



Redes sociales y calidad de vida relacionada con la salud en estudiantes universitarios

Social networks and quality of life in relation to university students' health

Redes sociais e qualidade de vida relacionada à saúde em estudantes universitários

Monica Isabel Hanna Lavalle¹, Mónica Mabel Ocampo Rivero², Nadya María Janna Lavalle³,
María Carolina Mena Gutiérrez⁴, Leydi Diana Torreglosa Portillo⁵

Histórico

Recibido:

9 de agosto de 2019

Aceptado:

11 de noviembre de 2019

1 Universidad de Córdoba. Montería, Colombia. E-mail: mhanna@correo.unicordoba.edu.co

<https://orcid.org/0000-0003-3311-0938>

2 Universidad de Córdoba. Montería, Colombia. Autor de Correspondencia. E-mail: mocampo@correo.unicordoba.edu.co

<https://orcid.org/0000-0002-5338-2319>

3 Universidad de Córdoba. Montería, Colombia. E-mail: nadyajanna@correo.unicordoba.edu.co

<https://orcid.org/0000-0001-7244-9956>

4 Alcaldía, Promoción y Prevención. Montería, Colombia. E-mail: mcaram1997@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-6790-5555>

5 Fundación Amigos de la Salud. Montería, Colombia. E-mail: leydidtp@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0003-3852-9498>

Resumen

Introducción: Las redes sociales permite a los jóvenes estar en contacto con la sociedad y su entorno, gran cantidad del tiempo lo emplean en su uso, buscando aceptación por sus pares. **Materiales y Métodos:** Investigación descriptiva, transversal, correlacional. La muestra estuvo conformada por 400 estudiantes. La información se recolectó, mediante la utilización de dos cuestionarios. Para la comparación entre las variables, se empleó el coeficiente de correlación de Spearman y Chi cuadrado. **Resultados:** 354 (88,5%) de los universitarios tienen un dispositivo móvil con conexión a internet; 184 (46%) consultan entre 3 a 4 redes sociales, aproximadamente de 1 a 4 horas diarias 196 (49%). 157 (39,2%) manifestaron no ver afectada la academia por el uso de redes sociales. La salud general, en una escala de 0 a 100, obtuvo una puntuación de 58,5 por los colombianos y de 38,3 en los mexicanos. **Discusión:** Los jóvenes dedican mayor cantidad de su tiempo en el uso de redes sociales, siendo su interés especial, las relaciones entre pares. Algunos estudios coinciden en que existe una asociación entre el mal uso del internet y problemas de salud físicos y psicosociales. **Conclusiones:** El comportamiento de uso de las redes sociales y la percepción de calidad de vida es similar en Colombia y en México; además consideran que son usadas moderadamente como herramienta académica y de socialización. Es necesario espacios para compartir con iguales, en los cuales no se necesite de las redes sociales como mediador.

Palabras clave: Adolescente; Calidad de Vida; Conducta; Estudiantes; Red Social.

Abstract

Introduction: Social networks provide young people with the opportunity to be in touch with society and their environment, for which they spend a great amount of time to seek acceptance from their peers. **Materials and Methods:** A cross-sectional descriptive correlational study was conducted on a sample of 400 students. Two questionnaires were used to collect information. For variable comparison, Spearman's rank correlation coefficient and Chi-squared test were used. **Results:** 354 (88.5%) of university students have a mobile device with internet connection; 184 (46%) use 3 to 4 social networks and 196 (49%) use them for about 1 to 4 hours a day. 157 (39.2%) claimed that their studies were not affected by using social networks. As for general health, Colombians scored 58.5 and Mexicans 38.3 on a scale of 0 to 100. **Discussion:** Young people spend most of their time using social networks, being particularly interested in social relationships with their peers. Some studies suggest an association between internet misuse and physical and psychosocial health problems. **Conclusions:** Social network use behavior and quality of life perception are similar in Colombia and Mexico. In addition, social networks are moderately used as an academic and socialization tool. There is a need for opportunities to share with peers in which social networks are not used as a mediator.

Key words: Adolescent; Quality of Life; Behavior; Students; Social Networking.

Resumo

Introdução: As redes sociais permitem que os jovens entrem em contato com a sociedade e seu ambiente, para o qual passam muito tempo a procurar a aceitação por parte dos seus semelhantes. **Materiais e Métodos:** Um estudo transversal descritivo e correlacional foi realizado em uma amostra de 400 alunos. As informações foram coletadas por meio de dois questionários. Para a comparação de variáveis, foram utilizados o coeficiente de correlação de postos de Spearman e o teste do qui-quadrado. **Resultados:** 354 (88,5%) dos universitários possuem telefone celular com conexão à Internet; 184 (46%) utilizam de 3 a 4 redes sociais e 196 (49%) as utilizam por cerca de 1 a 4 horas por dia. 157 (39,2%) afirmaram que a academia não foi afetada pelo uso de redes sociais. A saúde geral, em uma escala de 0 a 100, obteve 58,5 para os colombianos e 38,3 para os mexicanos. **Discussão:** Os jovens passam mais tempo usando redes sociais, com seu interesse especial nas relações com os seus semelhantes. Alguns estudos sugerem uma associação entre uso indevido da internet e problemas de saúde físicos e psicossociais. **Conclusões:** O comportamento de uso das redes sociais e a percepção de qualidade de vida são semelhantes na Colômbia e no México. Além disso, as redes sociais são usadas moderadamente como uma ferramenta acadêmica e de socialização. Você precisa de espaços para compartilhar com iguais, nos quais não precisa de redes sociais como mediador.

Palavras chave: Adolescente; Qualidade de Vida; Comportamento; Estudantes; Rede Social.

Como citar este artículo: Hanna MI, Ocampo MM, Janna NM, Mena MC, Torreglosa LD. Redes sociales y calidad de vida relacionada con la salud en estudiantes universitarios. Rev Cuid. 2020; 11(1): e953. <http://dx.doi.org/10.15649/cuidarte.953>



©2020 Universidad de Santander. Este es un artículo de acceso abierto, distribuido bajo los términos de la licencia Creative Commons Attribution (CC BY-NC 4.0), que permite el uso ilimitado, distribución y reproducción en cualquier medio, siempre que el autor original y la fuente sean debidamente citados.

INTRODUCCIÓN

El uso de las tecnologías de la información y comunicación (TIC), en los últimos años, han sido un instrumento fundamental en la vida de las personas¹; usadas no solamente con fines académicos, sino como una forma de relacionarse con el entorno social². Es tan grande este auge tecnológico, que empresas de reconocimiento mundial, han realizado estudios para identificar las prácticas de diferentes grupos poblacionales en torno a las TIC³, como son: la frecuencia de uso, cantidad, número de cuentas solicitadas y experiencias con el medio, entre otras⁴.

Salguero y Otero⁵ consideran, que son los jóvenes, los que más hacen uso de ellas, esta es una etapa del ciclo vital, donde ocurren cambios biológicos, fisiológicos, y psicológicos, crucial en la búsqueda de la identidad⁶; y es precisamente este grupo poblacional, el que tiene muchos intereses creados alrededor de estas; para ellos, pertenecer a una red social, ha dejado de ser una opción de ocio para convertirse en un requerimiento que les permite estar en contacto con la sociedad y el entorno que los rodea⁷.

Otros autores coinciden en afirmar, que los jóvenes dedican mayor cantidad de su tiempo en la interacción social online, siendo su interés especial, las relaciones entre pares, donde se distraen, se sienten aceptados e identificados por sus gustos y finalizan siendo parte de una comunidad virtual⁷⁻¹⁰.

Según Castells¹¹, el concepto de sociedad red, está fundamentado, en la multiplicidad de personas y dispositivos que producen, reciben, procesan, almacenan y transmiten información sin restricción de distancia, tiempo o cantidad para

autores como Ruiz-corbella y De-Juanas³, la gran cantidad de información y la rapidez con que esta se intercambia, crea nuevos espacios de participación social y estimula el uso de las redes sociales.

Son múltiples, las ventajas que las TIC representa; sin embargo, existen riesgos que podrían amenazar la integridad física y/o mental de los adolescentes, encontrándose al respecto, la adicción, acceso involuntario a ciertos contenidos, o ser víctimas de comportamientos malintencionados de terceras personas⁹⁻¹¹.

Estudios realizados documentan, los riesgos y consecuencias, que generan el uso inadecuado de las redes sociales de forma negativa en la calidad de vida de las personas, especialmente para los adolescentes, en donde cada vez a menor edad se convierten en cibernautas, afectando en muchas ocasiones su salud, relaciones interpersonales, afrontamiento de los problemas, rendimiento académico, entre otros¹².

El presente estudio plantea como objetivo fundamental, determinar la influencia de las redes sociales en la calidad de vida de jóvenes de dos universidades públicas de diferentes países.

MATERIALES Y MÉTODOS

Estudio descriptivo, transversal, correlacional, se realizó en dos universidades públicas, una ubicada en Córdoba, Colombia y la otra en el Estado de Durango, México. La población estuvo comprendida por 903 estudiantes matriculados en los programas de pregrado de Enfermería en el primer período académico del año 2017 de ambos países.

El cálculo del tamaño de la muestra se realizó con un nivel de confianza del 95%, para una muestra en total de 400 estudiantes, con una potencia de 99.8% y una precisión del 96.4%.

Para efectos metodológicos del estudio, la muestra se dividió en dos grupos, tomando el mismo número de participantes, es decir, 200 por cada país.

$$n = \frac{NZ_{\alpha/2}^2 PQ}{e^2(N-1) + Z_{\alpha/2}^2 PQ}$$

Cumpliendo con los siguientes criterios de inclusión: estar matriculados en el programa de enfermería durante el período de estudio, aceptar voluntariamente participar en el estudio y firma del consentimiento informado.

Las unidades muestrales se seleccionaron aleatoriamente, la información se recolectó, mediante la utilización de dos cuestionarios. El primero permitió determinar aspectos relacionados con el uso de las redes sociales, donde se indagó acerca del acceso a internet, número de redes sociales utilizadas, frecuencia horaria diaria, motivo que influenció en el ingreso a estas, contenidos consultados, descuido de aspectos importantes en la vida por el uso de redes sociales, y finalmente, presencia de síntomas de ansiedad a causa de no tener acceso temporal a estas. Se realizó prueba piloto y validación del cuestionario.

El segundo cuestionario, el SF-12^{13,14}, evalúa 8 conceptos de salud: función física, función social, rol físico, rol emocional, salud mental, vitalidad, dolor corporal y salud general. Valora estados positivos y negativos en población con y sin patologías, proporciona un perfil del estado de salud percibido, incluyendo medidas sub-

jetivas de calidad de vida. Con relación a este cuestionario (SF-12), en investigaciones realizadas en Colombia¹³ y otros países^{14,15}, acerca de su confiabilidad, se encontró una consistencia interna (alfa de Cronbach) para la dimensión física de 0,63 y para la dimensión mental 0,72. Con relación a la validez del constructo y criterio, se realizó un análisis factorial exploratorio con una medida de adecuación muestral de Kaiser Meyer Olkin, obteniendo un resultado de 0,83; lo que indica que el instrumento cumple con la finalidad propuesta. Es de resaltar que los pesos españoles fueron muy semejantes a los de la versión original norteamericana con una correlación superior a 0,9 y con una explicación del 91% de la varianza por parte de los ítems del cuestionario SF-12.

El número de opciones de respuestas oscila entre 2 y 12 dependiendo del ítem evaluado, cada pregunta recibe un valor que posteriormente es normalizado en una escala de 0 a 100 realizando un cálculo de la puntuación bruta, con el fin de obtener una interpretación homogénea y estandarizada de los puntajes para la comparación de las respuestas según la nacionalidad.

La información fue depurada y tabulada en una base de datos para su tratamiento estadístico mediante el programa SPSS 24; los resultados se presentan en tablas, manteniendo la confidencialidad de la información de los participantes en el estudio.

En el análisis de los resultados, se emplearon las siguientes estadísticas: la caracterización sociodemográfica, comportamiento de los estudiantes con el uso de redes sociales, y medición de la calidad de vida, se utilizaron estadísticas descriptivas de tendencia central. La

relación entre las variables (uso de redes sociales y calidad de vida), se empleó el coeficiente de correlación de Spearman, el cual permite visualizar la correlación establecida entre las variables. Para la asociación de los resultados, se utilizó Chi cuadrado.

Consideraciones éticas

Para el desarrollo de la investigación se contemplaron los siguientes aspectos éticos:

Resolución 008430 del 4 de octubre de 1993 por el cual se establecen las normas científicas y técnicas de la investigación en salud, Título II Capítulo 1 artículo 6, literal a, g, f, que señala la importancia de dar a conocer a los participantes de la investigación los riesgos y el consentimiento informado.

Se tuvo en cuenta los principios éticos entre ellos:

el respeto por las personas o autonomía, lo que se garantizó con el consentimiento informado de los participantes; la beneficencia, a través de la evaluación de la relación en riesgo-beneficio.

RESULTADOS

Caracterización sociodemográfica

El 77% (308) fueron mujeres el restante hombres, la edad con una mediana de 23 años (RI: 19 -22). En lo relacionado a la posición socioeconómica, 49% (98), son de estrato socioeconómico 2, seguido de un 27.5% (55) con estrato 1 (Ver [Tabla 1](#)). En cuanto a la edad y sexo por nacionalidad, se observó, que en ambos países (México y Colombia), predominó la población femenina, con un 75% (150) y 79% (158) respectivamente, lo que puede estar relacionado con la carrera universitaria que cursan; Enfermería, es considerada una profesión preferentemente femenina.

Tabla 1. Caracterización sociodemográfica

Criterio	Frecuencia	Porcentaje
Sexo Femenino	308	77
Edad-Mediana (RI)	23 años (19 - 22)	
Estrato		
1	109	27.2
2	196	49
3	71	17.8
NS	24	6

Fuente: Elaboración propia

Comportamiento de uso de redes sociales

Los estudiantes Mexicanos refieren tener más dispositivos móviles con conexión a internet en comparación con los Colombianos, en México el 97% (194) y en Colombia el 80% (160), lo cual es significativo y genera un valor $p < 0.001$ que al ser comparado con el nivel de significancia de 0.05 sugiere el rechazo de la igualdad de proporciones entre ambos países, aunque el tener internet en la residencia es un poco mayor el porcentaje en México 92.5% (185) que en Colombia 85% (170) la diferencia no es marcada y la prueba reporta que la diferencia no es estadísticamente significativa con un valor p de 0.376 comparado con 0.05 este es mayor y lleva al no rechazo de la hipótesis nula de igualdad de proporciones.

El número de redes utilizadas cuando se trata de 1 a 2, el porcentaje es significativamente mayor en México con un 48.5% (97) que en Colombia 24.5% (49); cuando se trata de 3 a 4 redes existe una diferencia significativa, esta vez a favor de Colombia con un 51.5% (103) mientras que en México la frecuencia es de 43.5% (87); de igual manera para el uso de 5 redes o más Colombia supera a México con un 24% (48) versus un 8% (16) con un valor p de 0.001 considerándose entonces que existen diferencias significativas entre el número de redes sociales utilizadas en cada país, dado que el valor $p > 0.05$.

Al evaluar la frecuencia con que se presentan los síntomas de ansiedad por no tener acceso a las redes sociales se encontró un valor p asociado de 0.173 mayor que 0.05, esto implica la no existencia de diferencia significativa entre ambos países. En cuanto a las horas diarias dedicadas al uso de redes sociales no se encontró una diferencia

significativa dado que se obtuvo un p valor de 0.003 menor que 0.05, teniendo en cuenta que en México el 50%(100) de los estudiantes las utilizan de 1 a 4 horas diarias y en Colombia un 50.5% (101), con una diferencia solo de 0.5%, de 5 a 9 horas en México las utilizan un 33.5% (67) mientras que en Colombia un 31%(62) con solo una diferencia de 2.5% y por más de 10 horas el 16.5%(33) pertenece a México y el 18.5%(37) a Colombia con un 2% de diferencia, lo cual indica que el porcentaje de horas dedicadas al uso de redes sociales no difiere entre un país y otro.

Para verificar si la proporción de las horas diarias dedicadas al uso de las redes sociales entre México y Colombia difieren se realizó una prueba de hipótesis para la diferencia de proporciones, donde la hipótesis nula es la igualdad de proporciones y la alternativa es que existen diferencias, con un nivel de confianza del 5%, encontrándose que para aquellos que las utilizan de 1 a 4 horas diarias no existen diferencias significativas con un p -valor asociado de 0.8757 y un intervalo de confianza de (-0.1073,0.0614), para aquellos que las utilizan de 5 a 9 horas diarias se encontró un p -valor asociado de 0.6306 con intervalo de confianza (-0.0701,0.1158) y para aquellos que utilizan mínimo 10 horas diarias, un p -valor de 0.6974 con intervalo de confianza de (-0.0903,0.0602).

Cabe resaltar que un p valor muy alto comparado con el valor de significancia 0.05 sugiere no rechazar la hipótesis nula de igualdad de proporciones entre ambos países, esto quiere decir que existen evidencias significativas de que las diferencias entre las proporciones son de cero, lo que se comprueba en los intervalos de confianza que contienen a dicho valor.

La hipótesis a contrastar es:
$$\begin{cases} H_0: \pi_1 = \pi_2 \\ H_1: \pi_1 \neq \pi_2 \end{cases}$$

A partir de dos muestras aleatorias e independientes, donde π es la estimación de las proporciones.

Con respecto a los problemas académicos se tiene

una diferencia significativa, Colombia refiere que algunas veces se presentan en el 41.5%(83) y en México el 18%(36), con valor $p = 0.001$. Además, en relación al uso de redes sociales los porcentajes de uso intenso y moderado son mayores en Colombia en comparación con México, con valor $p=0.002$, los cuales son menores al nivel de significancia de 0.05, por tanto, las proporciones entre ambos países son diferentes.

Tabla 2. Comportamiento de uso de redes sociales

Criterio	México (200)	Colombia (200)	Valor p
Posee un dispositivo móvil con conexión a internet	97,0% (194)	80,0% (160)	0,000
Tiene en la residencia una red de internet	92,5% (185)	85,0% (170)	0,376
Número de redes sociales utilizadas			
De 1 a 2	48,5% (97)	24,5% (49)	0,000
De 3 a 4	43,5% (87)	51,5% (103)	
≥ 5	8,0% (16)	24,0% (48)	
Síntomas de ansiedad por no tener acceso a las redes sociales	13,5% (27)	17,0% (34)	0,173
Horas diarias dedicadas al uso de redes			
De 1 a 4 horas	50,0 % (100)	50,5% (101)	0,003
De 5 a 9 horas	33,5% (67)	31,0% (62)	
≥ 10 horas	16,5% (33)	18,5 % (37)	
Problemas académicos por usar redes sociales			
Nunca	46,0% (92)	32,5% (65)	0,001
Casi nunca	36,0% (72)	26,0% (52)	
Algunas veces	18,0% (36)	41,5% (83)	
Uso de redes sociales			
Leve	40,0% (80)	26,5% (53)	0,002
Moderado	58,5% (117)	69,5% (139)	
Intenso	1,5% (3)	4,0% (8)	

Fuente: Elaboración propia

Percepción de calidad de vida relacionada con la salud

Con respecto al estado de salud se realizó una normalización de las variables que componen cada dimensión de estudio, a una escala de 0 a 100 y se considera una buena percepción si se obtiene una puntuación mayor o igual a 70 puntos, de este modo, los colombianos tienen una mejor percepción con una puntuación promedio de 58.5 y una desviación estándar de 21 puntos, y los mexicanos una puntuación promedio de 38.3 y desviación estándar de 20 puntos, es decir, en ninguno de los dos países se supera la barrera de los 70 puntos lo que indica que no se tiene una buena percepción con respecto a la salud por parte de los encuestados. Al calcular el valor $p=0.018$ asociado al estadístico de prueba se encuentra que es menor a 0,05 lo que indica que existe diferencias entre ambos grupos, con mejor percepción en Colombia.

En cuanto a la función física, los mexicanos tienen 5.3 puntos por encima de los colombianos, con una puntuación promedio de 90.9 y 85.6 y desviaciones estándar de 16 y 23 respectivamente, lo que evidencia una buena calificación de esta función en ambos países por estar cercana a 100.

Para el rol físico se hallaron valores promedios de 85 y 70.6 para México y Colombia respectivamente considerándose como una buena percepción, al calcular el valor $p=0.262$ se obtiene que este es mayor al nivel de significancia 0.05

y por lo tanto no existe diferencia significativa entre ambos países. Una explicación podría ser, la existencia de datos atípicos que harían que la variable se desvíe un poco del valor real que entre ambos países debe ser cercano.

Con relación al dolor corporal se observa que existe una diferencia significativa con un valor $p=0.028$ menor a 0,05 entre Colombia (84.1) y México (11) con desviaciones estándar de 23 y 17 puntos respectivamente. Cabe resaltar que en Colombia las personas tienden a tener un mayor número de redes sociales lo que conlleva a estar más tiempo en ellas y en algunos casos han tenido problemas académicos por el uso excesivo o intenso de sus redes sociales.

Relacionando la calidad de vida con la nacionalidad se observó, que existe una relación inversa baja en cuanto al uso de redes sociales y la calidad de vida con un valor de -0.068, y una significancia del 0.177, es decir, que para ambas nacionalidades a mayor uso de redes sociales, disminuye la calidad de vida percibida por la población, pero la significancia no es elevada para estas dos variables, por lo que puede decirse, que existe una relación inversamente proporcional entre el uso de redes sociales y la calidad de vida de los jóvenes. (Ver [Tabla 3](#)).

Durante el desarrollo de este estudio, se plantearon 3 hipótesis, con la finalidad de identificar los factores, que influyen en la caracterización de uso de redes sociales y en la calidad de vida de los jóvenes, la cuales se presentan a continuación:

Tabla 3. Percepción de calidad de vida. Media $\pm$ DE

Criterio	México (200)	Colombia (200)	Valor P
Salud general	38,3 $\pm$ 20	58,5 $\pm$ 21	0,018
Función física	90,9 $\pm$ 16	85,6 $\pm$ 23	0,469
Rol físico	85,0 $\pm$ 31	70,6 $\pm$ 40	0,262
Rol emocional	81,0 $\pm$ 35	74,9 $\pm$ 40	0,221
Dolor corporal	11,0 $\pm$ 17	84,1 $\pm$ 23	0,028
Salud mental	52,2 $\pm$ 12	52,4 $\pm$ 11	0,758
Vitalidad	34,3 $\pm$ 21	36,1 $\pm$ 22	0,473
Función social	82,9 $\pm$ 22	75,9 $\pm$ 26	0,742
Calidad de vida relacionada con la salud. Puntaje total	99,5 $\pm$ 7	98,4 $\pm$ 13	0,383

Fuente: Elaboración propia

A menor edad, mayor influencia de los iguales para el uso de redes sociales; encontrándose al respecto, que estas variables no están relacionadas entre sí, debido a que se encontraron otros aspectos, como la curiosidad por las redes sociales, la búsqueda de contenido académico y la moda de usar las redes sociales, que dejan en un segundo plano la influencia de los amigos para utilizarlas; solo la población de 21 años refiere que los amigos fueron la mayor influencia en el uso de estas.

Con relación a la segunda hipótesis, a menor edad, mayor uso de las redes sociales, se encontró, que las variables poseen una relación inversa baja, puesto que la mayoría de los sujetos de estudio, se encuentra entre los 18 y 21 años, lo que soporta esta hipótesis, y aunque los estudiantes de 24 años se caracterizan por utilizar de forma intensa las redes sociales, la proporción de esta población con respecto a los que se encuentran

en el rango de edad anteriormente mencionado, es menor.

Finalmente, se acepta la hipótesis que, a mayor uso de redes sociales, disminuye la calidad de vida percibida por la población, debido a que el 50.25% (201) de los encuestados emplean entre 1 y 4 horas diarias al uso de las redes sociales y el 32.25% (129) entre 5 y 9 horas diarias.

Con respecto a los ítems que evalúan la salud general (48.4), mental (52.3) y vitalidad (35.2), comparadas con el umbral de 70 puntos, no obtuvieron una buena percepción por parte de los estudiantes. Aunque el dolor corporal no es tan intenso (47.5 puntos), al hacer un análisis por país, se encuentra que, en Colombia, la intensidad fue calificada con 84.1 puntos en la escala de 0 a 100, lo que puede deberse, a que el uso moderado o intenso de las redes sociales este asociado a los dolores corporales.

DISCUSIÓN

En la caracterización sociodemográfica, se tuvo en cuenta la edad, sexo y estrato socioeconómico; encontrándose al respecto que la mayoría de los participantes se encuentran en la adolescencia final o tardía, similar a lo encontrado por la Com Score¹⁶, evidenciándose que la población que más accede a redes sociales se encuentra entre los 18 y 24 años de edad.

Con respecto al sexo, la mayor participación fue femenina, debido a que esta carrera universitaria es preferentemente estudiada por las mujeres; sin embargo en estudios realizados con la finalidad de establecer la relación entre sexo y uso de redes sociales, se ha encontrado que no hay diferencia en el uso de estas por parte de hombres y mujeres no es muy marcada la diferencia^{17,18}.

Al analizar la estratificación socioeconómica, los participantes Colombianos son de estrato 1 y 2, en México, residen en la zona rural; situación que no es un impedimento para acceder a las redes sociales. Así mismo el estudio de Colás, González, y Pablos², establece que el nivel socioeconómico no representa una barrera para tener acceso a dispositivos tecnológicos, mediante los cuales pueden conectarse a una red de internet e ingresar a las redes sociales; en Colombia, el Ministerio de las Tecnologías de la Información y la Comunicación, ha creado puntos denominados vive digital ubicados en instituciones educativas y en zonas donde concurren gran cantidad de personas, facilitando la conexión a wi-fi, y por lo tanto el acceso a internet.

El comportamiento de uso de redes sociales, fue valorado a través del acceso a internet, número de redes sociales utilizadas, frecuencia horaria de uso, motivo que influenció en el ingreso a estas, contenidos consultados, descuido de aspectos importantes en la vida cotidiana por el uso de redes sociales, y finalmente, presencia de síntomas de ansiedad a causa de no tener acceso temporal a las redes sociales; encontrándose que el 75% de la población encuestada tiene un dispositivo móvil, y 9.3% poseen un computador en casa con el cual acceden a las redes sociales, porcentaje similar encontrado en otras investigaciones^{18,19}.

Con respecto al acceso a internet, los adolescentes encuestados refirieron que, desde sus hogares, universidad o en cualquier lugar, pueden acceder con facilidad; hallazgos que concuerdan con otros estudios realizados en este mismo grupo poblacional²⁰.

En cuanto al número de redes utilizadas, casi la mitad de los participantes manifestaron utilizar de 3 a 4 redes sociales, entre las que se encuentra, Facebook (100%), Twitter (90%), WhatsApp (89%), Instagram (87%), entre otras; información que coincide con los resultados obtenidos en la investigación de la ComScore¹⁶.

En un estudio realizado por García¹⁹, et al, encontraron que la mayor parte de la población estudiada utiliza las redes sociales entre 3 a 5 horas diarias, observándose un comportamiento similar en este estudio, en donde la mitad de los participantes manifestaron que dedican entre 1 y 4 horas diarias; sin embargo, a medida que aumenta la frecuencia horaria, disminuye el número de personas en su utilización.

Por otra parte, el mayor porcentaje de estudiantes, refirieron que la motivación para ingresar a la redes fue por influencia de los amigos, debido a la necesidad de comunicación con sus iguales, estos resultados son similares a los hallazgos encontrados por Ruiz-Palmero, Sánchez-Rodríguez, y Trujillo-Torres²¹, en donde los participantes refirieron que la motivación para acceder a las redes sociales, especialmente son dos: social y psicológica, lo que demuestra que la comunicación con los iguales es una de las constantes para la creación de redes sociales.

En cuanto a los contenidos consultados, según un estudio comisionado por Disney²⁰ para conocer las costumbres de la generación XD (formada por los nacidos entre 1995 y 2001 y de padres pertenecientes a la Generación X), quienes han sido testigos de los avances tecnológicos y no conocieron la vida sin entretenimiento digital, teléfonos móviles o redes sociales; 53% consideró que son importantes las redes sociales para mantener contacto con los amigos; además el estudio realizado por Sánchez, Ruiz y Sánchez¹⁷, también mostró que la población consulta el internet y redes sociales para comunicarse con amigos y familiares, hallazgos similares fueron encontrados en esta investigación.

Analizando la desatención de las labores del hogar por el uso de redes sociales, casi la mitad de los estudiantes afirmó que algunas veces le sucede esta situación, lo cual puede deberse a la frecuencia de uso diaria de las redes sociales.

Con respecto a la percepción de síntomas relacionados con la ansiedad por no tener acceso

temporal a las redes sociales, 16% de los sujetos de estudio, aseguró sentir preocupación cuando esto sucede. De acuerdo con el estudio realizado por García, López y García¹⁹, 40% de la población participante en su investigación manifestó que le sería difícil dejar de utilizar las redes sociales, y el 10% redujo las horas de descanso (sueño) por el uso de redes sociales. Por otra parte, Echeburúa y De Corral²² afirma que, dentro de las desventajas del uso sin control y supervisión de redes sociales, se encuentran los problemas relacionados con el sueño, déficit de atención, depresión y problemas psicológicos.

En lo relacionado con la percepción de salud de los universitarios, fue valorada mediante las variables: función física, función social, rol físico, rol emocional, salud mental, vitalidad, dolor corporal y salud general, encontrándose en este estudio, que no existe una asociación significativa de estas variables entre los dos países; exceptuando el dolor corporal. Estos resultados difieren de otras investigaciones realizadas en este mismo grupo poblacional, los cuales evidencian una asociación positiva y significativa entre los dominios estudiados²³⁻²⁵.

En cuanto al dolor corporal se encontró una asociación significativa, hallazgos que coinciden con los encontrados en otras investigaciones, los cuales evidencian que cuando el dolor se incrementa, la percepción del estado de salud disminuye, afectando así la calidad de vida^{25,26}.

Relacionando la calidad de vida con la nacionalidad se observó, que existe una relación inversa baja en cuanto al uso de redes sociales y

la calidad de vida con un valor de -0.068, y una significancia del 0.177, es decir, que para ambas nacionalidades a mayor uso de redes sociales, disminuye la calidad de vida percibida por la población, pero la significancia no es elevada para estas dos variables, por lo que puede decirse, que existe una relación inversamente proporcional entre el uso de redes sociales y la calidad de vida de los jóvenes.

Analizando los resultados, se puede apreciar que más del 20% reportó que la salud física o emocional interfiere en las relaciones sociales, es así, como las redes sociales cumplen una función mediadora, debido a que permiten que se superen los límites de espacio tiempo, facilitando la comunicación y fomentando nuevas amistades, hallazgos que concuerdan con los resultados de la investigación realizada por Bohórquez y Rodríguez²⁷; sin embargo otros estudios, demuestra que existe una asociación entre el mal uso del internet y problemas de salud y psicosociales, como, dolor de espalda migrañas sobrepeso, obesidad, entre otros²⁸.

Con respecto a la vitalidad, fue percibida por aproximadamente la mitad de los encuestados, con manifestación de casi nunca tener energía para la realización de actividades, argumentando que esto se debe al estilo de vida, compromisos académicos, horarios de prácticas formativas propias de la carrera y responsabilidades en el hogar; al respecto algunos autores, consideran que el uso inadecuado de redes sociales, genera problemas para autorregular las emociones y conflictos por los sentimientos generados, lo que limita la realización de algunas actividades de la vida cotidiana²⁹.

Los resultados relacionados con la percepción de calidad de vida, evidenciaron que la mayoría de los encuestados manifestaron tener calidad de vida, sin embargo, en un estudio realizado por Higuita y Cardona³⁰, encontraron que la población a pesar de pertenecer a un estrato socio-económico bajo (50.7%), y a familias monoparentales (45.5%) percibieron tener calidad de vida; al igual que los autores anteriormente mencionados, también se recomienda hacer una evaluación profunda de diferentes aspectos relacionados con la calidad de vida.

Los principales usuarios de las redes sociales son los adolescentes, los cuales invierten muchas horas diarias a su uso, debido a que se ha convertido en un aspecto importante de su vida cotidiana que influye en la forma de interacción y socialización; pueden ser aprovechadas por los docentes como herramientas educativas para intercambiar conocimiento, información e ideas; es decir, el uso de la tecnología en la educación, contribuye a que sea un proceso más personalizado, interactivo y dinámico³¹.

Así mismo, integrar las TIC en la educación en enfermería, trae beneficios por su utilidad para consultar temas científicos de interés³² que les permita interactuar en tiempo real y de esta manera satisfacer las necesidades de cuidado y contribuir a la realización de acciones de promoción de la salud y prevención de la enfermedad en el ámbito clínico y comunitario.

Finalmente, este estudio evidencia la importancia de pertenecer a redes sociales funcionales y activas, que fomenten condiciones de bienestar,

salud y calidad de vida de los individuos; cuando se da un mal uso de las redes sociales, se producen implicaciones en diferentes esferas de la persona, afectando así su calidad de vida.

Las limitaciones que se presentaron estaban relacionadas con el horario matriculado por los estudiantes, los cuales en su mayoría se encontraban realizando prácticas formativas en instituciones de salud, lo que dificultó encontrar la muestra en el tiempo programado.

CONCLUSIONES

Con base en la información analizada, se concluye que la influencia de los iguales, es decir, de los amigos o personas de la misma edad, no son la razón principal por la cual los estudiantes universitarios crean redes sociales; además consideran que la usan de forma moderada como herramienta académica y de socialización.

Predomina la percepción que hay calidad de vida con relación a la salud, en casi la totalidad de la población sujeto de estudio, tanto en Colombia como en México, con una puntuación de 98,4 y 99,5 respectivamente, en una escala normalizada de 0 a 100; por otra parte, la edad de los jóvenes que se encuentra alrededor de los 23 años es una característica importante que influye en la forma de utilización de las redes sociales, teniendo en cuenta que el 59.75% (239) tienen por lo menos 3 redes sociales y 49.75% (199) las utilizan aproximadamente 5 horas al día, lo cual sugiere un uso desmedido e irresponsable de estas.

60.75% (283) de los estudiantes presentaron algún tipo de problema académico; percepción baja con respecto a su salud mental y vitalidad con una puntuación de 52.3 y 35.2 en promedio respectivamente, lo que podría afectar directa o indirecta su calidad de vida.

Los hallazgos de esta investigación evidencian la necesidad de crear espacios de socialización con iguales en los cuales no se necesite de las redes sociales como mediador, aprovechando el tiempo que pasan diariamente en la universidad y entablar una relación de amistad con las personas que interactúan, y finalmente desarrollar hábitos saludables e implementar estrategias dirigidas a la prevención del ciberbullying.

Conflicto de intereses: Los autores declaran no tener conflicto de intereses.

REFERENCIAS

1. Gutiérrez JCS, Pisonero CG, Jiménez AG. Nuevos medios: usos comunicativos de los adolescentes. Perspectivas desde los nativos digitales1/New media: Uses and communication by adolescents. Prospects from digital natives. *Estudios Sobre el Mensaje Periodístico*. 2014; 20(1): 629-31.
https://doi.org/10.5209/rev_ESMP.2014.v20.n1.45231
2. Colás P, González T, de Pablos J. Juventud y redes sociales: Motivaciones y usos preferentes/Young People and Social Networks: Motivations and Preferred Uses. *Comunicar*. 2013; 20(40):15-23.
<https://doi.org/10.3916/C40-2013-02-01>
3. Ruiz-Corbella M, DE-Juanas O. Redes sociales, identidad y adolescencia: nuevos retos educativos para la familia/Social Networks, Identity and Adolescent: New Educational Challenges for the Family. *Estudios Sobre Educación*. 2013; 25: 95-113.
4. Ferreira SG, Salgado PG, Harris SK, Tobío TB, Bou-beta AR. Diferencias de sexo en el uso de internet en adolescentes Españoles. *Psicología Conductual*. 2017; 25(1):129-46.

5. Salguero FL, Otero IP. Estudio sobre las redes sociales y su implicación en la adolescencia/Study of social network and its impact in the adolescence/Étude sur les réseaux sociaux et leur implication dans l'adolescence. *Enseñanza & Teaching*. 2014; 32(1): 43-57.
6. Ministerio de Salud. Colombia. Norma técnica para la detección temprana de las alteraciones del desarrollo del joven de 10 a 29 años. Resolución 412. 2000.
7. Linne J. Usos comunes de Facebook en adolescentes de distintos sectores sociales en la Ciudad de Buenos Aires/ Common Uses of Facebook among Adolescents from Different Social Sectors in Buenos Aires City. *Comunicar*. 2014; 22(43):189-97.
<https://doi.org/10.3916/C43-2014-19>
8. Valkenburg PM, Peter J. Social Consequences of the Internet for Adolescents: A Decade of Research. *Curr Dir Psychol Sci*. 2009; 18(1): 1-5.
<https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2009.01595.x>
9. Dillon, A. Los vínculos y la conversación 2.0: miradas de adolescentes argentinos sobre Facebook. *Global Media Journal*. 2013; 19, 43-68.
10. Valenzuela S, Park N, Kee KF. ¿Hay capital social en un sitio de red social? Uso de Facebook y satisfacción de la vida, confianza y participación de los estudiantes universitarios. Comunicación mediada por computadora. 2009;14(4): 875-901.
11. Castells M. La era de la información. Vol. 1: *La Sociedad Red*. 2002.
12. Urresti M. Ciberculturas juveniles; vida cotidiana, subjetividad y pertenencia entre los jóvenes ante el impacto de las nuevas tecnologías. 2008.
13. Ramírez-Vélez R, Agredo-Zuñiga RA, Jerez-Valderrama AM. Confiabilidad y valores normativos preliminares del cuestionario de salud SF-12 (Short Form 12 Health Survey) en adultos Colombianos. *Revista de Salud pública*. 2010; 12(5): 807-19.
14. Vilagut G, Valderas JM, Ferrer M, Garin O, López-García E, Alonso J. Interpretación de los cuestionarios de salud SF-36 y SF-12 en España: componentes físico y mental. *Medicina clínica*. 2008; 130(19): 726-35.
<https://doi.org/10.1157/13121076>
15. Vera-Villaruel P, Silva J, Celis-Atenas K, Pavez P. Evaluación del cuestionario SF-12: verificación de la utilidad de la escala salud mental. *Rev. méd*. 2014; 142(10): 1275-83. <https://doi.org/10.4067/S0034-98872014001000007>
16. COMSCORE. It's a Social World: Social Networking Leads as Top Online Activity Globally, Accounting for 1 in Every 5 Online Minutes. 2011.
http://www.comscore.com/Insights/Press_Releases/2011/12/Social_Networking_Leads_as_Top_Online_Activity_Globally
17. Sánchez-Rodríguez J, Ruiz J, y Sanchez E. Uso problemático de las redes sociales en estudiantes universitarios/ Problematic use of social networks in university students. *Revista complutense de educación*. 2015; 26: 159-74.
https://doi.org/10.5209/rev_RCED.2015.v26.46360
18. Reolid-Martínez R, Flores-Copete M, López-García M, Alcantud-Lozano P, Ayuso-Raya C, Escobar-Rabadán F. Frecuencia y características de uso de Internet por adolescentes españoles. Un estudio transversal. *Rev Arch Argent Pediatr*. 2016;114(1):6-13.
<https://doi.org/10.5546/aap.2016.6>
19. García B, López M, López A, Jiménez A. Los riesgos de los adolescentes en Internet: los menores como actores y víctimas de los peligros de Internet. *Revista Latina de Comunicación Social*. 2014(69):462-85.
20. Disney. Generación XD: hijos del internet. La opinión de Murcia. Noviembre 5 de 2016. Disponible en:
<http://www.laopiniondemurcia.es/comunidad/2010/03/07/generacion-xd-hijos-internet/234071.html>
21. Ruiz-Palmero J, Sánchez-Rodríguez J, Trujillo-Torres J. Utilización de Internet y dependencia a teléfonos móviles en adolescentes. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*. 2016 14(2): 1357-69.
22. Echeburúa E, De Corral P. Adicción a las nuevas tecnologías ya las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*. 2010; 22(2): 91-6.
<https://doi.org/10.20882/adicciones.196>
23. Adams T, Moore M, Dye J. The relationship between physical activity and mental health in a national sample of college females. *Women Health*. 2007; 45: 69-85.
https://doi.org/10.1300/J013v45n01_05
24. Daskapan A, Tuzun E, Eker L. Relationship between physical activity level and health related quality of life among university students. *Saudi Med J*. 2005; 26: 1026-8.
25. Camargo D, Orozco-Vargas L, Niño G. Calidad De Vida en estudiantes universitarios. Evaluación de factores asociados. *Rev. Costarric. salud pública*. 2014; 23(2):117-23.
26. Kovacs F, Abaira V, Zamora J, Gil T, Llobera J, Fernández C. Correlation between pain, disability, and quality of life in patients with common low back pain. *Spine*. 2004; 29:206-10.
<https://doi.org/10.1097/01.BRS.0000107235.47465.08>
27. Bohórquez C, Rodríguez D. Percepción de amistad en adolescentes: el papel de las redes sociales. *Revista Colombiana de Psicología*. 2014; 23(2): 325-38.
<https://doi.org/10.15446/rcp.v23n2.37359>
28. Fernández Villa T, Alguacil Ojeda J, Martín V. Uso problemático de internet en estudiantes universitarios: factores asociados y diferencias de género. 2015.
<https://doi.org/10.20882/adicciones.751>
29. De la Villa M, Suárez C. Factores de riesgo en el uso problemático de Internet y del teléfono móvil en adolescentes españoles. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*. 2016; 7(2):69-78.
<https://doi.org/10.1016/j.rips.2016.03.001>
30. Higueta-Gutiérrez LF, Cardona-Arias JA. Calidad de vida de adolescentes escolarizados de Medellín-Colombia, 2014. *Revista Facultad Nacional de Salud Pública*. 2016;34(2):145-55.
<https://doi.org/10.17533/udea.rfnsp.v34n2a03>

31. **Santamaría-Ochoa C, Catalán-Matamoros D, Merced-Macías J.** Utilización de las redes sociales sobre temas de salud en población universitaria de México. *Rev Esp Común Salud.* 2016; 7(1): 15-28.
<https://doi.org/10.20318/recs.2016.3165>
32. **Fernández Salazar S, & Lafuente Robles N.** Integración de internet y las redes sociales en las estrategias de salud. *Enfermería Clínica.* 2016; 26(5): 265-7.
<https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2016.08.001>