 30, num. 1, p. 1-15. http*://hdl.handle.net/2445/182633

Mendoza-Palma, K., & Mera-Holguín, G. (2019). Adicción a las redes sociales y conducta suicida en los adolescentes de Montecristi. *Revista Científica Y Arbitrada De Psicología NUNA YACHAY - ISSN: 2697-3588., 2(3), 2-14.* https://publicacionescd.uleam.edu.ec/index.php/nuna-yachay/article/view/113

Montero-Domínguez, F. Á., Cruz-Juárez, A. D. L. Á., Tiburcio-Sainz, M. A., & García-González, J. (2018). *Percepción de estudiantes de bachillerato sobre contenidos relacionados con el consumo de alcohol y marihuana en las redes sociales.* CienciaUAT, 13(1), 50-64. https://doi.org/10.29059/cienciauat.v13i1.870

Ocaña Romero, J. E. (2019). Videojuegos y convergencia creativa: de las redes sociales a las plataformas de libre creación. Ámbitos. *Revista Internacional de Comunicación 45, pp. 203-223*. doi: 10.12795/Ambitos. 2019.i45.12 http://dx.doi.org/10.12795/Ambitos.2019.i45.12

Ojeda-Martín, Á., López-Morales, M. D. P., Jáuregui-Lobera, I., & Herrero-Martín, G. (2021). Uso de redes sociales y riesgo de padecer TCA en jóvenes. *Journal of Negative and No Positive Results*, *6*(10), 1289-1307. https://doi.org/10.19230/jonnpr.4322

Organización de las Naciones Unidas para la Educación (2021). *COVID-19 Education Response – Education Issue Note N° 71 – April 2, 2020.* Recuperado de https://en.unesco.org/covid19/educationresponse

Pimienta, P. X. G. (2020). Cuidando mi Salud Mental durante el COVID-19. *Asociación Mexicana de Psicología Hospitalaria, 1, 24.* http://colegioateneaanimas.edu.mx/wp-content/uploads/Cuidados-de-Salud-Mental-en-tiempos-del-COVID-19-1-compressed-1.pdf

Rodrigues, S., Pereira, L. Barboza, L., & Leira, L. (2021). How do social media influence mental health? SMAD, *Rev Electrónica Saúde Mental Álcool Drog. 2021;16(1):1-3.* https://dx.doi.org/10.11606/issn.1806-6976.smad.2020.0089

Rojas, C., Henríquez, F., Sanhueza, F., Núñez, P., Inostroza, E., Solís, A., & Contreras, D. (2018). *Adicción a internet y uso de redes sociales en adolescentes: una revisión*. Revisiones, 43(4), 16 https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/ibc-176492?lang=es

Ródenas-Rigla, F. J., Fombuena, J., & Pérez-Cosín, J. V. (2017) (Coords.). *Bienestar social: intervención familiar*. Valencia: Tirant lo Blanch.

Restrepo, J. E., & Quirama, T. C. (2020). Riesgo de trastorno de la conducta alimentaria y uso de redes sociales en usuarias de gimnasios de la ciudad de Medellín, Colombia. *Revista Colombiana de Psiquiatría, 49(3), 162-169*. https://doi.org/10.1016/j.rcp.2018.08.003

Saavedra, J. Balance y recomendaciones sobre salud mental de la población y del personal de salud durante la pandemia de COVID-19 en el Perú. *Rev Soc Peru Med Interna. 2020;33(4): 135-137*. https://doi.org/10.36393/spmi.v33i4.559

Salcedo B, R., Claudio Flores, M. M., & Mesías Crespín, K. C. (2021). *La responsabilidad de los padres de familia en la educación virtual, desafíos y oportunidades*. EduSol, 21(77), 134-143. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-80912021000400134&lng=es&tlng=es

Sarabia, S. (2020). La salud mental en los tiempos del coronavirus. *Revista de neuro-psiquiatría, 83(1), 3-4*.DOI: https://doi.org/10.20453/rnp.v83i1.3680

Tenempaguay-Solís, J. A., & del Rocio Martínez-Yacelga, A. (2021). Estilos de crianza y autoefi-cacia académica percibida en adolescentes escolarizados. *Polo del Conocimiento, 6(5), 426-440*. DOI: 10.23857/pc.v6i5.2669

Tur-Porcar, A. M., Doménech, A., & Jiménez, J. (2019). Eficacia académica percibida, crianza, uso de internet y comportamiento en la adolescencia. *Revista Latinoamericana de Psicología, 51(1), 38-47*. https://doi.org/10.14349/rlp.2019.v51.n1.5

UNESCO (2020). *Riegos y oportunidades de las redes sociales del internet en tiempos de aislamiento.* https://articles.unesco.org/es/articles/oportunidades-y-riesgos-de-internet-en-tiempos-de-aislamiento

UNICEF (2016). *Estado mundial de la infancia 2016-Resumen Ejecutivo: La adolescencia una época de Oportunidades.* UNICEF. https://books.google.com.pe/books?hl=es&lr=&id=psuk-cZ9bEeUC&oi=fnd&pg=PA1&dq=Estado+mundial+de+la+infancia+2016

Valero Palomino, F. R., & Bullón Solís, O. (2021). La virtualización, una alternativa viable en las instituciones educativas. *Puriq, 3(1), 81–92.* https://doi.org/10.37073/puriq.3.348

Vera, V. D. G., & López, C. Q. (2021). La ansiedad y la depresión derivadas del abuso de las redes sociales: un análisis relacional. *In Memorias científicas del II Congreso en Salud Mental Digital (p. 97).* https://www.researchgate.net/profile/Victor-Gil-Vera/publication/350499466_43

Villanueva, D. N., Feced, S. C., Calvo, B. R., & Barranco, I. B. (2017). Influencia negativa de las redes sociales en la salud de adolescentes y adultos jóvenes: una revisión bibliográfica. *Psicología y salud, 27(2), 255-267.* https://zaguan.unizar.es/record/95297/files/texto_completo.pdf

CITAR COMO:
Huamani-Calloapaza, K. E., & Bocangel-Marquez, R. (2022). Uso de redes sociales virtuales y la salud mental en tiempos de pandemia. *Puriq, 4*, e398. https://doi.org/10.37073/puriq.4.398