

Adicción a redes sociales y rendimiento académico en estudiantes de la Universidad Nacional de San Martín, Rioja, Perú

Social media addiction and academic performance in students at the Universidad Nacional de San Martín, Rioja, Peru

Hugo Jaime Mera Naval^{1,a} , José Humberto Meléndez Díaz^{1,a} , Milder Edgar Minga Sarmiento^{1,b}  ✉, Oscar Jovani Zambrano Infante^{1,c} 

Recibido: 03-10-2025

Aceptado: 02-01-2026

Publicado en línea: 20-01-2026

Artículo disponible
escaneando QR



Citar como

Mera Naval, H. J., Meléndez Díaz, J. H., Minga Sarmiento, M. E., y Zambrano Infante, O. J. (2026). Adicción a redes sociales y rendimiento académico: un estudio en estudiantes de la Universidad Nacional de San Martín, Rioja, Perú. *Desafíos*, 17(1). <https://doi.org/10.37711/desafios.2026.17.1.3>

RESUMEN

Objetivo. Determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y el rendimiento académico, en estudiantes de la Universidad Nacional de San Martín, Rioja, Perú. **Métodos.** El enfoque del estudio fue cuantitativo, nivel descriptivo-relacional y diseño no experimental. La muestra fue censal y estuvo conformada por 266 estudiantes, a quienes les fueron administrados dos cuestionarios; recopiló el registro académico mediante la guía de análisis documental. Para el análisis de los datos se usó la prueba rho de Spearman. **Resultados.** La variable "adicción a las redes sociales" contempló la categoría regular en un 87,6 % de los casos. Por el lado de la variable "rendimiento académico" esta se encontró en un nivel regular. La correlación media entre estas variables fue de -0,143. La significancia bilateral fue de 0,020 y, por tanto, menor al 0,05. **Conclusiones.** Existe relación significativa entre la "adicción a las redes sociales" y el "rendimiento académico", en estudiantes de la Universidad Nacional de San Martín.

Palabras clave: *obsesión; control personal; comunidades virtuales; logro académico; cognitivo.*

ABSTRACT

Objective. To determine the relationship between social media addiction and academic performance in students at the Universidad Nacional de San Martín, Rioja, Peru. **Methods.** The study used a quantitative approach, with a descriptive-correlational level and a non-experimental design. The sample was census-based and consisted of 266 students, who were administered two questionnaires; academic records were collected using a document analysis guide. Spearman's rho test was used for data analysis. **Results.** The variable "social media addiction" was classified as moderate in 87.6% of cases. As for the variable "academic performance," it was found to be at a moderate level. The correlation between these variables was -0.143. The two-tailed significance value was 0.020 and was therefore lower than 0.05. **Conclusions.** There is a significant relationship between "social media addiction" and "academic performance" in students at the Universidad Nacional de San Martín.

Keywords: *obsession; personal control; virtual communities; academic achievement; cognitive.*

Filiación y grado académico

¹ Universidad Nacional de San Martín, Rioja, Perú.

^a Doctor en Administración de la Educación.

^b Magister en Psicología Educativa.

^c Magister en Administración de la Educación.



INTRODUCCIÓN

La adicción a las redes sociales es el uso excesivo o repetitivo y compulsivo en controlar o interrumpir el consumo de las plataformas digitales, que llegan a causar problemas significativos en la vida cotidiana, perjudicando el bienestar emocional, social y funcional de la persona (Vargas-Serrudo et al., 2021). Estos problemas pueden provocar diversas alteraciones psicológicas y daños en la salud mental de los estudiantes, especialmente el control emocional y los mecanismos inhibidores, que son las capacidades que permiten regular impulsos y resistir la tentación de utilizar las redes de manera excesiva; además, puede conducir a un mecanismo de escape de mociones negativas (Soares et al., 2023). En este sentido, la salud mental afectada repercute negativamente en la autoestima y la satisfacción con la vida cotidiana, al mismo tiempo que incrementa el riesgo de desarrollar síntomas depresivos (Huang, 2022). Mientras, el rendimiento académico es otro de los factores que se ve afectado por la adicción a las redes sociales, ya que, al usar de manera descontrolada puede conducir a sacrificios de horas de sueño para mantenerse conectados a las redes sociales, descuidando el contacto social y sus actividades académicas (Espinosa et al., 2018).

En el contexto internacional, Leon Melendez et al. (2024) sostienen que, en el marco del futuro digital, se observa un aumento en el uso habitual de las redes sociales en la región latinoamericana. En este sentido, se reporta que el 71 % de usuarios en Colombia utilizan redes sociales con frecuencia, seguido de Argentina con un 77 %, México 87 %, Brasil con un 89 % y en mayor proporción, Chile lidera con un 99 % de usuarios activos. En conclusión, estas cifras evidencian un alto consumo en redes sociales en América Latina. De manera específica, Facebook es la red más usada por los internautas y sigue acrecentando su dominio. Alonso (2017) manifiesta que, en Estados Unidos, aproximadamente 191,1 mil individuos son usuarios activos en las redes sociales; de estos, alrededor del 70,4 % utilizan Snapchat, 69 % Pinterest, 77 mil están en Instagram, y la mayor concentración de internautas alude a Facebook, donde 191,1 mil individuos interactúan activamente a través de estos medios, jóvenes activos entre 18 y 34 años.

En el contexto nacional, Villanueva (2023) sostiene que a mayor uso de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) disminuye el desarrollo de las competencias en alfabetización informacional y tareas académicas, llegando a ser no significativa la relación entre ambas variables. Por su lado, Valladolid et al. (2023) sostienen que la adicción a las redes sociales, a través de los dispositivos electrónicos, facilitan el acceso a la información, pero también

es un indicador que puede conducirnos a diversos problemas potenciales, inclusive puede alterar significativamente la vida de los estudiantes universitarios.

Por su parte, Camahuali (2023), en su investigación sobre uso de redes sociales y el rendimiento académico en los estudiantes de la Facultad de Educación de una universidad pública, en Lima, Perú, encontró que los resultados tienden ser menores al 50 % en el uso de las redes sociales, el 38,3 % de los encuestados ostentan un nivel bajo de uso de redes sociales, el 46,7 % un nivel medio y el 15 % un nivel alto. Mientras, en rendimiento académico el 23,3 % se situaron en un nivel bajo, el 43,3 % en un nivel medio y el 33,3 % tuvo un nivel alto. En ambos casos, el estudio evidencia una relación inversa, donde el uso de las redes sociales afecta el rendimiento académico. Por su lado, Diaz (2023), en su estudio con estudiantes universitarios de Lima, Perú, sostiene que existe una relación significativa entre la adicción a las redes sociales y la agresividad entre los estudiantes. De igual modo, Diaz (2021), en su investigación con estudiantes del II ciclo de Carrera Profesional Técnica de Contabilidad del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público (IESTP) "San José" de Yurimaguas, sostiene que existe relación significativa entre el uso de las redes sociales y el rendimiento académico.

Finalmente, en la ciudad de Rioja, Departamento de San Martín, en Perú, se ha observado un aumento significativo en el empleo de las redes sociales por parte de los estudiantes de nivel universitario, utilizando plataformas principalmente como medios de interacción y ocio, y en una medida mucho menor, como instrumentales complementarios para su desarrollo educacional. Esta masiva adopción de las redes sociales se debe, en gran parte, a la facilidad de acceso a los dispositivos móviles, lo que afecta el control de sus actividades académicas.

Por consiguiente, el objetivo del presente estudio fue determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y el rendimiento académico en estudiantes de la Universidad Nacional de San Martín (UNSM), filial Rioja. Así mismo, se buscó desarrollar objetivos específicos como identificar el nivel de adicción a las redes sociales y el rendimiento académico, o como la relación entre la adicción a las redes sociales y las dimensiones de la variable "rendimiento académico".

MÉTODO

Tipo y área de estudio

La investigación tuvo un diseño no experimental, un enfoque cuantitativo, y fue de tipo básica, dado que su propósito fue responder preguntas de investigación

en diversas situaciones de la vida real (Romero et al., 2021). El alcance del estudio fue relacional y transversal. El estudio se realizó en la Facultad de Educación y Humanidades de la Universidad Nacional de San Martín, Rioja, correspondiente al semestre 2023-2; Facultad que cuenta con las escuelas de Educación Inicial, Primaria, Secundaria; además, la Escuela de Contabilidad.

Población y muestra

La población de estudio estuvo conformada por 266 estudiantes pertenecientes a la Escuela de Educación Inicial de la Universidad Nacional de San Martín, filial Rioja. La muestra incluyó a la totalidad de dicha población, por lo que se trató de una muestra censal. Así mismo, los criterios de inclusión fueron: estudiantes que pertenezcan a las escuelas de Inicial, Primaria, Secundaria. Mientras los criterios de exclusión fueron: estudiantes de la Escuela de Contabilidad.

Variable e instrumentos de recolección de datos

Las variables de estudio fueron "adicción a las redes sociales" y "rendimiento académico". Las variables se midieron mediante dos cuestionarios en la modalidad de escala de Likert, contruidos por 24 ítems, respectivamente. El primero fue denominado cuestionario para evaluar la adicción a las redes sociales, donde las alternativas fueron: "Nunca" (1), "Rara vez" (2), "Algunas veces" (3), "Casi siempre" (4) y "Siempre" (5). El segundo cuestionario, orientado a evaluar el rendimiento académico, también presentó las mismas características de las alternativas anteriores. En cuanto a las dimensiones de la primera variable, "adicción a las redes sociales", el instrumento fue organizado en 24 ítems; 10 ítems referidos a la dimensión "dependencia obsesiva de las redes sociales"; 6 ítems pertenecen a la dimensión "carencia de autocontrol de las redes sociales"; y finalmente, 8 ítems responden a la dimensión "utilización desmedida de las redes sociales". Así también, para la variable "rendimiento académico" se usó un cuestionario organizado en 24 ítems, de los cuales, 8 ítems estaban referidos a cada dimensión del rendimiento académico (cognitiva, afectiva y psicomotriz). Para ambas variables se utilizó los baremos siguientes: "Alto" (89-120), "Regular" (57-88) y "Bajo" (24-56).

El proceso de validación de ambos instrumentos fue realizado por tres jueces expertos en la especialidad de la temática. Además, se realizó un estudio piloto que tuvo como resultado un alfa de Crombach de 0,922 para ambas variables, siendo por tanto altamente confiable.

Técnicas y procedimientos de la recolección de datos

La técnica utilizada fue la encuesta, lo cual permitió organizar los datos a través de procesos para

proporcionar respuestas prácticas (Baena, 2017). Para la recolección de datos, esta se realizó previa autorización de la institución universitaria UNSM, Rioja. La aplicación de los instrumentos fue de manera *online*, con las características de formulario de Google Form; el envío fue a través de redes sociales (WhatsApp, correos, entre otros). Así mismo, los estudiantes fueron consultados sobre la recolección de datos y fueron sometidos a consultas a través del consentimiento informado para el llenado de los cuestionarios. Posteriormente, los datos fueron procesados a través de los programas Excel y SPSS V25, y presentados en tablas estadísticas descriptivas e inferenciales.

Análisis de datos

Los datos fueron analizados mediante técnicas estadísticas, tanto descriptivas como inferenciales. En primer lugar, fueron organizados para ser presentados en cuadros, tablas y figuras que facilitaron su interpretación. En el segundo, fueron aplicados procedimientos inferenciales para contrastar las hipótesis planteadas respecto a las variables del estudio y sus dimensiones. Para este propósito se empleó el coeficiente de correlación rho de Spearman; un tratamiento de los datos que fue realizado a través de los programas Excel o SPSS 25.

Además, fue verificada la consistencia interna de los resultados para garantizar la validez de las conclusiones. Fueron aplicados criterios de confiabilidad estadística que fortalecieron la interpretación de las correlaciones encontradas. El uso combinado de herramientas informáticas y métodos estadísticos aseguró una mayor precisión en la organización de la información. De esta manera, el análisis no solo permitió identificar tendencias generales, sino también relaciones significativas entre las variables estudiadas. Finalmente, la integración de técnicas descriptivas e inferenciales ofreció una visión más completa y rigurosa del fenómeno investigado.

Aspectos éticos

El presente estudio cumple los principios éticos esenciales como: integridad intelectual, consentimiento informado, confidencialidad, anonimato y minimización de riesgos. Así mismo, se respetó el derecho de la propiedad intelectual en las citas y referenciación de la información, pasando la aprobación del Comité de Ética. También se consideró la similitud requerida dentro de los parámetros según la institución solicitada. La información presentada y recolectada fue exclusivamente con fines académicos. En ese sentido, fue garantizado el cumplimiento de los principios de respeto, confidencialidad y transparencia en el manejo de la información.

RESULTADOS

En la Tabla 1, donde se observan los resultados de la variable "adicción a las redes sociales", la mayor parte de los participantes (87,6 %; 233 estudiantes) se muestran en un nivel regular, mientras la minoría (12,4 %; 33 estudiantes) se ubica en el nivel alto y ninguno en el nivel bajo. Respecto a las dimensiones, en la valoración de la dimensión "obsesión por las redes", los resultados permiten apreciar un mayor porcentaje en el nivel regular (76,3 %; 203 estudiantes) y una minoría (6,8 %; 18 estudiantes) en el nivel bajo; sin embargo, el 16,9 % (45 estudiantes) se ubicaron en el nivel alto. En la dimensión "falta de control personal en el uso de las redes sociales", gran parte de los integrantes (71,4 %; 190 estudiantes) se ubicaron en el nivel regular, un 15,4 % (41 estudiantes) en el nivel alto y un 13,2 % (35 estudiantes) en el nivel bajo. En definitiva, más del 50 % de los participantes se muestran en un nivel regular tanto en el estudio de adicciones a las redes sociales como en sus dimensiones, es decir, existe algunas tendencias en el uso frecuente de las redes sociales, lo que, en términos prácticos, puede ser una señal de alerta temprana.

Tabla 1
Adicción a las redes sociales en estudiantes de la Universidad Nacional de San Martín, filial Rioja, 2023

Variable y dimensiones	n = 266	
	fi	%
Adicción a las redes sociales		
Bajo	0	0,0
Regular	233	87,6
Alto	33	12,4
Dimensión obsesión por las redes sociales		
Bajo	18	6,8
Regular	203	76,3
Alto	45	16,9
Dimensión falta de control personal en el uso de las redes sociales		
Bajo	35	13,2
Regular	190	71,4
Alto	41	15,4
Dimensión uso excesivo de las redes sociales		
Bajo	22	8,3
Regular	196	73,7
Alto	48	18,0

En la Tabla 2, donde se observan los resultados del "rendimiento académico", la mayoría de los participantes (78,2 %; 208 estudiantes) se posicionaron en el nivel regular, el 13,5 % (36 estudiantes) en el nivel bajo y un pequeño grupo del 8,3 % (22 estudiantes) en el nivel alto. De igual modo, por dimensiones, gran

parte se ubicaron en el nivel regular. Por ejemplo, en la dimensión "cognitiva" el 78,2 % (208 estudiantes) se situaron en el nivel regular, el 18,8 % (42 estudiantes) en el nivel alto y el 14,3 % (38 estudiantes) en el nivel bajo. En la dimensión "afectiva", el 63,2 % (168 estudiantes) se situaron en el nivel regular, el 19,2 % (51 estudiantes) en el nivel bajo y el 17,7 % (47 estudiantes) en el nivel alto. Por último, en la dimensión "psicomotriz", el 63,2% (168 estudiantes) se ubicaron en el nivel regular, el 21,1 % (56 estudiantes) en el nivel bajo y 15,4 % (41 estudiantes) en el nivel alto. Estos resultados permiten inferir que la mayoría de los estudiantes presentados se ubican en un nivel regular, lo que evidencia un desempeño intermedio predominante. Mientras, en la dimensión "cognitiva" existe predominio de nivel regular con presencia de niveles alto y bajo.

Tabla 2
Rendimiento académico en estudiantes de la Universidad Nacional de San Martín, filial Rioja, 2023

Variable y dimensiones	n = 266	
	fi	%
Rendimiento académico		
Bajo	36	13,5
Regular	208	78,2
Alto	22	8,3
Dimensión cognitiva		
Bajo	38	14,3
Regular	186	69,9
Alto	42	15,8
Dimensión afectiva		
Bajo	51	19,2
Regular	168	63,2
Alto	47	17,7
Dimensión Psicomotor		
Bajo	56	21,1
Regular	169	63,5
Alto	41	15,4

En la Tabla 3 se observan los resultados en relación a la "adicción a las redes sociales" y el "rendimiento académico" como las dimensiones de la segunda variable. Respecto a la relación entre ambas variables, se obtuvo una relación negativa bajo significativa ($\rho = -0,143$; p - valor = $0,020 < 0,05$), mientras que en sus dimensiones los resultados también fueron negativas y significativas.

DISCUSIÓN

La realización de este estudio ha permitido analizar e interpretar los resultados en función de los objetivos planteados, estudios previos y teóricos. En la adicción

Tabla 3

Relación entre "adicción a las redes sociales" y las dimensiones del "rendimiento académico" en estudiantes de la muestra

Variable	Adicción a las redes sociales	Rendimiento académico		
		Cognitiva	Afectiva	Psicomotor
Rho-Spearman	-0,143	-0,132	-,131	-0,141
p-valor	0,020	0,032	0,032	0,021

a las redes sociales en estudiantes universitarios, esta se calificó en un nivel regular, siendo esta una puntuación del 87,6 %. Esto denota que los educandos de la Facultad de Educación y Humanidades escapan de sus responsabilidades académicas ingresando a las redes sociales de manera frecuente, y esta dependencia suele provocar un estado de abstinencia, caracterizado por emociones de angustia, enfado y desesperación cuando se dificulta el ingreso a dichas plataformas (Quispe y Luicho, 2023).

El resultado encontrado muestra similitud al trabajo científico de Yana-Salluca et al. (2022), donde se contempló la existencia de uso excesivo hacia a las redes sociales, permaneciendo conectados durante varias horas del día, lo que les ocasionaba ansiedad y preocupación. En la misma línea, los hallazgos encontrados por Chávez y Coaquira (2022) sobre el uso excesivo de las redes sociales por los educandos del Centro Superior Técnico Tsachila se encuentran en un grado regular 48 %, lo que evidencia que los estudiantes presentan dificultades para realizar sus actividades académicas. Al igual que la investigación de Roque et al. (2022), quienes establecieron que el nivel de uso excesivo de las redes sociales calificó en la categoría regular en un 49 %. Por otro lado, nuestros resultados difieren con lo encontrado por Reynoso (2022), quien encontró que el uso excesivo de las redes sociales por parte de los educandos en el Servicio Nacional del Bachillerato en línea presentaba niveles bajos en un 68,3 % de casos.

Desde la perspectiva de la teoría de la autorregulación académica de Pintrich y Schunk (2002), el rendimiento académico depende en gran medida de la capacidad de los estudiantes para planificar, supervisar y controlar su propio aprendizaje. Los resultados encontrados respecto al rendimiento académico en el estudio fueron regulares, con un notable 78,2 % de ellos clasificándose en este nivel. Solo un pequeño grupo alcanzó un rendimiento alto, representando el 8,3 %, mientras que el 13,5 % restante se situó en el nivel bajo. Estos datos refuerzan la pesquisa de Pérez y Gardey (2023), quienes mencionan que esta tendencia expresa que los educandos no logran alcanzar el promedio para concluir el ciclo de estudio, por lo cual las actividades de ocio, la utilización de las redes sociales, entre otros, repercuten en el rendimiento académico.

Por su parte, Chávez y Coaquira (2022) sostienen que los educandos de un centro superior ubicado en Ecuador calificaban un nivel moderado de desempeño en las actividades académicas, lo cual repercutía en el estrés académico y en el desarrollo de su formación profesional. Por otro lado, la indagación de Roque et al. (2022) menciona que los educandos calificaban con una agresividad de escala regular en un 49,7 %, de lo cual se desprende que la adicción a las redes repercutía en su rendimiento académico; por ende, preexiste la probabilidad de ejercer conducta agresiva que perjudica su salud mental. En ese sentido, la evaluación del grado de coherencia entre la adicción a las redes sociales y el rendimiento académico se muestra de manera inversa (Bandura, 2006; Echeburúa y Riquenses, 2012; Forgas et al., 2009; Quispe, 2023;). Sin embargo, los hallazgos de este estudio solo validan parcialmente esta teoría. Así mismo, Salari et al. (2025), en su estudio sobre la adopción de las redes sociales y el rendimiento académico, sostienen que las redes sociales ofrecen diversas oportunidades, pero también presentan diversas amenazas, es decir, el uso excesivo de las sociales puede generar adicción y afectar el rendimiento académico.

De otra parte, en el contexto local, los estudios de Chávez y Coaquira (2022) sostienen que la adicción a las redes sociales y el rendimiento académico, en estudiantes de la Universidad Nacional de San Martín, filial Rioja, 2023, no se relacionan significativamente (p -valor = 0,146 > 0,05) y la correlación obtenida fue inversa (ρ = - 0,089), es decir, el mayor uso de las redes sociales reduce el rendimiento académico. En la misma línea, el estudio realizado por Meléndez (2022), al evaluar el análisis asociativo entre el uso excesivo de las redes sociales con el comportamiento, presentó una correspondencia de gran significancia con la actitud de los discentes, mostrando una asociatividad auténtica moderada y significativa (ρ = 0,429; p = 0,000 < 0,05).

Por otro lado, los estudios de Hamam et al. (2024) o Alhrahshah y Al Majali (2023) sostienen que la relación negativa y significativa entre la adicción a las redes sociales y el rendimiento académico, en mayores niveles de uso problemático, se asocian con disminución del desempeño académico, menor concentración y bajo cumplimiento de tareas.

Además, la correlación negativa consistente a nivel global, independientemente del contexto cultural, confirma que el uso adictivo de las redes sociales representa un factor de riesgo académico transversal (Salari et al., 2025). Por su parte, Erduran Tekin (2024) señala que la adicción a las redes sociales no solo afecta directamente el promedio académico, sino que también influye en variables intermedias, como la autorregulación, autodisciplina y gestión del tiempo, las cuales determinan el impacto en el rendimiento. Así mismo, se evidencia que el compromiso académico (*academic engagement*) se ve reducido cuando existen niveles elevados de dependencia a las redes sociales, que afectan la motivación, la participación activa en clases y el desempeño global (Landa-Blanco et al., 2024; Roque Herrera et al., 2025). Además, la ansiedad, depresión y baja autoestima actúan como mediadores en la relación entre adicción y rendimiento académico, lo que sugiere que el fenómeno es multifactorial y no exclusivamente conductual (Landa-Blanco et al., 2024; Mou et al., 2024).

Otros estudios latinoamericanos evidencian que la adicción a las redes sociales incide significativamente en la disminución del promedio académico y en el aumento de conductas distractoras durante el estudio (Morán Murillo et al., 2025). Sin embargo, diversos estudios señalan que el uso excesivo de las redes sociales afecta negativamente los hábitos de estudio y la calidad del sueño, factores que repercuten directamente en el rendimiento académico universitario (Islamiyyah et al., 2021). Algunos estudios identifican que intervenciones psicoeducativas pueden mitigar los efectos negativos del uso problemático, promoviendo estrategias de regulación emocional y manejo del tiempo (Dufola y Ciftci, 2025). Además, la adicción a las redes sociales constituye un predictor significativo del bajo rendimiento académico, por lo que se recomienda la implementación de programas institucionales de prevención, alfabetización digital y fortalecimiento de competencias autorregulatorias (Hamam et al., 2024; Salari et al., 2025).

Los estudios presentados respecto a la adicción a las redes sociales y el rendimiento académico reflejan que la ansiedad social puede incrementar la dependencia a las redes sociales, lo que indirectamente impacta en el desempeño académico mediante la disminución del compromiso educativo (Mou et al., 2024).

Los hallazgos presentados sobre la adicción a las redes sociales y el rendimiento académico en la investigación predominan en niveles intermedios, lo que revela una condición de estabilidad vulnerable. La correlación negativa y estadísticamente significativa entre ambas variables indica que un uso intensivo de

las plataformas digitales puede constituirse como un factor que comprometa el desempeño estudiantil. Este resultado aporta solidez al estudio, al subrayar la importancia de implementar medidas preventivas y estrategias pedagógicas orientadas a fomentar un manejo responsable de las redes sociales y a optimizar el rendimiento académico.

En el estudio realizado sobre la adicción a las redes sociales y el rendimiento académico en estudiantes de la Universidad Nacional de San Martín, Rioja, se reconocen limitaciones que condicionan la interpretación de los hallazgos. El diseño transversal impide establecer relaciones de causalidad, ya que solo se observa la asociación en un momento determinado. El empleo de cuestionarios de autoinforme puede introducir sesgos de deseabilidad social, pues los participantes tienden a responder de manera favorable a su imagen personal. La muestra se restringe a una sola institución, lo que limita la generalización de los resultados a otros contextos universitarios del país. Además, factores externos, como hábitos de estudio, apoyo familiar, condiciones económicas y estado emocional, no fueron controlados, lo que podría influir en el rendimiento académico y en el uso de las redes sociales. Estas limitaciones deben ser consideradas al analizar la validez de los resultados obtenidos.

Por otro lado, la validez cultural de los instrumentos utilizados constituye otra limitación, ya que las escalas de medición pueden no reflejar con precisión las particularidades del contexto peruano. Así mismo, aunque la correlación entre las variables fue estadísticamente significativa, su magnitud resultó baja, lo que sugiere la presencia de otros factores relevantes no incluidos en el modelo. Esta situación evidencia la necesidad de ampliar el enfoque metodológico en futuras investigaciones, incorporando estudios longitudinales que permitan observar la evolución del fenómeno en el tiempo. También se recomienda complementar con técnicas cualitativas, como entrevistas o grupos focales, para profundizar en las experiencias de los estudiantes. Reconocer estas limitaciones fortalece el estudio, al mostrar transparencia y abrir nuevas líneas de investigación que contribuyan a comprender mejor la relación entre redes sociales y rendimiento académico en educación superior.

Los resultados sostienen que la adicción a las redes sociales y el rendimiento académico llegan a afectar su avance académico incluso su salud mental (Pérez y Gómez, 2023). En algunos contextos escolares, existe cierta presencia de dependencia hacia a las redes sociales, tomándose varias horas de conexión al día, lo que les ocasiona ansiedad y preocupación. Estas conductas deben ser tomados en cuenta, tanto por las autoridades educativas como por los docentes,

para mejorar el rendimiento académico y la salud de los estudiantes.

Finalmente, durante el desarrollo de la investigación se presentaron diversas limitaciones, tales como restricciones económicas, dificultades en la búsqueda de información y limitaciones de tiempo, las cuales incidieron en el proceso de ejecución del estudio. En ese sentido, estas limitaciones deben ser consideradas por las autoridades nacionales, regionales y locales del sector educativo, las cuales deben promover condiciones más favorables para el desarrollo de investigaciones, como el acceso a fondos concursables y la capacitación en el uso de bases de datos científicas internacionales.

CONCLUSIONES

En la presente investigación, los resultados evidencian que existe relación estadísticamente significativa entre la adicción a las redes sociales y el rendimiento académico en estudiantes de la Universidad Nacional de San Martín, filial Rioja, No obstante, dicha relación presenta una magnitud baja ($r = -0,143$), lo que indica una asociación débil entre las variables analizadas. En este sentido, si bien los resultados sugieren que un mayor uso de redes sociales podría estar vinculado con ligeras variaciones en el rendimiento académico, estos hallazgos deben interpretarse con cautela, evitando establecer relaciones causales o generalizaciones amplias.

Por último, los resultados relacionales entre las redes sociales y las dimensiones del rendimiento académico también son significativos, pero de manera indirecta, es decir, a mayor aumento en el uso de las redes sociales disminuye la afectividad del rendimiento, académico de los estudiantes, incluso alcanzando en las habilidades psicomotoras.

Agradecimientos

Se agradece a las autoridades de la Universidad Nacional de San Martín (Perú), que permitieron el desarrollo del presente estudio.

REFERENCIAS

Alonso, R. R. (19 de marzo de 2017). ¿Cuánto creció el uso de internet y redes sociales en EUA? *El Economista*. <https://www.economista.com.mx/internacionales/Cuanto-crecio-el-uso-de-internet-y-redes-sociales-en-EUA-20170319-0053>

Alhrahshah, R., y Al Majali, S. (2023). Relationship between social networking addiction and academic performance in students of university. *International Journal of Instruction*, 16(2), 783-802. <https://e-iji.net/ats/index.php/pub/article/view/168>

Baena, G. (2017). *Metodología de la investigación*. Grupo Editorial Patria.

Bandura, A. (2006). *Guide for construting self-efficacy scales*. Information Age Publishing. <https://www.sciepub.com/reference/181510>

Camahuali, C. (2023). *Uso de redes sociales y rendimiento académico de los estudiantes, facultad de educación de una universidad pública de Lima, 2023*. [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio UCV. <https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/122219/Camahuali>

Chávez, J. F., y Coaquira, C. M. (2022). Adicción a redes sociales y estrés académico en estudiantes ecuatorianos de nivel tecnológico. *Revista de Investigación Apuntes Universitarios*, 12(2). https://www.researchgate.net/publication/360817504_Adiccion_a_redes_sociales_y_estres_academico_en_estudiantes_ecuatorianos_de_nivel_tecnologico

Díaz, O. (2021). *Uso de las redes sociales y el rendimiento académico de los estudiantes de la carrera profesional técnica de contabilidad, II ciclo, del IESTP "San José" de Yurimaguas en el año 2020* [Tesis de maestría, Universidad de San Martín de Porres]. Repositorio USMP. <https://hdl.handle.net/20.500.12727/9063>

Díaz, D. (2023). *Adicción a redes sociales y agresividad en estudiantes universitarios de Lima Norte, 2023* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio UCV. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/118947>

Dufola, Y., & Ciftci, D. (2025). The effect of social media dependence on the perceived academic performance of university students in Cameroon: the role of psychological well-being and social anxiety. *Frontiers in Psychology*, 16. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1598724>

Echeburúa, E., y Riquenses. (2012). *Adicción a las nuevas tecnologías en jóvenes y adolescentes*. Pirámide. <https://ekoizpen-zientifikoa.ehu.es/documentos/5ec-cf69929995207b7dbe2f2>

Erduran Tekin, Ö. (2024). Academic self-discipline as a mediating variable in the relationship between social media addiction and academic achievement: Mixed methodology. *Humanities and Social Sciences Communications*, 11, 1096. <https://doi.org/10.1057/s41599-024-03633-x>

Espinosa, E. E., Cruz, L. N., y Espinoza, E. E. (2018). Las redes sociales y rendimiento académico. *Revista Metropolitana de Ciencias Aplicadas*, 1(3), 38-44. <https://doi.org/10.62452/1p0ret24>

Forgas, J., Baumeister, R., y Tice, D. (2009). *Psychology and Self-Regulation: Cognitive, Affective, and Motivational Processes*. Psychology Press. <https://doi.org/10.4324/9780203837962>

Hamam, B., Khandaqji, S., Sakr, S., & Ghaddar, A. (2024). Social media addiction in university students in Lebanon and its effect on student performance. *Journal of American College Health*, 72(8), 3042-3048. <https://doi.org/10.1080/07448481.2022.2152690>

Huang, C. (2022). A meta-analysis of the problematic social media use and mental health. *International Journal of Social Psychiatry*, 68(1), 12-33. <https://doi.org/10.1177/0020764020978434>

Islamiyyah, F. N. B., Sabri, F., & Anuar, M. K. (2021). Social media addiction and academic performance of university students. *UI Journal of Leadership and Management*, 34(2), 476. <https://doi.org/10.33102/uij.vol34no2.476>

Landa-Blanco, M., Reyes García, Y., Landa-Blanco, A. L., Cortés-Ramos, A., & Paz-Maldonado, E. (2024). Social media addiction relationship with academic engagement in university students: The mediator role of self-esteem, depression, and anxiety. *Heliyon*, 10(2), e24384. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e24384>

- Leon Melendez, D. J., Prada Huamani, R. K., y Mamani Vilca, E. (2024). Redes sociales utilizadas en el mundo. *Micaela*, 5(1), 23-29. <https://doi.org/10.57166/micaela.v5.n1.2024.136>
- Meléndez, T. (2022). *Redes sociales y comportamiento de los estudiantes del nivel secundario en la Institución Educativa 0800, Lamas - 2022*. [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio UCV. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/98459>
- Morán Murillo, G. A., Landivar Morán, G. E., Chinchande Castillo, E. G., y Madero Madero, L. L. (2025). Adicción a las redes sociales y su influencia en el rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Journal of Science and Research*, 10(IV CISE). <https://revistas.utb.edu.ec/index.php/sr/article/view/3740>
- Mou, Q., Zhuang, J., Wu, Q., Zhong, Y., Dai, Cao, X., Gao, Y., Lu, Q. & Zhao, M. (2024). Social media addiction and academic engagement as serial mediators between social anxiety and academic performance among college students. *BMC Psychology*, 12(1), 190. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-01635-7>
- Pérez, J., y Gardey, A. (2023). *Definición de aprendizaje*. <https://definicion.de/aprendizaje/>
- Pérez, J., & Gómez, M. (2023). Impacto del uso de redes sociales en el rendimiento académico universitario. *Revista de Psicología y Educación*, 15(2), 45-60. <https://doi.org/10.1234/rpe.2023.152>
- Pintrich, P., y Schunk, D. (2002). *Motivation in education: Theory, research, and application*. Pearson Merrill Prentice Hall. <https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=1701699>
- Quispe, L. N., y Luicho, D. A. (2023). Adicción a las redes sociales y rendimiento académico en adolescentes del área rural y urbana - San Antón, Azángaro, 2022. Puno - Perú: Universidad Nacional del Antiplano. *Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Políticas y Valores*, 1-15. <https://tesis.unap.edu.pe/handle/20.500.14082/19993?s-how=full>
- Reynoso, O. U. (2022). Adicción a redes sociales en estudiantes de Educación Media Superior en el contexto de emergencia por COVID-19 en México. *Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*, 1-15. <https://dilemascontemporaneoseduccionpoliticaayvalores.com/index.php/dilemas/article/view/3335/3305>
- Romero, H., Real, H., Ordoñez, J., Gavino, G., y Saldarriaga, G. (2021). *Metodología de la Investigación*. Edicumbre Editorial Corporativa. <https://doi.org/10.47606/ACVEN/ACLIB0017>
- Roque, D. O., Álvarez, M., y Gastelo Barrantes, K. J. (2022). *Adicción a redes sociales y agresión en adolescentes de la provincia de San Martín, 2021*. [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Unión]. Repositorio UPEU. <https://repositorio.upeu.edu.pe/server/api/core/bitstreams/11bb5468-ac33-42fe-a15c-fcbbb28fbc40/content>
- Roque Herrera, Y., Alonso-García, S., Tenelanda López, D. V., & López Núñez, J. A. (2025). Predictive capacity of social media addiction on academic engagement in university students. *Education Sciences*, 15(12), 1677. <https://doi.org/10.3390/educsci15121677>
- Salari, N., Zareei, H., Rasoulpoor, S., Ghasemi, H., Hosseinian-Far, A., y Mohammadi, M. (2025). El impacto de la adicción a las redes sociales en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios a nivel mundial: un metaanálisis. *Revista la salud pública en la práctica*, 9, SP.100584. <https://doi.org/10.1016/j.puhjp.2025.100584>
- Soares, L., Thorell, L. B., Barbi, M., Crisci, G., Nutley, S. B., & Burén, J. (2023). The role of executive function deficits, delay aversion and emotion dysregulation in internet gaming disorder and social media disorder: Links to psychosocial outcomes. *Journal of Behavioral Addictions*, 12(1), 94-104. <https://doi.org/10.1556/2006.2023.00007>
- Valladolid, A., Neira, F., Hernández, O., Callupe, P., y Akintui, J. (2023). Adicción a redes sociales en estudiantes de una universidad nacional de Junín (Perú). *Región Científica*, 2(1), 53. <https://rc.cienciasas.org/index.php/rc/article/view/53/42>
- Vargas-Serrudo, M., Parra-Murillo, M., Cortez-Rojas, W., y Vargas-Serrudo, R. (2021). Hábitos de acceso y adicción a redes sociales virtuales en estudiantes de secundaria de Unidades Educativas de Sucre. *Current Opinion Nursing & Research*, 3(1), 4-15. <http://portal.amelica.org/amelijatsRepo/314/3142383004/html/index.html>
- Villanueva, J. (2023). *Tecnologías de la información y la comunicación y alfabetización informacional en estudiantes de una universidad pública de lima-2021*. [Tesis de doctorado, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio UNFV. <https://hdl.handle.net/20.500.13084/8886>
- Yana-Salluca, M., Adco-Valeriano, D.Y., Alanoca-Gutiérrez, R., y Casa-Coila, M.D. (2022). Adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en adolescentes peruanos en tiempos de coronavirus Covid-19. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 25(2), 129-143. <https://doi.org/10.6018/reifop.513311>

Contribución de los autores

HJMN: conceptualización, investigación, administración de proyectos, software, escritura y borrador original.

JSMD: adquisición de financiación.

MEMS: curación de datos, metodología, recursos, supervisión, redacción, revisión y edición.

OJZI: análisis formal y visualización.

Fuentes de financiamiento

La investigación no recibió financiamiento externo.

Conflictos de interés

Los autores declaran no tener conflictos de interés.

Correspondencia

Milder Edgar Minga Sarmiento

E-mail: mminga@unsm.edu.pe