

Adicción a las redes sociales y hábitos de estudio en estudiantes de psicología
Addiction to social networks and study habits among psychology students

*Diego Ismael Valencia P.**
Universidad Privada Norbert Wiener

RESUMEN

La investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre la adicción a las redes sociales en estudiantes universitarios de la carrera de psicología, de una universidad privada de Lima centro. La población objeto fue de 249 alumnos quedando la muestra conformada por 112 estudiantes entre 18 a 35 años. Fue una investigación no experimental transversal con un diseño descriptivo – correlacional. Los instrumentos utilizados fueron: el Inventario de Hábitos de estudio (CAMS – 85) y el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales. Los resultados señalan que el 75,9% de los estudiantes presentan un nivel de adicción al uso de las redes sociales y el 45,5% de los estudiantes encuestados presentan tendencia negativa en sus hábitos de estudio. Además, existe correlación inversa de grado moderado y altamente significativo ($p < .01$) entre el cuestionario de adicción a las redes sociales y de hábitos de estudio, asimismo se evidenciaron correlaciones inversas de grado moderado bajo y bajo, con alta significancia ($p < .01$) entre el cuestionario de adicción a las redes sociales y el factor obsesión por las redes sociales ($p < .01$), falta de control personal ($p < .01$) y uso excesivo de las redes sociales ($p < .01$) respectivamente.

Palabras claves: adicción a las redes sociales, hábitos de estudio, estudiantes universitarios.

*Correo electrónico del Autor: psivalencia90@gmail.com

ABSTRACT

The research aimed to determine the relationship between addiction to social networks in university students studying psychology, a private university in Lima center. The target population was 249 students leaving the sample consisted of 112 students between 18 to 35 years. It was a cross-sectional non-experimental research design with a descriptive - correlational. The instruments used were: Inventory Study Habits (CAMS - 85) and the Questionnaire Addiction to Social Networks. The results indicate that 75.9% of students have a level of addiction to the use of social networks and 45.5% of students surveyed have negative trend in their study habits. In addition there is an inverse correlation of moderate and highly significant ($p < .01$) between the questionnaire addiction to social networks and study habits also inverse correlations moderate-low and low were evident, with high significance ($p < .01$) between the questionnaire addiction to social networks and the obsession factor for social networks ($p < .01$), lack of personal control ($p < .01$) and excessive use of social networks ($p < .01$), respectively.

Keywords: addiction to social networks, study habits, college students.

RESUMO

A pesquisa teve como objetivo determinar a relação entre a dependência de redes sociais em estudantes universitários que estudam psicologia, uma universidade privada no centro Lima. A população-alvo era 249 alunos que saem da amostra foi composta por 112 alunos entre os 18 e os 35 anos. Foi um projeto de pesquisa transversal, não experimental com um design descritivo e de correlação. Os instrumentos utilizados foram: Hábitos Inventory Study (CAMS - 85) e o Questionário de Dependência de redes sociais. Os resultados indicavam que 75,9% dos estudantes têm um nível de dependência ao uso de redes sociais e 45,5% dos estudantes pesquisados têm tendência negativa nos seus hábitos de estudo. Além disso, há uma correlação inversa entre moderada e altamente significativa ($p < 0,01$) entre o vício questionário para redes sociais e hábitos de estudo também correlação inversa moderada-baixa e baixa foram evidente, com alta significância ($p < .01$) entre o vício questionário para redes sociais e do fator de obsessão para redes sociais ($p < 0,01$), a falta de controle pessoal ($p < 0,01$) e uso excessivo de redes sociais ($p < 0,01$) respectivamente.

Palavras-chave: dependência de redes sociais, hábitos de estudo, estudantes universitários.

INTRODUCCIÓN

La computadora y el Internet se han convertido en una herramienta indispensable para toda la población académica y profesionalmente activa, dejando de lado al papel y los libros. Esta herramienta se volvió una potente rama de comunicación y hoy en día esta transformación se puede constatar gracias a las redes sociales (RS en adelante) existentes en línea. Las RS son formas de interacción social, definida como un intercambio dinámico entre personas, grupos e instituciones creando así un sistema abierto y en construcción permanente que involucra a conjuntos que se identifican en las mismas necesidades y problemáticas que se organizan para potenciar sus recursos (Raacke & Bonds-Raacke, 2008).

Los adolescentes y los jóvenes se encuentran entre los usuarios que más utilizan las redes sociales, en especial el Facebook, y pasan gran parte de su vida diaria interaccionando con otros usuarios por medio de Internet (Ahn, 2011). En referencia a los motivos que llevan a los adolescentes a conectarse a las redes sociales, Baker (2009), encontró que los adolescentes que se sienten mal en su grupo social, utilizan las redes sociales como alternativa a la comunicación con otros miembros del grupo. Además, otros motivos fundamentales se centran en compartir experiencias y el reconocimiento por parte de los demás. Las relaciones por medio de las redes sociales guardan una dimensión emocional para estos usuarios porque permiten expresar sentimientos y conocer las percepciones que los demás tienen sobre ellos mismos. No obstante, se encuentran diferencias según el sexo, de esta forma, las chicas tienen una motivación más del tipo social basada en hacer nuevos amigos y en los chicos la motivación es más individual (Colás, González & De Pablos, 2013).

Facebook es usado por los estudiantes tanto en su vida social como para atender propósitos académicos. Las herramientas más usadas en Facebook por estudiantes universitarios son las relacionadas con envío de mensajes a correo electrónico, intercambiar mensajes en tiempo real, intercambiar solicitudes de amistad, tener noticias de los amigos e intercambiar fotos y videos. Facebook provee a los estudiantes de un medio para mantener fuertes lazos sociales que pueden traerles beneficios sociales y académicos (Bicen & Cavus, 2011). Las fuertes ligas que se llegan a dar entre algunos usuarios de las RS explican por qué continúan teniendo contacto aun cuando se mudan de un entorno social a otro. Los muchachos después de graduarse en la universidad pueden tener, gracias a estas relaciones, más oportunidades para conseguir plazas para prácticas profesionales (internados) y también ofertas de empleo. A la variable que mide la colaboración entre los miembros de colectivos que se originan en las RS se le denomina capital social (Ellison, Steinfield & Lampe, 2007).

Frente a este panorama, los resultados sugieren que el uso de Internet aísla a los individuos de sus amigos y familia, así mismo, tiene un impacto negativo en el bienestar psicológico (Valkenburg & Peter, 2009). El uso continuado de Internet produce en muchas ocasiones una ruptura de las actividades de la vida cotidiana. De forma específica, la facilidad de acceso que poseen las RS, las convierten en un ámbito susceptible para generar en los usuarios una adicción (García del Castillo, 2013).

El tema del uso de redes sociales virtuales y sus repercusiones, es motivo actual de constante estudio y diversas investigaciones. Una de esas repercusiones es en los hábitos de estudio en la población universitaria, considerándose aspectos claves para alcanzar sus metas académicas y aprovechar al máximo las diferentes asignaturas del currículo universitario. En general, son los estudiantes universitarios en los primeros años, que presentan variados procesos que se relacionan a su adquisición de hábitos, particularmente en el área de los estudios. Entre estos aspectos se mencionan: actitud, motivación, administración del tiempo, nivel de ansiedad, concentración, procesamiento

de información, selección de ideas principales, uso de técnicas, capacidad de autoevaluación y repaso, y preparación para los exámenes (Aguilar, 2010).

Entre las investigaciones que han evaluado la influencia de las adicciones a las redes sociales en los hábitos de estudio se encuentra la de Hernández (2013) la cual se enfocó en el estudio de elementos que permitieron establecer una relación entre el uso de las redes sociales y las repercusiones que tienen en los hábitos de estudio de universitarios de primer año. La investigación fue llevada a cabo en la Universidad de Costa Rica (UCR), sede Central Rodrigo Facio, y se abordó desde un enfoque mixto, lo que implica procesos de recolección, análisis e interpretación de datos de tipo cualitativo y cuantitativo en un mismo estudio. La muestra de participantes estuvo constituida por un grupo de 50 estudiantes de primer año universitario y tres docentes de la misma población. Los hallazgos del estudio demostraron que con respecto a la pertenencia de los universitarios a las redes sociales, los datos informan que 92% de la población encuestada pertenece a alguna de estas y un 8% no las utiliza. La red social con mayor representación es Facebook, siendo el 86% de todos los estudiantes que indicaron utilizar redes sociales. Acerca de la frecuencia con que los estudiantes se conectan a una red social según horario, la información obtenida permitió conocer que la mayor parte lo realiza en horario nocturno, representada por 48% de la población encuestada. No obstante, 28% de los encuestados indica hacerlo cada vez que así lo desea. Finalmente, con relación al uso de redes sociales y su influencia en el tiempo destinado a actividades propias del quehacer estudiantil, se obtuvo que en su mayoría, los jóvenes concordaron en que el uso que dan a redes sociales promueve que dediquen menor tiempo a estudiar cuando deben hacerlo. Concuerdan en que si las redes sociales se usan sin disciplina, llegan a interferir en el desarrollo de los hábitos de estudio y pueden convertirse en una distracción.

Ahora bien, en cuanto al tema de la definición de los hábitos de estudio, esta es variada y en particular se recurre a las actividades académicas para poder plantear su concepto. Es así que Vicuña (1998) lo define como: “hábito de estudio es un patrón conductual aprendido que se presenta mecánicamente ante situaciones específicas generalmente de tipo rutinaria, donde el individuo ya no tiene que pensar ni decidir sobre la forma de actuar” (p.3).

Este concepto pone de manifiesto el aspecto conductual y como se desenvuelve ante situaciones específicas concerniente a lo académico como rutina.

Asimismo, se entiende por hábitos de estudio a la costumbre de estudiar con determinada frecuencia y de forma sistemática utilizando procedimientos y técnicas que permitan obtener el mayor provecho de las horas de estudio (Álvarez & Fernández, 1999). Mena, Golbach & Véliz (2009) afirman que los estudiantes que ingresan a la universidad con inadecuados hábitos de estudio, empleando tan solo el memorismo como principal estrategia de estudio, lo cual es insuficiente en el ámbito universitario ya que tienen que integrar una amplia gama de conocimientos. En este sentido, en los diferentes niveles educativos se está presentando con mayor frecuencia el bajo rendimiento académico de los estudiantes peruanos según reportes e investigaciones inéditas (Palacios, 2007). Esta realidad es de suma preocupación ya que el mundo globalizado y moderno exige cada vez más profesionales competentes tanto a nivel intelectual como técnico (Garbanzo y Guisselle, 2007).

Frente a lo antes mencionados es importante considerar que las adicciones a las redes sociales influyen significativamente en los hábitos de estudio. En tal sentido el estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre adicción a las redes sociales y hábitos de estudio en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima centro.

MÉTODO

El estudio se define como una investigación de tipo no experimental y transversal, para estudiar la relación entre la adicción a las redes sociales con los hábitos de estudio. También se asumió el diseño descriptivo - correlacional; para determinar en qué medida se relacionan las variables estudiadas para el alcance de los objetivos planteados al inicio de la investigación (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

Participantes/Muestra

La población objetivo para la investigación estuvo conformada por 249 estudiantes de educación superior de una universidad privada del distrito de Lince. El muestreo de la presente investigación emplea un muestreo no probabilístico intencionado. Para determinar el tamaño de la muestra se asume una confianza del 95%, un error de muestreo de 0.05, estimando un total 112 estudiantes universitarios.

Instrumentos

Inventario de Hábitos de Estudio (CAMS 85)

Elaborado por Luis Alberto Vicuña Peri en el año 1985 y revisado el año 2005. Su administración es colectiva e individual, su duración es de 15 a 20 minutos. El inventario está constituido por 53 ítems cuya respuesta es cerrada de tipo dicotómica (siempre o nunca), distribuidos en 5 áreas que a continuación se detalla:

Área I: ¿Cómo estudio Ud.? Constituida por 12 ítems.

Área II: ¿Cómo hace sus tareas? Cuenta con 10 ítems.

Área III: ¿Cómo prepara sus exámenes? Tiene 11 ítems.

Área IV: ¿Cómo escucha las clases? Cuenta con 12 ítems.

Área V: ¿Qué acompaña a sus momentos de estudio? Incluye 6 ítems.

Para las pruebas de validez, se empleó los siguientes tipos de validez: De constructo, donde se obtuvo un valor de $r = 0.612$ con un valor $t = 7.31$, grados de libertad al 0.01, el límite de confianza de 2.58, con error de predicción de 0.79. En cuanto a la validez predictiva se determinó un 21%. En lo que respecta a la confiabilidad de consistencia interna se realizó utilizando la ecuación de Kuder – Richardson cuyo resultado de los respectivos coeficientes indican una excelente confiabilidad ($r = 0.97$) para la consistencia interna.

Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS)

Elaborado por Escurra y Salas en el 2013. El instrumento cuenta con tres subescalas: Obsesión por las Redes Sociales (10 ítems), falta de control personal (6 ítems) y uso excesivo de las redes sociales (8 ítems). Se obtiene un puntaje total máximo de 120 (24 ítems). Para efectos de determinar la validez del instrumento, en primer lugar se realizó el análisis descriptivo de los ítems, para ello se examinó la media, desviación estándar, asimetría y curtosis de cada uno de ellos. Luego de aplicar los criterios establecidos, se descartaron los ítems: 8, 9, 21, 23, 25, 27 y 30, pues presentaron valores que no se

incluían entre el intervalo de ± 2 , lo cual indicaba que su inclusión produciría distorsiones en la construcción del instrumento. El análisis de la multicolinealidad entre los ítems, permitió notar que las correlaciones inter-ítem fueron en todos los casos menores de $r = .90$, por lo que no fue necesario eliminar más ítems.

En lo que respecta a la confiabilidad, se indican que se alcanzaron coeficientes alfa de Cronbach elevados, los cuales fluctuaron entre .88 y .92 respectivamente. Además, el nivel de consistencia interna pudo considerarse alto, pues todos superaron la magnitud de .85. Además los intervalos de confianza indican que la estimación de la confiabilidad de los puntajes en la muestra total presentó valores elevados.

Procedimiento

El análisis estadístico se efectuó utilizando el software estadístico SPSS, versión 20.0. Recolectada la información se transfirió a la matriz de datos del software estadístico para su respectivo análisis. Posteriormente se presentó los resultados en tablas tras la realización de las pruebas estadísticas pertinentes al presente tipo y diseño de investigación.

RESULTADOS

En la Tabla 1 se aprecian las frecuencias y porcentajes para la pregunta ¿Qué red social usa?, en donde se aprecia que el 67% de los estudiantes evaluados hacen uso del Facebook, el 17% del Whasap y 13,4% del Twiter.

Tabla 1

Frecuencia y porcentajes para la red social de mayor uso

¿Qué red social usa?	f	%
Facebook	75	67,0
Twiter	15	13,4
Whasap	19	17,0
Instagram	3	2,7
Total	112	100,0

Con respecto al lugar de donde ingresan a la red social, se aprecia en la Tabla 2, que el 57,1% de los alumnos ingresa a través de su celular, el 23, 2% desde su casa y el 10,7% desde su trabajo.

Tabla 2

Frecuencia y porcentajes para el lugar de ingreso a la red social

¿De dónde ingresa a la red social?	f	%
En mi casa	26	23,2
En las cabinas de internet	8	7,1
A través del celular	64	57,1
En mi trabajo	12	10,7
En las computadoras de la universidad	2	1,8
Total	112	100,0

En lo que concierne a la frecuencia con que ingresa a la red social, en la Tabla 3, se observa que el 29,5% ingresa dos o tres veces por semana, el 22,3% lo hace una o dos veces por día, mientras que el 19,6% se encuentra conectado todo el tiempo.

Tabla 3

Frecuencias y porcentajes para frecuencia de ingreso a la red social

¿Con que frecuencia ingresa a la red social?	f	%
Todo el tiempo me encuentro conectado	22	19,6
Entre siete a 12 veces al día	16	14,3
Entre tres a siete veces por día	14	12,5
Una o dos veces por día	25	22,3
Dos o tres veces por semana	33	29,5
Una vez por semana	2	1,8
Total	112	100,0

En la Tabla 4 se observa que el 75,9% de los estudiantes presentan un nivel de adicción al uso de las redes sociales y el 24,1% presenta un nivel de riesgos de adicción respecto al uso de las redes sociales.

Tabla 4

Nivel de adicción a las redes sociales de los estudiantes de Psicología

Nivel	f	%
Uso moderado	0	0
Riesgo de adicción	27	24,1
Adicción	85	75,9
Total	112	100,0

En la Tabla 5 se observa que el 45,5% de los estudiantes encuestados presentan tendencia negativa en sus hábitos de estudio, el 34,1% presenta un nivel con tendencia positiva, y el 12,5% se encuentra en el nivel negativo respecto a sus hábitos de estudio.

Tabla 5

Nivel de hábitos de estudio de los estudiantes de Psicología

Nivel	f	%
Negativo	14	12,5
Tendencia negativa	51	45,5
Tendencia positiva	36	32,1
Positivo	8	7,1
Muy positivo	3	2,7
Total	112	100,0

Se observa en la Tabla 6, un nivel crítico (p) mayor a 0.05 en los factores y puntaje total que constituyen el cuestionario de adicción a las redes sociales y los hábitos de estudio en los estudiantes, por lo que se acepta la hipótesis de normalidad y se concluyen que las puntuaciones se ajustan a una distribución normal, justificando así el empleo de pruebas paramétricas para las comparaciones y relación de variables.

Tabla 6

Prueba de Kolmogorov – Sminorvo de bondad de ajuste a la curva norma para los resultados de los factores de Adicción a las redes sociales y las áreas de los hábitos de estudio

	Factor 1: Obsesión	Factor 2: Falta de control	Factor 3: Uso excesivo	Adicción a las redes sociales	Hábitos de estudio
Kolmogorov – Smirnov Z	1,272	,854	,738	,996	1,034
p	,079	,459	,647	,274	,236

En la Tabla 7, se presentan los resultados para la variable adicción a las redes sociales según género. Al respecto, los resultados obtenidos con la prueba “t” de Student, indican la existencia de diferencias significativas en el caso del factor 1: Obsesión por las redes sociales ($p < ,05$) y Adicción a las redes sociales ($p < .05$), en donde podemos concluir que hombres y mujeres presentan diferencias.

Tabla 7

Comparación de media de la adicción a las redes sociales según el género de los estudiantes de Psicología

	Factor 1 Obsesión por las redes sociales	Factor 2 Falta de control personal en el uso de las redes sociales	Factor 3 Uso excesivo de las redes sociales	Adicción a las redes sociales
“t”	2,176	1,863	1,935	2,300
p	,038 *	,065 ns	,061 ns	,023 *

n.s. Diferencias no significativas ($p < .05$).

(*) Diferencias estadísticamente significativas ($p < .05$).

La Tabla 8, exhibe los resultados para la variable adicción a las redes sociales según la edad. Se aplicó el estadístico “F” de ANOVA, indicando la existencia de diferencias significativas en el factor 1: Obsesión por las redes sociales ($p < .05$) concluyendo que los estudiantes, de acuerdo a su edad cronológica, poseen diferencias en este aspecto.

Tabla 8

Comparación de media de la adicción a las redes sociales según la edad de los estudiantes de Psicología.

	Factor 1: Obsesión por las redes sociales	Factor 2: Falta de control personal en el uso de las redes sociales	Factor 3: Uso excesivo de las redes sociales	Adicción a las redes sociales
F	2,535	1,457	1,916	2,161

<i>p</i>	,044 *	,221 ns	,113 ns	,078 ns
----------	--------	---------	---------	---------

n.s. Diferencias no significativas ($p < .05$).
 (*) Diferencias estadísticamente significativas ($p < .05$).

Con respecto a la comparación de la variable hábitos de estudio con respecto al género, la Tabla 9 muestra los resultados de la aplicación de la prueba estadística “t” de Student, indicando que no existen diferencias significativas ($p < .05$) entre el grupo de hombres y mujeres, en cuanto a los puntajes promedios de las distintas áreas y el total que conforman el inventario de hábitos de estudio.

Tabla 9
 Comparación de media de hábitos de estudio según el **género** de los estudiantes de Psicología

	Área 1: ¿Cómo estudia usted?	Área 2: ¿Cómo hace ud. sus tareas?	Área 3: ¿Cómo prepara sus exámenes?	Área 4: ¿Cómo escucha las clases?	Área 5: ¿Que acompaña sus momentos de estudio?	Hábitos de estudio
“t”	-1,161	-,162	1,394	1,280	,832	,805
<i>p</i>	,248 ns	,872 ns	,174 ns	,203 ns	,407 ns	,422 ns

n.s. Diferencias no significativas ($p > .05$).

En la Tabla 10, se presentan los resultados para la variable hábitos de estudio, según la edad. Los resultados obtenidos con la prueba F de ANOVA, indican la existencia de diferencias significativas en las áreas: ¿Cómo hace ud. sus tareas? ($p < .01$), ¿Cómo prepara sus exámenes? ($p < .05$), ¿Cómo escucha las clases? ($p < .05$), y hábitos de estudio en general ($p < .01$).

Tabla 10
 Comparación de media de hábitos de estudio según la **edad** de los estudiantes de Psicología

	Área 1: ¿Cómo estudia usted?	Área 2: ¿Cómo hace ud. sus tareas?	Área 3: ¿Cómo prepara sus exámenes?	Área 4: ¿Cómo escucha las clases?	Área 5: ¿Que acompaña sus momentos de estudio?	Hábitos de estudio
F	1,236	4,825	2,786	4,430	1,050	4,604
<i>p</i>	,300 ns	,001 **	,030 *	,002 *	,385 ns	,002 **

n.s. Diferencias no significativas ($p > .05$).

(*) Diferencias estadísticamente significativa ($p < .05$).

(**) Diferencias estadísticamente muy significativa ($p < .01$).

Para evaluar las correlaciones específica entre adicción a las redes sociales y hábitos de estudio, se procedió a calcular el coeficiente de correlación de Pearson, cuyos

resultados se muestran en la Tabla 11. Como se aprecia, en todos los casos se encontraron correlaciones significativas. Los hábitos de estudio se relacionan significativamente con los tres factores y con el puntaje total, de estas relaciones dos son de nivel moderado y negativas y, dos correlaciones más: falta de control personal en el uso de las redes sociales y uso excesivo de las redes sociales tienen un puntaje de correlación moderado bajo y negativas; es decir, a mayor obsesión por las redes sociales ($p < .01$), mayor falta de control personal ($p < .01$), mayor uso excesivo y mayor adicción a las redes sociales en general ($p < .01$), menor será su nivel de hábitos de estudio en estos estudiantes universitarios.

Tabla 11

Análisis de correlación entre adicción a las redes sociales y hábitos de estudio

	Hábitos de estudio	
	r	p
Obsesión por las redes sociales	-,451	,000 ***
Falta de control personal en el uso de las redes sociales	-,271	,004 ***
Uso excesivo de las redes sociales	-,369	,000 ***
Adicción a las redes sociales	-,412	,000 ***

(***) Correlación altamente significativa ($p < .01$)

DISCUSIÓN

Los resultados confirman el objetivo general estableciendo una correlación negativa, moderada y significativa cuando $p < .01$ entre las variables adicción a las redes sociales y hábitos de estudio, lo cual está respaldado por los estudios de Hernández (2013) que al respecto de la relación del uso de redes sociales y su influencia en el tiempo destinado a actividades propias del quehacer estudiantil, se obtuvo que en su mayoría, los jóvenes concordaron en que el uso que dan a redes sociales promueve que dediquen menor tiempo a estudiar cuando deben hacerlo. Afirman que, si las redes sociales se usan sin disciplina, interfieren en el desarrollo normal de los hábitos de estudio, pudiendo convertirse en una distracción.

De la misma manera, Mejía – Núñez & Bautista – Jacobo (2014) encontraron que la mayoría de los estudiantes de medicina (71.2%) que formaron parte de su estudio, tuvieron la percepción de que el tiempo que dedicaban a las redes sociales les afectaba en el tiempo empleado para estudiar y hacer tareas.

Se halló que la red social de mayor uso fue Facebook con un 67%, esto corrobora lo expresado por Ruiz & Escurra (2013) al decir que Facebook constituye una de las redes sociales de más rápida expansión, con millones de usuarios alrededor del mundo. Es importante mencionar lo que definen González, Merino y Cano (2009) cuando alegan que este sitio fue creado con la idea que fuera un tipo de red para la

población universitaria de Harvard, sin embargo, hoy en día todos acceden a ella especialmente adolescentes, universitarios y publicistas.

En lo que respecta a los hábitos de estudio se encontró una tendencia negativa (45,5%) por parte de los estudiantes frente a este aspecto. Vicuña (1998), indica que quienes tienen esta tendencia presentan las siguientes características: estudiantes que no emplean recursos como el diccionario en forma pertinente, la técnica del subrayado u otras, poseen técnicas y formas de recolección de información que dificultan lograr un mejor resultado académico siendo imprescindible una inmediata revisión de sus hábitos.

Se encontraron diferencias entre los hombres y las mujeres en el factor obsesión por las redes sociales ($p < .05$) y adicción a las redes sociales ($p < .05$). Este resultado corrobora lo investigado por Walsh, Fielder, Carey & Carey (2013) quienes explican que el hábito más intenso de consumo en las RS por estudiantes universitarios se ha encontrado en mujeres. También se encontró diferencias de acuerdo a la edad cronológica de los participantes en el factor obsesión por las redes sociales ($p < .05$). En lo que compete a este aspecto, Cuyún (2013) describe que una de los factores de riesgo es la edad para el uso de las RS. Esta autora alega que cada vez más personas se suscriben a estas redes, empresarios, diseñadores, que a pesar de la edad, por la profesión y actividad que realizan se valen de estos medios para trabajar, pero al hablar de vulnerabilidad e impulsividad, hay que destacar que se incrementa el riesgo en adolescentes.

No hubo diferencia entre los jóvenes en cuanto al género ($p > .05$) para las distintas áreas y hábitos de estudio en general. Pero, se encontró diferencias significativas con respecto a la edad cronológica, en las áreas ¿Cómo hace ud. sus tareas? ($p < .01$), ¿Cómo prepara sus exámenes? ($p < .05$), ¿Cómo escucha las clases? ($p < .01$) y hábitos de estudio en general ($p < .01$). Las diferencias entre edades en relación a los hábitos de estudio se explican, entre otras cosas, por las diversas estrategias y habilidades que estos adquieren y ponen en práctica en el tránsito de su desarrollo académico (Bazán y Aparicio, 2001).

Por último, es importante acotar que la educación superior precisa de sus alumnos altos niveles de conocimientos; por tal motivo, es fundamental analizar el desempeño y las conductas académicas del alumno de nivel superior, encaminadas al acto de estudiar y aprender.

REFERENCIAS

- Aguilar, M. (2010). Estilos y estrategias de aprendizaje en jóvenes ingresantes a la universidad. *Revista de Psicología*, 28 (2). 36 – 44.
- Ahn, J. (2011). Digital divides and social network sites: Which students participate in social media?. *Journal of Educational Computing Research*, 44(4). Recuperado de: http://ahnjune.com/wp-content/uploads/2011/03/JA_DigitalDivide_revised.pdf.
- Álvarez, M. & Fernández, R. (1999). *Propuesta de un programa de métodos de estudio*. Madrid. Tea Ediciones.
- Bazan, J. & Aparicio, A. (2001). Modelo explicativo de las relaciones entre hábitos de estudio, sexo y procedencia en egresantes de secundaria de nivel socioeconómico bajo. *Revista de Investigación en Psicología*, 4 (2), 41 – 53.
- Bernal-Bravo, C. & Angulo-Rasco, F. (2013). Interacciones de los jóvenes andaluces en las redes sociales. *Revista Comunicar*. 20(40), 25 - 30. Recuperado de: [http://www.revistacomunicar.com/Bol Clin Hosp Infant Edo Son 2014; 31\(1\): 19-25 24 index.php?contenido=detalles&numero=40&articulo=40-2016-04](http://www.revistacomunicar.com/Bol Clin Hosp Infant Edo Son 2014; 31(1): 19-25 24 index.php?contenido=detalles&numero=40&articulo=40-2016-04).

- Bicen, H. & Cavus, N. (2011). Social network sites usage habits of undergraduate students: case study of Facebook. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 28, 943 – 947. Recuperado de: <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1877042811026139>.
- Castañeda, L. (2010). *Aprendizaje con redes sociales. Tejidos educativos para nuevos entornos*. Bogotá: Ediciones de la U.
- Colás, P., González, T. & De Pablos, J. (2013). Juventud y redes sociales. Motivaciones y usos preferentes. *Revista Comunicar*, (40), 15 – 23.
- Cuyún, M. (2013). “Adicción a redes sociales en jóvenes” (estudio realizado con jóvenes de 14-16 años del colegio liceo San Luis de Quetzaltenango). (Tesis para optar el título de Licenciatura en Psicología Clínica). Universidad Rafael Landívar. Quetzaltenango-Guatemala.
- Ellison, NB., Steinfield, C. & Lampe, C. (2007). The benefits of Facebook «friends»: Social capital and college students’ use of online social network sites. *Journal of Computer - Mediated Communication*. 12 (4). Recuperado de: <http://jcmc.indiana.edu/vol12/issue4/ellison.html>.
- Escorra, M. & Salas, E. (2014). Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). *Liberabit*, 20(1), 73 - 91.
- Garbanzo, V; Guisselle, M. (2007). Factores asociados al rendimiento académico en estudiantes universitarios, una reflexión desde la calidad de la educación superior pública. *Educación*, 31(1), 43 – 63. Recuperado de: www.redalyc.org/redalyc/pdf/440/.../44031103_Abstract_2.pdf
- García del Castillo, J. (2013). Adicciones tecnológicas: el auge de las redes sociales. *Health and Addictions/ Salud y Drogas*, 13(1), 5 - 14.
- Hernández, E. (2013). Influencia de redes sociales en hábitos de estudio de universitarios de primer año. *Foro Educativo*. 22, 131 – 148.
- Hernández, R., Fernández, C. & Baptista. (2014). *Metodología de la Investigación*. México, D.F.: McGraw Hill.
- Mejía – Núñez, R. & Bautista – Jacobo, A. (2014). El Hábito de las Redes Sociales en Estudiantes de Medicina. *Boletín Clínico del Hospital Infantil del Estado de Sonora*, 31(1), 19 -25.
- Mena A., Golbach M. & Véliz M. (2009). Influencia de los hábitos de estudio en alumnos ingresantes. *Tucumán*. Argentina. Recuperado de: www.soarem.org.ar/Documentos/48%20Mena.pdf.
- Palacios, D. (2007). Influencia de los hábitos de estudio en el rendimiento académico de los alumnos de la Facultad de Ciencias Humanas y Educación de la Universidad Peruana Unión. (Tesis para optar el grado académico de maestría). Universidad Peruana Unión, Lima-Perú.
- Ruiz, F. & Escorra, M. (2013). Hábitos de consumo de Facebook y YouTube. Conciencia y estrategias metacognitivas en la lectura y estrategias de aprendizaje y estudio en universitarios. *Revista Persona*, 16, 29-71.
- Valkenburg, P. M. & Peter, J. (2009). Social consequences of the Internet for adolescents: A decade of Research. *Current Directions in Psychological Science*, 18, 1 - 5.
- Vicuña, L. (1998). *Inventario de Hábitos de Estudio*. Lima: Editorial CEDEIS.
- Walsh, J., Fielder, R., Carey, K. & Carey, M. (2013). Female College Students’ Media Use and Academic Outcome. Results from a Longitudinal Cohort Study. *Emerging Adulthood*. Recuperado de <http://eax.sagepub.com/content/early/2013/03/05/2167696813479780.full.pdf+html>.

Diego Ismael Valencia P.

Recibido: 01 de abril del 2016
Aceptado: 14 de abril del 2016

