

Frecuencia de uso de redes sociales en relación a rasgos de personalidad, ansiedad y bienestar psicológico en jóvenes universitarios de la ciudad de Medellín

Diana S. Vásquez Estrada y Natalia Santamaría Vasco

Psicología, Facultad de Educación y Ciencias Sociales, Tecnológico de Antioquia

001: Trabajo de Grado III

Profesor. Juan David García Escobar

Noviembre 6, 2020

Resumen

La frecuencia de uso de las redes sociales es la intensidad dada a medios sociales que permiten la interacción virtual. El objetivo de esta investigación consiste en el análisis de la relación entre los rasgos de personalidad, la ansiedad y el bienestar psicológico con la frecuencia de uso de las redes sociales en hombres y mujeres en edades que oscilan entre los 18 y 30 años de la carrera de psicología del tecnológico de Antioquia-Institución universitaria (sede Robledo) en la ciudad de Medellín. Los instrumentos aplicados fueron el Instrumento de Frecuencia de Uso de las Redes Sociales, Inventario de Personalidad NEO-FFI, Inventario de Ansiedad de Beck y el Cuestionario de Bienestar Psicológico de Ryff, los cuales arrojan diversos resultados que confirman la relación entre estas variables, por tanto, se concluye que, aunque la muestra presenta uso frecuente de las RS no se evidencia ningún tipo de adicción. Con respecto a la frecuencia de uso de las RS y la ansiedad se demuestra niveles bajos y moderados, lo que refleja que no hay alteraciones negativas en el diario vivir, seguidamente, la muestra arroja un BP positivo independientemente del tiempo de uso que le den a los medios virtuales. Finalmente, se evidencia la relación existente entre la frecuencia de uso de las RS con respecto a los cinco grandes de la personalidad, siendo el neuroticismo, extraversión y apertura a la experiencia quienes presentan porcentajes por encima de la media, al contrario de la Amabilidad y la Responsabilidad que manifiestan niveles bajos.

Palabras Clave: *Frecuencia de uso de las Redes Sociales, Rasgos de Personalidad, Ansiedad, Bienestar psicológico.*

Abstract

The frequency of use of social networks is the intensity given to social media that allow virtual interaction. The objective of this research is to analyze the relationship between

personality traits, anxiety and psychological well-being with the frequency of use of social networks in men and women in ages ranging between eighteen and thirty years of the race Psychology of Technological Antioquia-University Institution (Robledo headquarters) in the city of Medellín. The instruments applied were the Instrument of Frequency of Use of Social Networks, the NEO-FFI personality inventory, Beck's Anxiety Inventory and the Ryff Psychological Well-Being Questionnaire, which produced various results that confirm the relationship between these variables, for It is therefore concluded that, although the sample shows frequent use of SR, no type of addiction is evidenced. With respect to the frequency of use of SR and anxiety, low and moderate levels are shown, which reflects that there are no negative alterations in daily living, then the sample shows a positive BP regardless of the time of use that they give to virtual media. Finally, the relationship between the frequency of use of SR with respect to the big five of the personality is evidenced, being neuroticism, extraversion and openness to experience those who present percentages above the average, contrary to Friendliness and Responsibility that manifest low levels.

Key Words: *Frequency of use of Social Networks, Personality traits, anxiety, Psychological Well-being.*

Esta investigación surge a través de la lectura de una realidad que acontece al ser humano, pues está claro que en los tiempos que acaecen a los seres de hoy en día se respira el aire de la masificación de la información que viene en auge desde el surgimiento de internet y de las plataformas de interconexión virtual. Las formas de acercarse en esta época están claramente entrelazadas con la virtualidad. Sin embargo, la población más familiarizada con esta época son los nativos digitales, según Prensky (2010) son aquellos jóvenes que nacieron y subsisten dentro de un contexto rodeado de tecnología, estos se encuentran inmersos en una forma de contactarse maleable, que claro está, puede afectar

todas las áreas de su vida. Un estudio de Echeburúa citado por Concha et al. (2018), estableció que de la muestra tomada: “el 98% de los jóvenes de 11 a 20 años es usuario de internet” (p.21) los cuales se han constituido como la primera generación inmersa en diferentes avances tecnológicos: computadores personales, dispositivos de entretenimiento multimedia, nuevas formas de video- jugabilidad, música digital, telefonía móvil, lo que implica un apogeo en la interconexión virtual y en plataformas que se encuentran en la web llamada comúnmente Redes Sociales (RS), definidas por Valerio y Serna (2018), como las plataformas tecnológicas que permiten la interacción de personas a través de los medios virtuales vía web.

Por otro lado, se encuentran las consecuencias del uso continuo y excesivo de las RS en los jóvenes, en una investigación realizada en España “un 21,3% de los adolescentes están en riesgo de desarrollar conductas adictivas a Internet debido al uso abusivo de redes sociales” (Malo-Cerrato et al., 2018, p.102), estos tienden a mostrar disfunciones en su vida cotidiana, tales como: alteraciones en su estado anímico, vigilia continua, aislamiento, niveles bajos de autoestima, entre otros (Concha et al., 2018). No obstante, en estudios como los de Álvarez et al. (2018); Calvo- Rodríguez (2012); Concha et al. (2018); García. (2015); Echeburúa (2010) Valerio y Serna (2018) enfocados en la utilización de las redes sociales (RS), se identifican factores que influyen en el uso de las mismas, entre los más destacados se encuentran; los rasgos de personalidad, ansiedad y el bienestar psicológico.

Inicialmente, en la lectura de estos factores se demuestra que la personalidad y la relación entre las diferencias individuales y el uso de internet ha sido tema de estudio en los últimos años para la psicología, debido a que los usuarios de internet utilizan, por ejemplo, las redes sociales en relación con sus preferencias personales y los rasgos de su personalidad (Amichai-Hamburger citado por Puerta-Cortés y Carbonell, (2014), estos son

definidos por la American Psychiatric Association (APA, 2014) como “aspectos prominentes de la personalidad que se manifiestan en una amplia gama de contextos sociales y personales importantes” (p.827). Uno de los modelos más reconocidos dentro de estos rasgos, es el llamado *Los cinco grandes*, los cuales “representarían la estructura común de la personalidad humana, que trascendería las diferencias culturales” (Sánchez y Ledesma, 2007, p.13). Este modelo cuenta con 5 factores principales, Costa y McCrae (1992) los plantean de la siguiente manera; *el neuroticismo* como un desajuste en la estabilidad emocional y la expresión de sentimientos que obstaculiza o interfiere la adaptación de la persona, ya que hay tendencia a la preocupación, *la extraversión* es la preferencia por crear vínculos con los demás, tienden a la alegría, además de ser animosos y optimistas, *apertura*, caracterización hacia la originalidad, no son rutinarios y pueden ser imaginativos, *amabilidad*, tienden al manejo positivo de las relaciones interpersonales, son personas que se caracterizan por su generosidad además de ser colaborativas y contar con la capacidad de confiar en los demás, por último, *la responsabilidad* denota disciplina, planificación, voluntad hacia sus objetivos y logros. Con relación a las RS una investigación realizada por Concha et al. (2018) alude que hay un mayor nivel de adicción a Facebook en las personas que son introvertidas en especial las mujeres. Aldaco et al. (2018), establecen la relación entre el rasgo de personalidad extrovertido con el uso del internet y de las redes sociales en la medida que las personas deben entablar relaciones interpersonales con otras que son totalmente desconocidas. Algo semejante ocurre con, Muñoz y Ramírez (2016) los cuales refieren un uso excesivo de las RS como un factor de riesgo para desarrollar cierto tipo de adicción la cual se relaciona con los rasgos de personalidad, específicamente con los de extraversión e introversión. Al mismo tiempo, Costache et al. (2020) sugieren que las personas con un alto nivel de neuroticismo, extraversión e introversión presentan un diagnóstico de ansiedad, según la APA (2014) esta incluye una preocupación excesiva y persistente que las personas tienen dificultades para controlar, lo cual se da por diversas

situaciones, entre ellas; pérdida, estrés por dolencia, trauma emocional y otras alteraciones mentales. Igualmente, Clark y Beck (2012), exponen que:

La ansiedad es un sistema profundo de respuestas de tipo cognitivas, afectivas, como también fisiológicas y conductuales, las cuales se estimulan al anteponerse a eventualidades que se consideran aversivas, ya que se distinguen como sucesos imprevistos que podrían coaccionar los intereses de una persona. (p. 23)

Es preciso señalar que, la ansiedad como síntoma o como una respuesta habitual del ser humano ante determinadas situaciones, se caracteriza porque no influye significativamente de manera negativa en los diferentes aspectos de la vida, y en contraste, la ansiedad como trastorno afecta de forma desmedida causando un deterioro en áreas importantes del funcionamiento cotidiano. Un estudio realizado por Huanca (2016), identifica que hay incidencias psicológicas de la ansiedad sobre el uso de las redes sociales, este contenido establece que el 26.2% de los adolescentes muestran síntomas de ansiedad, siendo más frecuentes en los hombres con un 28% en paralelo a las mujeres con un 24%. Se determina a partir de estos estudios que cierto nivel de ansiedad se relaciona con un uso significativo de las RS, asimismo, González y Estévez (2017) exponen que “la red y los sistemas de mensajería instantánea ofrecen un lugar de seguridad al individuo que el mundo real no les proporciona” (p.54) al punto que la persona genera cambios relevantes en su cotidianidad y su estilo de vida.

A partir de lo planteado por Álvarez (2014) en su investigación, se reconoce una prevalencia en los niveles de ansiedad respecto al bienestar psicológico (BP), definido por Keyes et al. (2002) en términos de cómo las personas evalúan de manera subjetiva su calidad de vida especialmente a través de seis componentes que le permiten valorar de forma positiva o negativa su BP. Vázquez et al. (2009) mencionan estos componentes, también llamados dimensiones: *la autoaceptación* son personas con una actitud positiva

hacia sí mismas, aceptan los diversos aspectos de su personalidad, incluyendo los negativos, y se sienten bien respecto a su pasado; *El desarrollo personal*, significa sacar el mayor partido a los talentos y habilidades, utilizando todas las capacidades y desarrollar las potencialidades para seguir creciendo como persona; *El propósito vital*, son personas que necesitan marcarse metas y definir una serie de objetivos que les permitan dotar a su vida de sentido;. *Las relaciones positivas con otros*, tienden a relaciones cálidas, satisfactorias y de confianza con los otros; *El dominio ambiental*, es la capacidad para manejar efectivamente la vida de uno y del contexto, así como también de las oportunidades del ambiente para satisfacer las necesidades y capacidades propias; finalmente *la autonomía*, es la sensación de poder elegir por sí mismo, tomar decisiones propias para sí y para la vida, incluso si van en contra de la opinión mayoritaria, mantener la independencia y convicciones personales.

En referencia a las RS, investigaciones como las de Capilla y Cubo (2017) y Valerio y Serna (2018) indican que la frecuencia de uso de las mismas puede generar conductas desadaptativas con consecuencias en el proceso de bienestar psicológico, pues afecta el desarrollo de las interacciones sociales o de relaciones positivas con los demás, debido a que la posibilidad de conectar e interactuar en espacios virtuales limita la interacción humana, afectando las relaciones con la familia, con la pareja y particularmente con la capacidad o habilidad para mantener relaciones sociales, por lo que es poco probable que algunos individuos muestran características de asertividad, empatía y de expresión corporal, lo que evidencia una relación entre el uso de internet y RS con la valoración subjetiva de menor BP de quienes presentan una mayor frecuencia de uso de las plataformas virtuales de interconexión social.

Es así como surge el problema de la presente investigación: analizar la relación que existe entre la frecuencia de uso de las RS, los rasgos de personalidad, la ansiedad y el

bienestar psicológico. Si bien la relación entre estas tres variables y la frecuencia de uso han despertado gran interés entre los investigadores en algunos países, la exploración realizada evidencia que esta relación como objeto de estudio no ha sido abordada en un alto índice en Colombia, específicamente en la ciudad de Medellín. Por este motivo surge la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuál es la relación existente entre la frecuencia de uso de las redes sociales con los rasgos de personalidad, la ansiedad y el bienestar psicológico en hombres y mujeres en edades que oscilan entre los 18 y 30 años de la carrera de psicología del tecnológico de Antioquia- institución universitaria (sede Robledo) en la ciudad de Medellín?

Metodología

El presente estudio consiste en una investigación con enfoque cuantitativo ya que “utiliza la recolección de datos para probar hipótesis con base en la medición numérica y el análisis estadístico, con el fin establecer pautas de comportamiento y probar teorías” (Hernández et al., 2014,p.5). Con un alcance de tipo descriptivo, lo cual permitirá describir la información y propiedad que presenta una población o manifestación de estudio, es decir, se procura recolectar y calcular los datos ya sea de manera independiente o agrupado. Todo esto consentirá corroborar mediante datos estadísticos la conexión existente entre frecuencia de uso de las redes sociales con respecto a los Rasgos de Personalidad, Ansiedad y Bienestar Psicológico.

El diseño es no experimental de corte transversal, debido a que los datos se recolectaron entre marzo y abril, además, se observaron las variables desde su contexto natural, es decir, que no se manipularon. En cuanto a la población es heterogénea, la cual está constituida por 26 hombres y mujeres entre los 18 y 30 años de edad de las carreras de psicología, del Tecnológico de Antioquia- institución Universitaria (sede robledo). La

muestra es no probabilística, puesto que no toda la población del Tecnológico de Antioquia sede robledo fue seleccionada para este estudio sin pretensiones de generalizar los resultados, con un muestreo por conveniencia ya que la muestra es accesible y pertenece a la población de interés en el TdeA. Los participantes a realizar las pruebas se incluyeron sólo cumpliendo los criterios de inclusión tales como: ser hombres y mujeres en edades entre los 18 y 30 años de edad, que sean estudiantes de psicología del Tecnológico de Antioquia - Institución Universitaria de la sede Robledo.

En cuanto a los instrumentos aplicados, se seleccionan los siguientes; en primer lugar, el cuestionario de frecuencia de uso de RS, donde se establecen 15 ítems que permiten medir la frecuencia de uso de las mismas, el cual se cuantifica mediante el tiempo y tipo de RS que más utilizan. El tiempo estimado para la aplicación es de 15 minutos y es adaptable en jóvenes y adultos.

En segundo lugar, se aplica el Inventario de personalidad NEO-FFI, el cual es la versión resumida del NEO PI-R elaborado por Costa y McCrae (1992), consta de 60 ítems distribuidos en 5 dimensiones: Neuroticismo, Extraversión, Apertura, Amabilidad y Responsabilidad, constituidas mediante una escala tipo likert que va de 1 a 5, siendo 0. "En total desacuerdo" 1. "En desacuerdo" 2. "Neutro" 3. "De acuerdo" 4. "totalmente de acuerdo", las respuestas se obtienen mediante la suma de sus puntuaciones directas siguiendo esta pauta: en los ítems sin asterisco (0=0 ; 1=1 ; 2=2 ;3 =3 ; 4=4), en los ítems con asterisco se invierten de la siguiente forma (0=4 ; 1=3 ; 2=2 ; =1 ; 4=0); seguidamente se convierte en percentiles según el baremo que corresponda teniendo en cuenta los datos normativos. Este inventario puede ser aplicado en jóvenes y adultos y cuenta con una durabilidad de 20 minutos.

En tercer lugar, se emplea el Inventario de ansiedad de Beck (BAI) cuyos autores originales son Beck y Steer y su versión adaptada elaborada por Sanz et al. (2011). Según

el Consejo General de Colegios Oficiales de psicólogos (s.f) este instrumento mide los síntomas generados por la ansiedad, cuenta con 21 ítems, posee un formato de tipo likert presentado en una escala de 0 a 3, en donde 0 es “En absoluto”, 1 “Levemente”, 2 “moderadamente” y 3 siendo su puntuación más alta que corresponde “severamente”. En cuanto al corte, una suma de 0- 21 puntos apunta ansiedad muy baja, de 22- 25 puntos ansiedad moderada y mayor a 36 puntos indica una ansiedad severa, el tiempo estimado para la aplicación individual es de 5 a 10 minutos, y puede aplicarse a la población en general, es decir, adultos y adolescentes.

Por último, se administró el cuestionario de bienestar psicológico propuesto por Carol Ryff para esta investigación se usa la adaptación por Díaz et al. (2006) ya que esta versión cuenta con los criterios necesarios para la elección, consta de 39 ítems distribuidos en 6 dimensiones: Autoaceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal, constituidas mediante un formato tipo likert contando con una escala de 1 a 6, siendo 1 “totalmente de acuerdo”, 2 “poco de acuerdo”, 3 “moderadamente de acuerdo”, 4 “muy de acuerdo”, 5 “bastantemente de acuerdo” y 6 “totalmente de acuerdo”. El grado de bienestar psicológico global considera los siguientes rangos: mayor a 176 puntos indica un BP elevado, 141 a 175 BP alto, 117 a 140 BP moderado y menor a 116 BP bajo. Este instrumento puede ser aplicado tanto a adolescentes y adultos de ambos sexos y cuenta con una durabilidad de 20 minutos.

Para el uso adecuado de esta investigación se tuvieron en cuenta las siguientes consideraciones éticas establecidas en la Ley 1090 (2006) “por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología, se dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones” (párr. 1). De acuerdo a esto se garantizan los siguientes principios éticos: Responsabilidad, Estándares morales y legales, Bienestar del usuario, evaluación de técnicas, investigación con participantes humanos. Respecto a estos principios éticos, el

psicólogo como profesional de la salud mental, el cual tiene como labor trabajar con sujetos de derechos tiene como deberes y obligaciones las siguientes según la ley 1090 de 2006 son: a) Preservar completamente el secreto profesional de la persona, acontecimiento o entidad donde se esté llevando el proceso, b) hacerse responsable de la información que sea manifestada sin ningún consentimiento, c) Mantener el lugar seguro donde se guarda cada evidencia e historial clínico de las personas con las que se lleva un proceso, d) Realizar el registro de cada práctica y procedimiento que ejerza en su profesión, e) reserva de secreto profesional de cada información brindada por las personas que adquieran de sus servicios. Así mismo, los psicólogos que realizan investigación son encargados de cargar con la responsabilidad de las temáticas a trabajar, del procedimiento, de las herramientas a utilizar, también de la observación que se haga de los resultados y sus conclusiones. Por otro lado, es importante evitar en la mayor medida información incompleta o falsa, a excepción de estas tres condiciones: 1. que el planteamiento del problema tenga un alto nivel de relevancia, 2. que de la única manera de indagarse sea con esta información; 3. que haya una garantía para la muestra de que cuando se finalice la investigación se les va a otorgar los objetivos y una correcta información. En caso tal de trabajar con menores de edad o personas que presenten alguna discapacidad quien deberá firmar el consentimiento serán sus representantes legales.

Resultados

Posterior a la recolección de la información de la muestra tomada, se llevó a cabo la codificación de los datos por medio del programa IBM SPSS Statistics 25, el cual permitió la interpretación y el análisis mediante la tabulación cruzada de las siguientes variables; frecuencia de uso en relación a la ansiedad, el bienestar psicológico y los rasgos de personalidad: Neuroticismo (N), Extraversión (E), Apertura (O), Agradabilidad (A) y

Responsabilidad (R). Los resultados obtenidos en las variables ya mencionadas serán demostrados a continuación.

Tabla 1

Relación entre el tiempo estimado que la población encuestada le da a las redes sociales durante el día y calificación de ansiedad.

		CALIFICACIÓN ANSIEDAD				
			Ansiedad baja	Ansiedad moderada	Ansiedad severa	Total
Uso de redes sociales	Una hora	Participantes	2	0	0	2
		% del total	7,7%	0,0%	0,0%	7,7%
	Dos a cuatro horas	Participantes	9	0	1	10
		% del total	34,6%	0,0%	3,8%	38,5%
	Cinco horas o más	Participantes	7	7	0	14
		% del total	26,9%	26,9%	0,0%	53,8%
Total	Participantes	18	7	1	26	
	% del total	69,2%	26,9%	3,8%	100,0%	

Los resultados obtenidos en la tabla 1 demuestran que tanto las personas que dan uso a las RS durante una hora (7,7%) como aquellas que las emplean de dos o cuatro horas (34,6%) presentan una ansiedad muy baja. Sin embargo, quienes utilizan las RS cinco horas o más manifiestan niveles de ansiedad muy bajos y moderados (26,9%). Esto indica, que existe una relación entre ambas variables, ya que a menor o mayor uso de Redes Sociales en el día los niveles de ansiedad demostrados se encuentran entre muy bajos y moderados.

Tabla 2

Relación entre el tiempo estimado que la población encuestada le da a las redes sociales durante el día y la calificación de bienestar psicológico.

			CALIFICACIÓN BIENESTAR PSICOLÓGICO		
			Bienestar psicológico Moderado	Bienestar psicológico alto	Total
Uso de redes sociales	Una hora	Participantes	0	2	2
		% del total	0,0%	7,7%	7,7%
	Dos a cuatro horas	Participantes	6	4	10

	% del total	23,1%	15,4%	38,5%
Cinco horas o más	Participantes	6	8	14
	% del total	23,1%	30,8%	53,8%
Total	Participantes	12	14	26
	% del total	46,2%	53,8%	100,0%

Los resultados presentados en la tabla 2 demuestran que el 7,7% de las personas que dan uso a las RS durante una hora presentan un BP alto. Por otro lado, el 23,1% y el 15,4% que utilizan las RS de dos a cuatro horas manifiestan niveles altos y moderados de BP.

Asimismo, se observó que el 30,8% y el 23,1% de la población que emplea las RS cinco horas o más durante el día muestran al igual que la población de dos horas o más un porcentaje alto y moderado de BP. Esto demuestra la relación existente entre la frecuencia de uso de las RS con respecto al BP, pues como se evidencia en la tabla la mayor parte de la población que utilizan los medios virtuales de manera constante su BP arroja porcentajes moderados y altos.

Tabla 3

Relación entre el tiempo estimado que la población encuestada le da a las redes sociales durante el día y el rasgo de personalidad neuroticismo.

			NEUROTICISMO(N)					
			Muy alto	Alto	Medio	Bajo	Muy bajo	Total
Uso de redes sociales	Una hora	Participantes	0	2	0	0	0	2
		% del total	0,0%	7,7%	0,0%	0,0%	0,0%	7,7%
	Dos a cuatro horas	Participantes	1	4	5	0	0	10
		% del total	3,8%	15,4%	19,2%	0,0%	0,0%	38,5%
	Cinco horas o más	Participantes	5	4	2	1	1	14
		% del total	19,2%	15,4%	7,7%	3,8%	3,8%	53,8%
Total	Participantes	6	10	7	1	1	26	
	% del total	23,1%	38,5%	26,9%	3,8%	3,8%	100,0%	

En la tabla 3 se evidencia que un 7,7% de la población que usa las RS una hora manifiesta un Neuroticismo (N) alto, a su vez, el 19,2% y el 15,4% que las utiliza de dos a cuatro horas presentan niveles altos y medios de la variable N. Finalmente, quienes emplean las RS cinco horas o más ostentan niveles muy altos y altos de Neuroticismo con porcentajes de 19,2 y el 15,4. Esto sugiere que quienes presentan el rasgo de personalidad

N con niveles muy altos, altos y medios manifiestan un uso frecuente a las RS, lo que implica una relación entre ambas variables.

Tabla 4

Relación entre el tiempo estimado que la población encuestada le da a las redes sociales durante el día y el rasgo de personalidad extraversión.

		EXTRAVERSIÓN (E)					
			Alto	Medio	Bajo	Muy bajo	Total
Uso de redes sociales	Una hora	Participantes	0	2	0	0	2
		% del total	0,0%	7,7%	0,0%	0,0%	7,7%
	Dos o cuatro horas	Participantes	0	2	6	2	10
		% del total	0,0%	7,7% ^a	23,1%	7,7%	38,5%
	Cinco horas o más	Participantes	3	6	4	1	14
		% del total	11,5%	23,1%	15,4%	3,8%	53,8%
Total	Participantes	3	10	10	3	26	
	% del total	11,5%	38,5%	38,5%	11,5%	100,0%	

La tabla 4 muestra que un 7,7% de la muestra utilizada para esta investigación utiliza las RS en un tiempo estimado de una hora y presentan un nivel medio de extraversión. Por otro lado, quienes utilizan estas plataformas virtuales de dos a cuatro horas que es una población de 23,1% presentan niveles bajos de la variable E. Por último, se puede evidenciar que la muestra más significativa son aquellas personas que utilizan las RS por cinco horas o más que presentan un porcentaje entre el 23,1 (medio E), el 15, 4 (baja E) y el 11, 5 (Alta E). Esto permite evidenciar que sí se presenta una relación entre el rasgo de personalidad Extraversión con la frecuencia de uso de los medios virtuales, pues a medida que las personas utilicen más las redes sociales hay un mayor descenso en el rasgo de personalidad E.

Tabla 5

Relación entre el tiempo estimado que la población encuestada le da a las redes sociales durante el día y el rasgo de personalidad apertura.

			APERTURA (O)					
			Muy alto	Alto	Medio	Bajo	Muy bajo	Total
Uso de redes sociales	Una hora	Participantes	1	0	1	0	0	2
		% del total	3,8%	0,0%	3,8%	0,0%	0,0%	7,7%
	Dos o cuatro horas	Participantes	2	0	5	2	1	10

	% del total	7,7%	0,0%	19,2%	7,7%	3,8%	38,5%
Cinco horas o más	Participantes	2	4	7	1	0	14
	% del total	7,7%	15,4%	26,9%	3,8%	0,0%	53,8%
Total	Participantes	5	4	13	4	1	26
	% del total	19,2%	15,4%	50,0%	15,4%	3,8%	100,0%

Los resultados expuestos en la tabla 5 indican que el 7,7% de la población encuestada que usa las RS durante una hora presentan índices medios y muy altos de Apertura, en cuanto al 19,2% que utiliza los medios virtuales de dos a cuatro horas manifiestan niveles medios de esta variable. Por último, el 26,9% y 15,4% de los sujetos que emplean cinco horas o más las plataformas virtuales muestran niveles medios y altos en el rasgo de personalidad A. Esto concluye, que existe una relación entre este rasgo de personalidad y la variable Frecuencia de uso de las RS ya que a mayor uso de las mismas se presenta mayores niveles del rasgo de personalidad Apertura.

Tabla 6

Relación entre el tiempo estimado que la población encuestada le da a las redes sociales durante el día y el rasgo de personalidad agradabilidad.

AMABILIDAD (A)

			Muy alto	Alto	Medio	Bajo	Muy bajo	Total
Uso de redes sociales	Una hora	Participantes	0	1	1	0	0	2
		% del total	0,0%	3,8%	3,8%	0,0%	0,0%	7,7%
	Dos o cuatro horas	Participantes	1	0	4	3	2	10
		% del total	3,8%	0,0%	15,4%	11,5%	7,7%	38,5%
	Cinco horas o más	Participantes	0	3	5	4	2	14
		% del total	0,0%	11,5%	19,2%	15,4%	7,7%	53,8%
	Total	Participantes	1	4	10	7	4	26
		% del total	3,8%	15,4%	38,5%	26,9%	15,4%	100,0%

La tabla 6 establece que un 3,8% de la muestra que emplea las RS por una hora presentan niveles de agradabilidad medio y alto. Seguidamente, el 15,4% que dan uso a las mismas durante dos a cuatro horas presentan niveles de agradabilidad medio, el 11,5% niveles bajos y el 7,7% niveles muy bajos. Por último, el 19,2% de la población que utiliza las RS cinco horas o más establecen niveles de agradabilidad medio, el 15,4% bajo y el

7,7% muy bajo. Por tanto, se evidencia una relación entre la variable agradabilidad con respecto al tiempo de uso que las personas le dan a las RS pues se puede notar, cómo a mayor uso de estas plataformas virtuales hay una menor presencia del rasgo de personalidad A.

Tabla 7

Relación entre el tiempo estimado que la población encuestada le da a las redes sociales durante el día y el rasgo de personalidad responsabilidad.

		RESPONSABILIDAD (R)					
			Alto	Medio	Bajo	Muy bajo	Total
Uso de las redes sociales	Una hora	Participantes	1	0	1	0	2
		% del total	3,8%	0,0%	3,8%	0,0%	7,7%
	Dos o cuatro horas	Participantes	2	1	4	3	10
		% del total	7,7%	3,8%	15,4% ^a	11,5%	38,5%
	Cinco horas o más	Participantes	1	1	7	5	14
		% del total	3,8%	3,8%	26,9%	19,2%	53,8%
Total	Participantes	4	2	12	8	26	

% del total	15,4%	7,7%	46,2%	30,8%	100,0%
-------------	-------	------	-------	-------	--------

La tabla 7 muestra que el 7,7% de la población que da un uso de una hora a las RS presentan un nivel de Responsabilidad alto y bajo, por otro lado, el 15,4% que utilizan los medios virtuales de dos a cuatro horas manifiestan bajos niveles y el 11,5% presentan muy bajos porcentajes de la variable Responsabilidad. Finalmente, el 26,9% de la muestra que emplean las RS por un periodo de cinco horas o más ostentan niveles bajos y el 19,2% valores muy bajos de Responsabilidad. De esta manera, se evidencia una relación entre ambas variables, ya que a mayor frecuencia de uso de las RS menores índices del rasgo Responsabilidad.

Discusión

En esta investigación se evaluó la frecuencia de uso de redes sociales en relación a ansiedad, bienestar psicológico y rasgos de personalidad en jóvenes universitarios de la ciudad de Medellín. Al examinar las variables ya mencionadas para verificar si existía una relación entre estas, los resultados demuestran que se halla una relación significativa entre la frecuencia de uso de las RS con respecto a las demás variables.

De acuerdo al estudio de Huanca (2016) se establece que evidentemente hay incidencias psicológicas de la ansiedad sobre el uso de las redes sociales con relación al tiempo que pasan hombres y mujeres en estas plataformas. Asimismo, Echeburúa (2012) menciona que la dependencia a los medios virtuales genera síntomas como; irritabilidad y ansiedad, ya que son personas que están en la búsqueda constante de conectarse a estos medios para su propia satisfacción. Todo lo mencionado por los autores señala una relación con los datos de la presente investigación, ya que se encontró que evidentemente la frecuencia de

uso de las redes sociales si presenta una relación con la variable ansiedad, para este caso con porcentajes bajos y moderados, lo cual indica que la muestra manifiesta malestares leves frente a situaciones del día a día, sin embargo, estas dificultades no se centran en la incapacidad de realizar funciones en su diario vivir. Seguidamente, se identificó que la variable frecuencia de uso de las redes sociales presenta una relación correspondiente con el bienestar psicológico, esta se evidenció en los resultados que indican que un uso frecuente de las plataformas virtuales arroja un BP moderado y alto, lo cual permite percibir que la muestra manifiesta estados positivos en las áreas de su vida, tales como; emocionales, sociales y cognitivas. Contrario a lo que mencionan Valerio y Serna, (2018) en su investigación, ya que exponen que las horas de uso diario de algunas plataformas virtuales podrían ser un indicador negativo del bienestar psicológico, pues es posible que las personas encuentren soporte social para enfrentar malestares causantes de la insatisfacción en la vida personal a través del uso de redes sociales. Además, Capilla y Cubo, (2017) establecen que la frecuencia de uso de las RS puede generar también conductas desadaptativas con consecuencias en el proceso de BP, pues afecta el desarrollo de las interacciones sociales o de relaciones positivas con los demás debido a que, la posibilidad de conectar e interactuar en espacios virtuales, limita la interacción humana, afectando las relaciones con la familia, con la pareja y particularmente, con la capacidad o habilidad para mantener relaciones sociales. En relación a lo mencionado por estos autores y al determinar que los resultados no coinciden, se sugiere que los componentes evaluados en el cuestionario de bienestar psicológico presentaron un efecto positivo con la frecuencia de uso de las RS.

Por último, los resultados del presente estudio establecen una relación entre los rasgos de personalidad con respecto a la frecuencia de uso de las RS. Se denota que en cuanto al rasgo N la población presenta niveles muy altos, altos y medios, lo que conlleva a probar que estas personas utilizan las plataformas virtuales a causa de la falta de autocontrol y la

vulnerabilidad que caracteriza a este rasgo, esto coincide con lo mencionado en estudios como los de Malo Cerrato et al, (2018) y Becerra y López, (2018) los cuales presentan que el rasgo N es un factor que acerca al uso prolongado de las RS, ya que las personas están en constante búsqueda de estabilidad emocional, pertenecer a un grupo, sentimientos de seguridad o la búsqueda de autocontrol en el acercamiento constante a estas plataformas. Posteriormente, en consideración al rasgo extraversión se encontró niveles altos, medios y bajos con relación a la frecuencia de uso de las RS, esto corrobora que quienes tienden a mayores niveles de este rasgo están en constante búsqueda de sociabilidad y comunicación, contrario a aquellos que presentan niveles bajos puesto que apuntan a la introversión y son personas que manifiestan insatisfacción con su vida y necesidad afectiva, todo esto direcciona a una frecuencia de uso de las RS ya que en estas pueden equilibrar la necesidad que describe su personalidad. Esto concuerda con lo mencionado por Aldaco et al. (2018) quienes establecen que son estos rasgos los que representan una relación con respecto al uso adictivo de las RS en la medida que las personas deben entablar relaciones interpersonales con otras que son totalmente desconocidas. Para el caso del rasgo de personalidad apertura se evidenció que a mayor tiempo de uso de las RS, se percibe una alta predominancia del mismo, cabe resaltar que estas personas en sus medios virtuales innovan y actualizan sus perfiles constantemente ya que disfrutan del cambio. Tal como lo indica Amichai-Hamburger y Vinitzky citado por Castro y Lupano, (2019) quienes en su estudio demuestran que los perfiles de una persona con el rasgo de personalidad apertura suben constantemente fotos y persisten en búsqueda de información, por este motivo presentan mayor uso a las RS. Finalmente, los rasgos de personalidad amabilidad y responsabilidad presentan niveles bajos y muy bajos con relación a la frecuencia de uso de las plataformas virtuales, el primer rasgo (A) indica que la población carece de empatía, sensibilidad y generosidad, mientras que el segundo rasgo (R) demuestra ausencia de perseverancia y compromiso por las metas, esto refleja que estos sujetos utilizan los medios

virtuales principalmente para el ocio y el uso negativo de estas plataformas. Se evidencia concordancia con lo expuesto por Landers y Lounsbury, (2006) ya que indican que la Amabilidad y la Responsabilidad se vinculan al uso inadecuado del internet en adolescentes, esto representa que sean personas con menor agradabilidad y obligación al deber.

Conclusiones

Con relación a los resultados demostrados en el presente estudio, se puede concluir que el tiempo estimado que la población encuestada, en este caso estudiantes Universitarios del programa de psicología de la ciudad de Medellín les dan a las redes sociales es de cinco horas o más con predisposición a usarlas en un horario de mañana y tarde durante el día, sin presentar conductas adictivas. Adicionalmente, se determina que existe una relación entre la frecuencia de uso de las RS con respecto a los rasgos de personalidad, ya que los puntajes revelan que a mayor uso de las RS hay mayor y menor predominancia entre estos rasgos. Por otro lado, se demuestra que existe una relación entre la frecuencia de uso de las RS con proporción a la variable ansiedad, ya que los resultados indican la relación entre estas, al encontrarse niveles bajos y moderados en esta variable con respecto al tiempo estimado que la población le da a los medios virtuales. Finalmente, se identificó una relación entre la frecuencia de uso de las RS con base a la variable BP, puesto que, los datos arrojan que independientemente del tiempo que la población les dé a estas plataformas su BP presenta niveles apropiados.

Recomendaciones y limitaciones de estudio

Se sugiere que, para la realización de los próximos estudios, se establezcan diferentes formas de recolección de información, como; entrevistas mediante preguntas cerradas y concretas referentes a la frecuencia de uso de las redes sociales con respecto a las demás

variables, además aplicar los instrumentos en otro tipo de población ya que se infiere que los resultados pueden variar a los ya demostrados. Por último, se propone la utilización de instrumentos que presenten baremos nacionales lo cual puede minimizar alteraciones en los resultados ya que los utilizados para este estudio no se encuentran adaptados para la población colombiana. En cuanto a las limitaciones, la población encuestada y las investigadoras se encontraban en confinamiento a causa de la pandemia por Covid-19, lo que no permitió un acercamiento directo al momento de desarrollar las pruebas. Adicional se infiere posibles alteraciones en los resultados a causa de la contingencia de salud pública que vive el país.

Referencias

- Aldaco, A. D, Álvarez, A. A, Mondragón, S. A, & Ulloa, R. (2018). Cambios en el desarrollo de la personalidad a partir del uso excesivo de Redes Sociales. *PsicoEducativa: reflexiones y propuestas* 4(7), 36-46.
<https://psicoeducativa.iztacala.unam.mx/revista/index.php/rpsicoedu/article/view/86/249>
- Alvarez, Y. (2014). Relación del bienestar psicológico con los niveles de ansiedad: rasgo-estado en adolescentes. *Medimay Revista de Ciencias Médicas de Mayabeque*, 20(1), 89-99. <http://revcmhabana.sld.cu/index.php/rcmh/article/view/186>
- American Psychiatric Association. (2014). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales* (DSM-5) (5ª ed., p. 827). Médica Panamericana.

Amichai-Hamburger, Y., & Vinitzky, G. (2010). Social network use and personality.

Computers in human behavior, 26(6),1289-1295.

<https://psycnet.apa.org/record/2010-18140-011>

Becerra, J., & López, F. (2018). EL PAPEL DEL NEUROTICISMO EN LA CONDUCTA

ADICTIVA A REDES SOCIALES (1ª ed., p. 1517).

https://www.researchgate.net/publication/319162373_El_Papel_Del_Neutroticismo_En_La_Conducta_Adictiva_A_Redess_Sociales

Castro, A. y Lupano, M., (2019). Perfiles Diferenciales De Usuarios De Internet, Factores De

Personalidad, Rasgos Positivos, Síntomas Psicopatológicos Y Satisfacción Com La

Vida. *Aidep.org*. <https://www.aidep.org/sites/default/files/2019-10/RIDEP53-Art6.pdf>

Capilla Garrido, E. y Cubo Delgado, S. (2017). Phubbing. Conectados a la red y

desconectados de la realidad. Un análisis en relación al bienestar psicológico. Pixel-

Bit. *Revista de Medios y Educación*, 50,173-185.

<https://www.redalyc.org/pdf/368/36849882012.pdf>

Clark, D., & Beck, A. (2012). *Terapia cognitiva para trastornos de ansiedad* (6ta ed., p.

27).Desclée de Brouwer.(Trabajo original publicado en 2010).

https://www.srmcursos.com/archivos/arch_5847348cec977.pdf

Concha, W. N., Domínguez, H. M., Maya, M. I. y Torres, E. (2018).Redes sociales:

su influencia en la personalidad y en las relaciones sociales de estudiantes.

PsicoEducativa: reflexiones y propuestas, 4(7), 20-29.

<https://psicoeducativa.iztacala.unam.mx/revista/index.php/rpsicoedu/article/view/83/2>

Congreso de Colombia. (6 de septiembre de 2006). Código Deontológico y Bioético. [Ley 1090 de 2006]. DO: 46.383.

Consejo General de Colegios Oficiales de Psicólogos. (s.f.). Evaluación del inventario BAI. <https://www.cop.es/uploads/PDF/2013/BAI.pdf>

Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1992). NEO PI-R. Inventario de Personalidad Neo - Revisado. http://www.pseaconsultores.com/sites/default/files/NEO-PI-R_0.pdf

Costache, M. E., Frick, A., Månsson, K., Engman, J., Faria, V., Hjorth, O., Hoppe, J. M., Gingnell, M., Frans, Ö., Björkstrand, J., Rosén, J., Alaie, I., Åhs, F., Linnman, C., Wahlstedt, K., Tillfors, M., Marteinsdottir, I., Fredrikson, M., & Furmark, T. (2020). Higher- and lower-order personality traits and cluster subtypes in social anxiety disorder. *PLoS One*, 15(4), e0232187. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0232187>

Díaz, Darío y Rodríguez-Carvajal, Raquel y Blanco, Amalio y Moreno-Jiménez, Bernardo y Gallardo, Ismael y Valle, Carmen y Dierendonck, Dirk van (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*, 18(3), 572-577. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=727/72718337>

Echeburúa, E. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones Revista versión online*, 22(2), 92. <http://www.adicciones.es/index.php/adicciones/article/view/196>

García, L. (2015). *Tiempos Modernos: Redes Sociales y Ansiedad*. [Tesis de pregrado, Universidad de La Sabana]. Repositorio Universitario de La Sabana. <https://intellectum.unisabana.edu.co/handle/10818/27727>

- González Retuerto, Nerea y Estévez Gutiérrez, Ana (2017). EL APOYO SOCIAL PERCIBIDO MODERADOR ENTRE EL USO PROBLEMÁTICO DE INTERNET Y LA SINTOMATOLOGÍA DEPRESIVA EN JÓVENES ADULTOS. *Salud y drogas*, 17(1), 53-62. <https://www.redalyc.org/pdf/839/83949782006.pdf>
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2014). *METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN* (6^a ed., p. 5). McGraw-Hill.
<http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>
- Huanca, J. (2016). *Asociación entre las redes sociales de internet y trastorno de ansiedad en adolescentes de dos Academias Preuniversitarias de la Ciudad de Arequipa*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de San Agustín, Arequipa]. Repositorio Institucional UNSA. <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/3464>
- Keyes, C. L., Shmotkin, D., y Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: the empirical encounter of two traditions. *Journal of personality and social psychology*, 82(6), 1007-1022. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/12051575/>
- Landers, R. N. y Lounsbury, J. W. (2006). An investigation of Big Five and narrow personality traits in relation to Internet usage. *Computers in Human Behavior*, 22(2), 283-293.
<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0747563204001128#:~:text=Results%20indicated%20that%20total%20Internet,positively%20related%20to%20Tough-Mindedness.>
- Malo-Cerrato, S., Martín-Perpiña, M., y Viñas-Poch, F. (2018). Uso excesivo de redes sociales: Perfil psicosocial de adolescentes españoles. *Revista Científica de*

Comunicación y Educación Comunicar, XXVI(56). <https://doi.org/10.3916/C56-2018->

10

Martínez, P., y Cassaretto, M. (2011). Validación del Inventario de los Cinco Factores NEO-FFI en español en estudiantes universitarios peruanos. *Revista Mexicana de psicología*, 28(1), 63-74. <https://www.redalyc.org/pdf/2430/243029630006.pdf>

Muñoz, N., y Ramírez, S. (2016). Adicción a las redes sociales y personalidad, en adolescentes. *PsicoEducativa: Reflexiones Y Propuestas*, 2(4), 46-52. <https://psicoeducativa.iztacala.unam.mx/revista/index.php/rpsicoedu/article/view/32>.

Prensky, M. (2010). Nativos e Inmigrantes Digitales. *Institución Educativa SEK*. [https://www.marcprensky.com/writing/Prensky-NATIVOS%20E%20INMIGRANTES%20DIGITALES%20\(SEK\).pdf](https://www.marcprensky.com/writing/Prensky-NATIVOS%20E%20INMIGRANTES%20DIGITALES%20(SEK).pdf).

Puerta-Cortés, D. X., Carbonell, X. (2014). El modelo de los cinco grandes factores de personalidad y el uso problemático de Internet en jóvenes colombianos. *Adicciones*, 26(1), 54-61. <http://hdl.handle.net/2072/345786>

Sanchez, R., y Ledesma, R. (2007). Los Cinco Grandes Factores: ¿cómo entender la personalidad y cómo evaluarla?. *researchgate.net*. 131-160. https://www.researchgate.net/publication/33811357_Los_Cinco_Grandes_Factores_como_entender_la_personalidad_y_como_evaluarla.

Valerio, G. y Serna, R. (2018). Redes sociales y bienestar psicológico del estudiante universitario. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 20(3), 19-28. <https://doi.org/10.24320/redie.2018.20.3.1796>

Vázquez, C., Hervás, G., Rahona, J. J., y Gómez, D. (2009). Bienestar psicológico y salud: Aportaciones desde la Psicología Positiva. *Anuario de Psicología Clínica y de la Salud*, 5(1), 15-28. http://institucionales.us.es/apcs/doc/APCS_5_esp_15-28.pdf