



ENTORNO Y POLÍTICAS EN RELACIÓN A LAS ADICCIONES A LAS REDES SOCIALES ENTRE UNIVERSITARIOS

ENVIRONMENT, POLICIES AND ADDICTIONS TO SOCIAL NETWORKS AMONG UNIVERSITY STUDENTS

Alvaro Fernando Valdez Roca ^{1a}, Alberto Valdez Barboza ^{1b}

Sr. Editor:

Por medio de la presente y motivado por el artículo titulado "Impacto de la adicción a redes sociales en la salud mental de los estudiantes de medicina humana, en tiempos de COVID-19"⁽¹⁾ se quiso abordar esencialmente dos temas. En primer lugar, y de gran preocupación en el ámbito universitario, está relacionado a los comportamientos adictivos en el uso de las redes sociales por parte de los estudiantes. En segundo lugar, menos trabajado en el país, ocupa las diversas políticas que se vienen aplicando para enfrentar este fenómeno. Es bastante conocido que los teléfonos inteligentes o smartphones están presentes de manera directa o indirectamente en diversos ámbitos de la vida cotidiana. Nosotros, como docentes de diferentes casas de estudio de la capital, hemos venido observando que estos dispositivos móviles son una herramienta muy útil para los alumnos a la hora realizar sus labores educativas. Al tener acceso a internet, permite recabar información al instante, que les permita resolver cualquier actividad académica, pueden comunicarse para realizar tareas; reunirse virtualmente para estudiar en grupo. Además de acceder a aplicaciones educativas que refuerzan determinados temas de interés.

Se debe resaltar que los hechos descritos líneas arriba son solo una parte de los beneficios que traen consigo las nuevas tecnologías de la información. Sin embargo, también se ha podido apreciar una serie de conductas que podrían ser perjudiciales y que atentan contra la salud mental y posteriormente en el desenvolvimiento académico de los alumnos. Por ejemplo, se ha observado que algunos estudiantes se dedican a revisar de manera frecuente sus celulares para atender o revisar sus redes sociales; buscar material de entretenimiento o juegos online en espacios donde deberían estar concentrados, como en la biblioteca o aulas de clase. Incluso es común escucharlos decir que quisieron ver un par de minutos videos en Tik Tok y se quedaron finalmente horas haciéndolo, ocasionales repetidamente el aplazamiento de sus actividades, lo que es un ejemplo claro de procrastinación. Por otro lado, aunque los comportamientos mencionados en el párrafo anterior podrían ser indicadores tangibles de un cierto nivel de adicción, lo cierto es que existe evidencia empírica que el uso de las redes sociales e internet generan adicción.

De no ser tratado oportunamente, tiene como consecuencia bajo rendimiento académico, falta de atención⁽²⁾, ansiedad, estrés, depresión, mala calidad de sueño⁽¹⁾, así como un conjunto de problemas de la esfera familiar y social del individuo⁽³⁾. Otro aspecto importante que se debe de mencionar son los diversos cambios que ocurren en el sistema nervioso del ser humano, de manera concreta en los adolescentes, por el uso excesivo de los teléfonos inteligentes⁽⁴⁾.

¹ Universidad Ricardo Palma. Lima, Perú

^a Doctor en Ciencias Administrativas,

^b Economista, docente universitario.

Citar como: Valdez Roca AF, Valdez Barboza A. Entorno y políticas en relación a las adicciones a las redes sociales entre universitarios. Rev Fac Med Hum. 2024;24(3):189-191. [doi:10.25176/RFMH.v24i3.6325](https://doi.org/10.25176/RFMH.v24i3.6325)

Journal home page: <http://revistas.urp.edu.pe/index.php/RFMH>

Artículo publicado por la Revista de la Facultad de Medicina Humana de la Universidad Ricardo Palma. Es un artículo de acceso abierto, distribuido bajo los términos de la Licencia Creative Commons: Creative Commons Attribution 4.0 International, CC BY 4.0 (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>), que permite el uso no comercial, distribución y reproducción en cualquier medio, siempre que la obra original sea debidamente citada. Para uso comercial, por favor póngase en contacto con revista.medicina@urp.pe



El hombre no es un ser aislado, sino que está constantemente interactuando con su entorno. Justamente es este elemento, el entorno, que de manera conjunta con otros factores, generan el riesgo de despertar una adicción⁽⁵⁾. La universidad forma parte fundamental del entorno de los estudiantes, donde pasan muchas horas del día. Es por ello que la pregunta que surge es: ¿Qué políticas han elaborado e implementado estas instituciones para hacer frente a este fenómeno en la cual pueden estar sumergidos muchos de sus estudiantes? En el caso de que las hayan ejecutado ¿Se ha logrado medir su efectividad? Debemos mencionar que, desde nuestra experiencia, solo se ha podido observar acciones individuales por parte de los docentes en sus respectivas aulas de clases.

A nivel de gobierno, en el sector salud tampoco se han percibido estrategias claras por parte de los organismos responsables ni coordinaciones para el

trabajo en conjunto con las universidades para combatir esta problemática. Existen países como China que ya han tomado cartas en el asunto sobre este tema, específicamente sobre los videojuegos en línea, y cuyas medidas han apuntado directamente a regular la conducta de los adolescentes y las operaciones de los proveedores de este servicio⁽⁶⁻⁸⁾.

Por último, a modo de conclusión, tanto la adicción a las redes sociales como las políticas orientadas a mitigar sus consecuencias son temas que deben ser abordados dentro del marco de la salud pública, pues tiene como finalidad mejorar la salud de la población mediante esfuerzos médicos y de gestión de forma combinada. Se recomienda que las políticas que hayan de desarrollarse en un futuro en este campo deben estar basadas en evidencia científica, de modo que garanticen su efectividad a la hora de satisfacer las necesidades de una determinada población sobre la cual se piensa intervenir.

Contribuciones de autoría: Todos los autores participaron en la concepción, elaboración y aprobación de la versión final del manuscrito.

Financiamiento: Autofinanciado.

Correspondencia: Alvaro Fernando Valdez Roca.

Dirección: Jr. Los Algarrobos Mz D Lote 43, Santa Anita, Lima-Perú.

Celular: (+51) 944630490

Correo electrónico: alvarovaldez84@gmail.com

Conflictos de intereses: Los autores declaran no tener conflicto de interés.

Recibido: 10 de Enero, 2024.

Aprobado: 28 de Abril, 2024.

REFERENCIAS

- Otero Carrillo FA, Picoy Romero PR, Espinoza Rojas R. Impacto de la adicción a redes sociales en la salud mental de los estudiantes de medicina humana, tiempos de COVID-19. *Rev. Fac. Med. Hum* [Internet]. 2023 [citado el 27 de diciembre del 2023]; 23 (4). doi: <https://doi.org/10.25176/RFMH.v23i4.5920>
- Valencia R, Cabero J, Garay U, Fernandez B. Problemática de estudio e investigación de la adicción a las redes sociales online en jóvenes y adolescentes. *Revista Tecnología, Ciencia y Educación* [Internet]. 2021 [citado el 02 de enero del 2024]; 18: 99-125. doi: <https://doi.org/10.51302/tce.2021.573>
- Pantoja M, Enríquez J, Álvarez S, Cuaran M. Adicción al internet y su influencia en el desempeño escolar y social de una muestra de adolescentes de la ciudad de Ibarra. *Revista Dilemas Contemporáneos: Educación Política y Valores* [Internet]. 2020 [citado el 01 de enero del 2024]; VIII (1). doi: <https://doi.org/10.46377/dilemas.v8i1.2413>
- Aguirre V. Uso problemático del teléfono inteligente: Mecanismos neurobiológicos y su implicación en la salud mental y el rendimiento académico en adolescentes [Trabajo de titulación de Maestría en Neurociencias]. Quito, Ecuador: Universidad Tecnológica Indoamérica; 2023. [consultado el 28 de diciembre de 2023]. Disponible en: [https://repositorio.uti.edu.ec/bitstream/123456789/5648/1/A GUIRRE%20PE%20%20%20VANESSA%20ANDREA-NEU%20EDU.pdf](https://repositorio.uti.edu.ec/bitstream/123456789/5648/1/A%20GUIRRE%20PE%20%20%20VANESSA%20ANDREA-NEU%20EDU.pdf)
- Echeburúa E. Factores de riesgo y factores de protección en la adicción a las nuevas tecnologías y redes sociales en jóvenes y adolescentes. *Revista Española de Drogodependencias* [Internet]. 2012 [citado el 28 de diciembre del 2023]; 37 (4): 435-447. Disponible en: https://www.aesed.com/upload/files/vol-37/n-4/v37n4_5.pdf
- Yang Q, Wang H, Wu H, Li W, Zhang Y, Yao Y, et al. Effect of online game policy on smartphone game play time, addiction, and emotion in rural adolescents of China. *BMC Psychiatry* [Internet]. 2023 [citado el 30 de diciembre del 2023]; 23: 814. doi: <https://doi.org/10.1186/s12888-023-05325-3>
- CNN en español. China prohíbe a los menores jugar videojuegos en línea entre semana [Internet]. CNN [consultado el 30 de diciembre de 2023]. Disponible en: <https://cnnespanol.cnn.com/2021/08/31/china-prohibe-menores-jugar-videojuegos-trax/>
- El Mundo. China anuncia restricciones en los videojuegos, un golpe para la empresa del sector [Internet]. El Mundo [consultado el 31 de diciembre de 2023]. Disponible en: <https://www.elmundo.es/tecnologia/2023/12/22/658566d3e9cf4adc148b45ba.html>