










Adicción a internet en estudiantes

de una universidad privada peruana durante la pandemia por COVID-19

Internet addiction in students at a Peruvian private university during the COVID-19 pandemic

-  Edwin G. Estrada Araoz*, Doctor en Educación, Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios, Perú. Email: edwin5721@outlook.com
-  Jimmy N. Paricahua Peralta, Doctor en Educación, Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios, Perú. Email: jparicahua@unamad.edu.pe
-  Libertad Velásquez Giersch, Magíster en Gestión Pública, Universidad Andina del Cusco, Perú. Email: lvelasquezg@uandina.edu.pe
-  Yolanda Paredes Valverde, Doctora en Educación, Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios, Perú. Email: yovapel@yahoo.es
-  Rosel Quispe Herrera, Doctora en Educación, Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios, Perú. Email: roquihe@yahoo.es
-  Marilú Farfán Latorre, Doctora en Educación, Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios, Perú. Email: mfarfan@unamad.edu.pe
-  William Gerardo Lavilla Condori, Doctor en Educación, Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios, Perú. Email: [wlvilla@unamad.edu.pe](mailto:wlavilla@unamad.edu.pe)
-  Miguel Ángel Puma Sacsi, Magíster en Gestión Pública, Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios, Perú. Email: pumaabg@gmail.com
-  Mabeli C. Zuloaga Araoz, Licenciada en Educación, Escuela de Educación Superior Pedagógico Público Santa Rosa, Perú. Email: clau.zuar2402@gmail.com

*Edwin Gustavo Estrada Araoz. E-mail: edwin5721@outlook.com

Los autores declaramos que la investigación fue autofinanciada y no tenemos conflicto de intereses.

Received/Recibido: 01/26/2021 Accepted/Aceptado: 04/15/2022 Published/Publicado: 05/25/2022 DOI: <http://doi.org/10.5281/zenodo.6944934>

Resumen

La pandemia por COVID-19 y la propagación acelerada del virus SARS-CoV-2 ha provocado que los gobiernos decreten el aislamiento social obligatorio en muchos países, ocasionando que las personas modifiquen sus hábitos, entre los cuales destaca el tiempo de conexión a internet. Si bien el internet viene brindando valiosas oportunidades en aspectos científicos, comunicativos y sociales a la sociedad, su uso inapropiado y extremo, en su mayoría con fines recreativos, es una grave amenaza para la salud y el bienestar de la población, especialmente, para los jóvenes. Por ello, la presente investigación tuvo como objetivo analizar la adicción a internet (AI) en los estudiantes de pregrado de una universidad privada peruana durante la pandemia por COVID-19. El enfoque fue cuantitativo, el diseño, no experimental y el tipo, descriptivo de corte transeccional. La muestra estuvo conformada por 265 estudiantes y el instrumento utilizado

para la recolección de datos fue la Escala de Adicción a Internet de Lima, el cual contaba con una adecuada validez y confiabilidad. Los resultados indican que el 43,4% de los estudiantes presentaron niveles moderados de AI, caracterizados principalmente porque dedicaban más tiempo a internet de lo que pretendían, luego de haberse desconectado sentían que querían seguir conectados a internet y llegaron a tener problemas en la universidad por dichas conductas. Se concluyó que el nivel predominante de AI en los estudiantes era moderado y que algunas variables sociodemográficas y académicas como el sexo, el grupo etario, el tiempo de conexión, así como el rendimiento académico anterior se asociaban de manera significativa a dicha trastorno ($p < 0,05$).

Palabras clave: Adicción a internet, estudiantes, universidad, COVID-19.

Abstract

The COVID-19 pandemic and the accelerated spread of the SARS-CoV-2 virus have caused governments to decree mandatory social isolation in many countries, causing people to change their habits, among which the time spent on the Internet stands out. Although the Internet has provided valuable opportunities in scientific, communicative, and social

aspects of society, its inappropriate and extreme use, mostly for recreational purposes, is a serious threat to the health and well-being of the population, especially children. youths. Therefore, this research aimed to analyze internet addiction (IA) in undergraduate students at a private Peruvian university during the COVID-19 pandemic. The approach was quan-

titative, the design was non-experimental, and the type was descriptive of transectional cut. The sample consisted of 265 students and the instrument used for data collection was the Lima Internet Addiction Scale, which had adequate validity and reliability. The results indicate that 43.4% of the students presented moderate levels of IA, characterized mainly by the fact that they spent more time on the Internet than they intended, after having disconnected they felt that they wanted to continue connected to the Internet and they came to have problems in the university for such conduct. It was concluded that the predominant level of IA in students was moderate and that some sociodemographic and academic variables such as gender, age group, connection time, as well as previous academic performance were significantly associated with the said disorder ($p < 0.05$).

Keywords: Internet addiction, students, university, COVID-19.

Introducción

La pandemia por COVID-19 ha generado una serie de repercusiones desde todo tipo de perspectiva, entre las que destacan el aislamiento social obligatorio y, en el ámbito educativo, la migración de la educación presencial a la educación virtual¹. Ello a su vez cambió abruptamente los hábitos y estilos de vida de las personas, ya que tuvieron que permanecer conectados a internet para responder a las demandas académicas propias de este contexto de emergencia sanitaria, así como de socialización y entretenimiento².

Lo expuesto se vio reflejado en los resultados de la Encuesta Nacional de Hogares³ realizada el año 2021, donde se determinó que el 66,8% de la población de seis a más años podía acceder a internet. Asimismo, se halló que el 89,6%, 80,5% y 79,2% de la población de 19 a 24 años, de 25 a 40 años y de 12 a 18 años, respectivamente, eran los mayores usuarios de Internet. Por otro lado, se pudo conocer que, en el primer trimestre de dicho año, el 86,6% de la población peruana hacía un uso diario de internet, principalmente para comunicarse, obtener información y realizar actividades de entretenimiento³.

Sin embargo, el permanecer conectados de manera continua a internet podría desencadenar en la AI, un problema bastante recurrente en la actualidad debido a la pandemia, tal como se explicó. Dicha adicción también es conocida como o el uso patológico/compulsivo de internet, que se caracteriza por una pérdida de control sobre el tiempo que pasan en línea, un deseo obsesivo por realizar diversos tipos de actividades en internet, que a menudo se convierte en el catalizador para la formación de una amplia gama de problemas psicosociales y psicosomáticos⁴. Aunque aún no ha sido considerada en el Manual Diagnóstico y Estadístico de Trastornos Mentales DSM-V, la AI es en la actualidad un problema de salud pública que afecta principalmente a los adolescentes y jóvenes⁵.

A pesar de que la definición común y los criterios de diagnóstico de la AI están continuamente en debate, los psicólogos

y psiquiatras han acordado cuatro componentes esenciales para dicho diagnóstico^{6,7} que se describen en la Tabla 1.

Tabla 1. Componentes para diagnosticar la adicción a internet.

Componentes	Descripción
Uso excesivo de internet	Asociado al esfuerzo compulsivo por el uso de internet, creciente importancia de internet en el sistema de valores de las personas.
Síntomas de abstinencia	Tiene que ver con los cambios de humor (síntoma de abstinencia) cuando internet no está disponible (ira, depresión y ansiedad).
Tolerancia	Relacionada con la necesidad de pasar más tiempo en internet, ejemplificado por la necesidad de un mayor uso de internet para aliviar los síntomas emocionales negativos.
Consecuencias negativas	Participación excesiva en el uso de Internet, contrario a los resultados psicosociales negativos; pérdida de pasatiempos y entretenimientos anteriores como resultado de dicho compromiso; pérdida de relaciones sociales y oportunidades educativas y deportivas, peleas y mentiras, recaída y fallo de autocontrol en relación con el uso de internet.

Los factores psicológicos y ambientales que podrían hacerlos fácilmente vulnerables a la AI serían el acceso gratuito a internet que ofrecen las universidades, el tiempo libre que los estudiantes tienen, que se encuentren fuera del control de sus padres por primera vez, que tengan problemas adaptativos a la vida universitaria, tener nuevos amigos, con los cuales se comunicarán haciendo uso, precisamente, de internet, sentir curiosidad por aprender a utilizar aplicaciones tecnológicas y jugar de manera *online*⁸. La AI en la adolescencia y la juventud puede tener múltiples impactos negativos, incluidos problemas cognitivos, soledad, problemas familiares y de relaciones interpersonales pobres, bajo rendimiento escolar, baja autoestima, falta de cuidado personal, depresión, ansiedad, estrés y obesidad⁹.

Durante la pandemia se realizaron diversas investigaciones que analizaron la prevalencia de la AI y determinaron que era moderada, sin embargo, a comparación de años previos, se había incrementado notablemente^{10,11}. Del mismo modo, se analizó los factores que determinaban los niveles de AI y se estableció que los varones^{12,13}, que se encontraban en la adolescencia y juventud¹⁴⁻¹⁶, que pasaban más tiempo conectados^{17,18} y que tenían un rendimiento académico regular o deficiente¹⁹⁻²¹ tenían mayor probabilidad de padecer de dicho trastorno.

Por los anterior, el objetivo de la presente investigación fue analizar la AI en los estudiantes de pregrado de una universidad privada peruana durante la pandemia por COVID-19.

Diseño

La investigación se caracterizó por tener un enfoque cuantitativo, ya que se basó en la medición numérica, partiendo de la recolección y análisis de datos, con el propósito de determinar con precisión patrones de comportamiento de una población²². Respecto al diseño, fue no experimental, puesto que no se manipuló la variable AI, solo fueron observadas²³. En cuanto al tipo, fue descriptivo de corte transeccional debido a que se realizó el análisis de las características de la variable de estudio y porque el proceso de recolección de datos se realizó en un solo momento, respectivamente²⁴.

Población y muestra

La población de estudio estuvo conformada por 850 estudiantes de pregrado de las carreras profesionales de Administración, Contabilidad y Derecho de la filial de una universidad privada de la ciudad de Puerto Maldonado (Perú) y la muestra fue constituida por 265 estudiantes, cantidad que se determinó mediante un muestreo probabilístico estratificado con un nivel de confianza del 95% y un nivel de significancia del 5%. En la Tabla 2 se puede ver que hubo mayor participación de estudiantes mujeres, cuyas edades fluctuaban entre los 16 y 20 años, que pertenecían a la carrera profesional de Contabilidad, que se conectaban a internet entre 5 y 6 horas al día (no se consideró el tiempo de conexión a las clases virtuales), que tuvieron un rendimiento regular el ciclo anterior y cuyo nivel socioeconómico era medio.

Tabla 2. Características sociodemográficas y académicas de la muestra.

Variables sociodemográficas y académicas		n= 265	%
Sexo	Masculino	101	38,1
	Femenino	164	61,9
Grupo etario	Entre 16 y 20 años	155	58,5
	Entre 21 y 25 años	71	26,8
	Entre 26 y 30 años	27	10,2
	Entre 31 a más años	12	4,5
Carrera profesional	Administración	81	30,6
	Contabilidad	96	36,2
	Derecho	88	33,2
Tiempo de conexión a internet al día	Entre 1 y 2 horas al día	36	13,6
	Entre 3 y 4 horas al día	66	24,9
	Entre 5 y 6 horas al día	93	35,1
	Más de 6 horas al día	70	26,4
Rendimiento académico anterior	Bueno	136	51,3
	Regular	112	42,3
	Deficiente	17	6,4
Nivel socioeconómico	Alto	99	37,4
	Medio	131	49,4
	Bajo	35	13,2

Técnica e instrumentos

La técnica utilizada fue la encuesta, mientras que el instrumento de recolección de datos fue la Escala de Adicción a Internet de Lima (EAIL)²⁵. La mencionada escala consta de 11 ítems de tipo Likert (muy rara vez, rara vez, a menudo y siempre) estructurados en 2 dimensiones: características sintomatológicas (ítems del 1 al 8) y características disfuncionales (ítems del 9 al 11). Sus propiedades psicométricas fueron obtenidas a través del proceso de validez basada en el contenido y confiabilidad. En ese sentido, se determinó, mediante la técnica de juicio de expertos, que el instrumento presentaba un adecuado nivel de validez (V de Aiken= 0,844). Por otro lado, se determinó que también tenía un adecuado nivel de confiabilidad (α = 0,864).

Procedimiento

El proceso de recolección de datos se realizó en el mes de noviembre del año 2021, para lo cual se solicitó la autorización de las autoridades universitarias correspondientes. Posteriormente, se contactó a los estudiantes mediante sus correos electrónicos para indicarles el propósito de la investigación y compartirles el enlace del instrumento, el cual fue estructurado en el formulario de Google®. Después, los estudiantes accedieron al mencionado aplicativo, leyeron las precisiones, dieron su consentimiento y procedieron a responder los ítems, cuya duración aproximada fue de 15 minutos. El acceso al formulario fue cerrado al recibir las 265 respuestas y después fueron consolidadas en una base de datos para proceder a calificarlas según su escala de valoración.

Análisis de datos

El análisis estadístico se realizó a través del uso de tablas y figuras que fueron obtenidas previo uso del Software SPSS® V.25. Del mismo modo, es importante mencionar que los resultados inferenciales se obtuvieron mediante el uso del estadístico no paramétrico Chi Cuadrado (X^2) debido a que también se buscó conocer si los niveles de AI se asociaban de manera significativa con las variables sociodemográficas y académicas preestablecidas.

Resultados

En la Tabla 3 se observa que el 43,4% de los estudiantes presentaron niveles moderados de AI, el 35,1% tenían niveles leves mientras que el 21,5% evidenciaron altos niveles. La información descrita quiere decir que los estudiantes se caracterizan por conectarse de manera regular a internet, desde una computadora, laptop o smartphone, lo cual provocaría dependencia y el desarrollo de conductas disfuncionales, afectando además el normal desarrollo de sus responsabilidades.

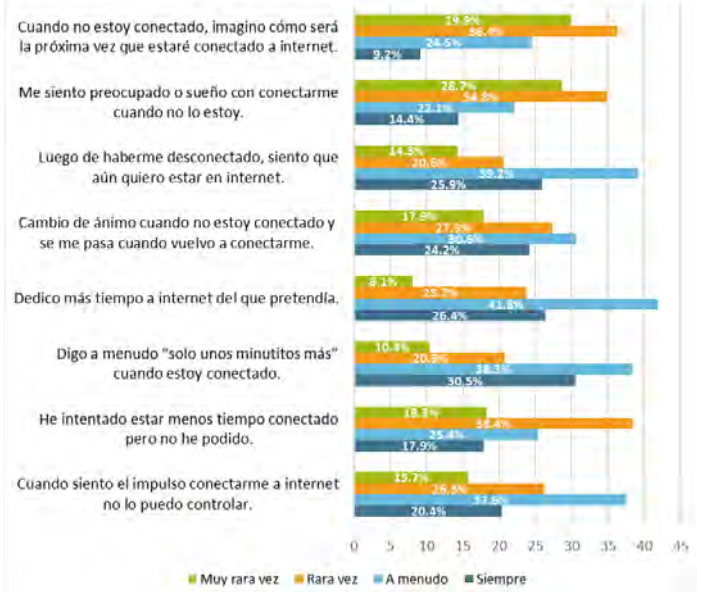
Respecto a las dimensiones de la AI, se identificó que, en las características sintomatológicas, el nivel predominante también fue moderado, con un 39,2%, seguido del nivel leve, con un 38,5% y, por último, el nivel alto, con un 22,3% (Tabla 3). Lo expuesto quiere decir que la continua conexión a internet estaría provocando una serie de síntomas que afectarían no solo su bienestar psicológico, sino además su calidad de vida. Con relación a la dimensión características disfuncionales, se puede ver que el nivel predominante fue el moderado, con un 46,4%, seguido por el nivel leve, con un 29,4% y, por último, el nivel alto, con un 24,2%. Estos datos indican que algunos estudiantes estarían descuidando y poniendo en riesgo la concreción de las actividades que venían realizando debido a que dan más importancia a estar conectados.

Tabla 3. Resultados descriptivos de la variable adicción a internet y sus dimensiones.

Niveles	Adicción a internet		Características sintomatológicas		Características disfuncionales	
	n	%	n	%	n	%
Leve	93	35,1	102	38,5	78	29,4
Moderado	115	43,4	104	39,2	123	46,4
Alto	57	21,5	59	22,3	64	24,2

En la figura 1 se puede ver el análisis descriptivo de la dimensión características sintomatológicas. En ese sentido, se observa que las prácticas adictivas más recurrentes fueron: dedicar dedicaban más tiempo a internet de lo que pretendían, decir a menudo "solo unos minutitos más" cuando se encuentran conectados y sentir, luego de haberse desconectado, que querían seguir conectados a internet. No obstante, las acciones menos frecuentes fueron: imaginar cómo será la próxima vez que se conecten a internet y sentirse preocupado o soñar con conectarse cuando no lo están.

Figura 1. Descripción de los ítems de la dimensión características sintomatológicas.



En la figura 2 se realizó el análisis descriptivo de la dimensión características disfuncionales. Así pues, se observa que los estudiantes se caracterizaron por tener problemas en la universidad debido al continuo acceso a internet y, por otro lado, descuidar las responsabilidades domésticas. Sin embargo, la práctica menos frecuente fue llegar a perder clases por estar en conectado a internet realizando otras actividades.

Figura 2. Descripción de los ítems de la dimensión características disfuncionales.

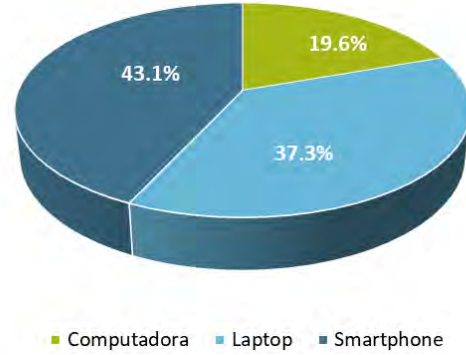


En la figura 3 se observan las principales actividades que realizan los estudiantes cuando se encuentran conectados a internet. Así, el 40,7% de ellos indicaron que accedían a redes sociales, el 36,3% señalaron que conectaban para buscar información y realizar sus responsabilidades académicas, el 12,5% accedían a contenido audiovisual, como la música películas y series, mientras que el 10,5% se conectaban para jugar de manera online.

Figura 3. Principales actividades que realizan los estudiantes en internet.



Figura 4. Dispositivos preferidos por los estudiantes para acceder a internet.



De acuerdo con la figura 4, el 43,1 19,6% de los estudiantes accedían a internet principalmente desde sus computadoras, el 37,3% a través de sus laptops y el 19,6 43,1% mediante sus smartphones. En muchos casos los estudiantes contaban con 2 o más dispositivos para poder conectarse a internet, sin embargo, preferían usar las computadoras debido a su capacidad y multifuncionalidad.

En la Tabla 4 se determinó que algunas variables sociodemográficas y académicas como el sexo, el grupo etario, el tiempo de conexión a internet al día y el rendimiento académico anterior se asociaban de manera significativa con los niveles de AI ($p < 0,05$). No obstante, algunas variables como la carrera profesional y el nivel socioeconómico de los estudiantes no se asociaban de manera significativa a dicha problemática ($p > 0,05$). Entonces, de lo expuesto se colige que eran los estudiantes del sexo masculino, que tenían entre los 16 y 20 años, que se conectaban más horas al día y cuyo rendimiento académico era regular quienes evidenciaban niveles ligeramente superiores de AI en comparación a los demás grupos de contraste.

Tabla 4. Asociación entre la adicción a internet y las variables sociodemográficas y académicas.

Variables sociodemográficas y académicas		Adicción a internet			Valor de P
		Alto n (%)	Moderado n (%)	Leve n (%)	
Sexo	Masculino	25 (24,8%)	45 (44,5%)	31 (30,7%)	0,005*
	Femenino	32 (19,5%)	70 (42,7%)	62 (37,8%)	
Grupo etario	Entre 16 y 20 años	36 (23,2%)	66 (42,6%)	53 (34,2%)	0,012*
	Entre 21 y 25 años	15 (21,1%)	30 (42,3%)	26 (36,6%)	
	Entre 26 y 30 años	5 (18,5%)	13 (48,2%)	9 (33,3%)	
	Entre 31 a más años	1 (8,3%)	6 (50,0%)	5 (41,7%)	
Carrera profesional	Administración	15 (18,5%)	36 (44,4%)	30 (37,1%)	0,057
	Contabilidad	18 (18,8%)	41 (42,7%)	37 (38,5%)	
	Derecho	24 (27,3%)	38 (43,2%)	26 (29,5%)	
Tiempo de conexión a internet al día	Entre 1 y 2 horas al día	4 (11,2%)	16 (44,4%)	16 (44,4%)	0,001*
	Entre 3 y 4 horas al día	9 (13,6%)	31 (47,0%)	26 (39,4%)	
	Entre 5 y 6 horas al día	24 (25,8%)	38 (40,9%)	31 (33,3%)	
	Más de 6 horas al día	20 (28,6%)	30 (42,8%)	20 (28,6%)	
Rendimiento académico anterior	Bueno	16 (11,8%)	65 (47,8%)	55 (40,4%)	0,009*
	Regular	35 (31,3%)	43 (38,4%)	34 (30,3%)	
	Deficiente	6 (35,3%)	7 (41,2%)	4 (23,5%)	
Nivel socioeconómico	Alto	20 (20,2%)	47 (47,5%)	32 (32,3%)	0,073
	Medio	26 (19,8%)	55 (42,0%)	50 (38,2%)	
	Bajo	11 (31,4%)	13 (37,2%)	11 (31,4%)	

El internet se ha convertido en un recurso popular que es utilizado en la actualidad por las personas para comunicarse, intercambiar información o entretenerse. Sin embargo, durante los últimos años el tiempo que ellas disponen para acceder a internet se ha incrementado, más aún, durante la pandemia por COVID-19, lo cual habría incrementado los casos de adicción a un ritmo peligroso. Por ello, la presente investigación buscó analizar la AI en los estudiantes de pregrado de una universidad privada peruana durante la pandemia por COVID-19.

Nuestros hallazgos indican que los estudiantes se caracterizaban por presentar niveles moderados de AI, es decir, tenían la tendencia de conectarse de manera regular a internet, ya sea desde una computadora, laptop o smartphone, lo que provocaría dependencia y el desarrollo de conductas disfuncionales, afectando además el normal desarrollo de sus responsabilidades. Asimismo, se identificó que las prácticas adictivas que más realizaban eran dedicar más tiempo a internet de lo que pretendían, decir a menudo “solo unos minutitos más” cuando se encontraban conectados, sentir, luego de haberse desconectado, que querían seguir conectados a internet, tener problemas en la universidad debido al continuo acceso a internet y descuidar el cumplimiento de sus responsabilidades.

Lo descrito coincide con Bangladesh¹⁰, quienes determinaron que la mayoría de los estudiantes (58,6%) presentaban una adicción moderada a internet. Asimismo, se halló que los factores de riesgo para la AI incluían la adicción a los teléfonos inteligentes, la adicción a Facebook, la depresión y la ansiedad. Por ello era necesario implementar medidas de reducción de riesgos y estrategias de uso de control saludable para personas vulnerables. Del mismo modo, coincide con otro estudio¹¹ que tuvo como objetivo determinar el impacto de la pandemia de COVID-19 en el uso de Internet y los factores de riesgo. El principal hallazgo indica que predominaban los niveles medios de AI, estableciéndose que los factores de riesgo que aumentaban el tiempo dedicado al uso de Internet y la gravedad de la AI incluyen tener menos seguidores sociales, percibir la presión y el impacto en el estado de salud mental debido a la pandemia y participar demasiado en los videojuegos.

Las señales que podrían advertir que una persona padecería de AI serían: conexión por largas horas, esfuerzos infructuosos para reducir el tiempo de acceso, inquietud, mal humor, depresión o irritabilidad al no poder conectarse a internet, pasar más tiempo de lo planificado en internet e incumplir con las responsabilidades personales, familiares o académicas²⁶. Asimismo, entre los principales síntomas somáticos asociados a la AI se encuentran el síndrome del túnel carpiano, ojos secos o visión tensa, dolores de espalda y de cuello, cefaleas y trastornos del sueño.

Respecto a las variables sociodemográficas y académicas, se determinó que el sexo de los estudiantes se asoció de manera significativa con los niveles de AI ($p < 0,05$). En ese

sentido, se observó que los varones presentaron niveles ligeramente superiores de AI que las mujeres. Un hallazgo similar fue el reportado en Eslovaquia¹³, donde evaluaron las diferencias de género respecto a la AI en una muestra de estudiantes universitarios y determinaron que los varones mostraron una mayor prevalencia de AI. Del mismo modo, coincide con los resultados de una investigación, en la cual hallaron que los varones eran más propensos a la AI (31,6%) que las mujeres (21,7%), ello probablemente debido a que los varones sienten más pasión que las mujeres por conocer lo desconocido o explorar nuevos inventos, o por lo general se sienten más atraídos por objetos adictivos como la pornografía, el cibersexo y los juegos en línea¹².

Otro hallazgo importante indica que el grupo etario al cual pertenecían los estudiantes se asociaba de manera significativa con los niveles de AI ($p < 0,05$). En ese sentido, se identificó que los estudiantes más jóvenes (entre 16 y 20 años) presentaban mayores niveles de AI que sus compañeros de más edad. Estos resultados son similares con lo reportado en algunos estudios que determinaron que los estudiantes que comenzaban la adolescencia tardía se caracterizaban por presentar un uso compulsivo y desmedido del internet, las redes sociales y videojuegos, lo cual implicaba una mayor probabilidad de desarrollar conductas adictivas¹⁴⁻¹⁶.

Asimismo, se determinó que el tiempo que los estudiantes se conectaban a internet al día se asociaba de manera significativa a los niveles de AI ($p < 0,05$). En ese sentido, se determinó que los estudiantes que se conectaban más tiempo (de 5 a más horas al día) mostraron niveles ligeramente superiores de AI que los estudiantes que se conectaban menos horas a internet. El resultado expuesto guarda relación con lo reportado por un estudio realizado en Tanzania¹⁸, donde encontraron que aquellos estudiantes que usaron internet durante mucho tiempo, es decir, de 5 horas a más por día, tenían más probabilidades de tener AI en comparación con los que utilizaban durante menos tiempo. Sin embargo, se discrepa parcialmente de los hallazgos de un estudio, donde reportaron que el 43% de los adolescentes que evidencian AI se conecta más de tres horas al día¹⁷.

Finalmente, se halló que el rendimiento académico anterior autorreportado por los estudiantes se asociaba de manera significativa a los niveles de AI ($p < 0,05$). Así pues, se estableció que los estudiantes que cuyo rendimiento académico era regular y deficiente evidenciaron niveles ligeramente superiores de AI en comparación a los estudiantes que tenían un buen rendimiento académico. El hallazgo descrito es corroborado por algunos estudios que determinaron una asociación inversa entre ambas variables, es decir, estar hiperconectado a internet afecta negativamente el rendimiento académico¹⁹⁻²¹.

Si bien el internet ha brindado valiosas oportunidades en aspectos científicos, comunicativos y económicos para la sociedad, su uso inapropiado y extremo, en su mayoría con fines recreativos, es una grave amenaza para la salud y el bienestar de la población humana, especialmente para los jóvenes²⁷. Por ello, debe considerarse como un problema de

salud importante e incorporarse a las iniciativas de educación e intervención en salud.

A pesar de que en la presente investigación se realizaron hallazgos relevantes, no estuvo exenta de limitaciones, producto de la cantidad y homogeneidad de los participantes, así como las características del instrumento, el cual fue autoadministrado, lo cual no permite realizar generalizaciones significativas y podría generar sesgos de deseabilidad social, respectivamente. En ese sentido, se sugiere incrementar la muestra e incluir a estudiantes de otras universidades para que los hallazgos puedan ser generalizados. Por otro lado, sería relevante utilizar otras técnicas e instrumentos de recolección de datos que permitan darle más objetividad a dicho proceso.

Conclusión

La AI es considerada uno de los comportamientos adictivos que más rápido han crecido durante los últimos años y es un importante problema de salud pública que afecta a un gran número de personas a nivel mundial. El uso excesivo de internet entre los estudiantes universitarios aumenta el riesgo de AI y sus consecuencias negativas relacionadas.

En ese sentido, se concluyó que en los estudiantes predominaba un nivel moderado de AI, caracterizado principalmente porque se dedicaban más tiempo a internet de lo que pretendían, luego de haberse desconectado sentían que querían seguir conectados a internet y llegaron a tener problemas en la universidad por dichas conductas. Por otro lado, a través de la prueba no paramétrica Chi Cuadrado se determinó que algunas variables sociodemográficas y académicas como el sexo, el grupo etario, el tiempo de conexión, así como el rendimiento académico anterior se asociaban de manera significativa a dicha trastorno ($p < 0,05$).

En virtud de los hallazgos realizados, se sugiere que las autoridades universitarias competentes sensibilicen a los estudiantes sobre las consecuencias nocivas del uso excesivo de internet. Del mismo modo, se debe promover la desconexión digital para que ellos puedan realizar algunas actividades recreativas, pasen más tiempo con su familia y socialicen. Finalmente, se debe fomentar el desarrollo de habilidades autorregulatorias, mediante charlas y programas psicoeducativos, para que los estudiantes, de manera autónoma, accedan de manera prudente a internet.

Referencias

1. Estrada, E. Emotional exhaustion in Peruvian university students during the COVID-19 pandemic. *Revista Tempos e Espaços em Educação*. 2021;14(33): e16542. <https://doi.org/10.20952/revtee.v14i33.16542>
2. Zhao, N., & Zhou, G. COVID-19 Stress and addictive social media use (SMU): mediating role of active use and social media flow. *Frontiers in Psychiatry*. 2021. 12: 635546. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.635546>
3. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Informe de las Tecnologías de la Información y Comunicación en los hogares. Lima: INEI; 2021.
4. Tereshchenko, S., Kasparov, E., Smolnikova, M., Shubina, M., Gorbacheva, N., & Moskalenko, O. Internet addiction and sleep problems among Russian adolescents: A field school-based study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2021. 18(19): 10397. <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph181910397>
5. Estrada, E., Mamani, M., Gallegos, N., & Mamani, H. Adicción a internet y agresividad en estudiantes peruanos de educación secundaria. *Apuntes Universitarios*. 2020;11(1): 140-157. <https://doi.org/10.17162/au.v11i1.560>
6. Ko, C., Yen, J., Chen, C., Chen, S., & Yen, C. Proposed diagnostic criteria of Internet addiction for adolescents. *The Journal of Nervous and Mental Disease*. 2005. 193(11): 728-733. <https://doi.org/10.1097/01.nmd.0000185891.13719.54>
7. Northrup, J., Lapierre, C., Kirk, J., & Rae, C. The internet process addiction test: Screening for addictions to processes facilitated by the internet. *Behavioral Sciences*. 2015. 5(3): 341-352. <https://doi.org/10.3390/bs5030341>
8. Shan, X., Ou, Y., Ding, Y., Yan, H., Chen, J., Zhao, J., & Guo, W. Associations between internet addiction and gender, anxiety, coping styles and acceptance in university freshmen in South China. *Frontiers in Psychiatry*. 2021. 12: 558080. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.558080>
9. Zewde, E., Tolossa, T., Tiruneh, S., Azanaw, M., Yitbarek, G., Admasu, F., Ayehu, G., Amare, T., Abebe, E., Muche, Z., Fentie, T., Zemene, M., & Melaku, M. Internet addiction and its associated factors among African high school and university students: Systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Psychology*. 2022. 13: 847274. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.847274>
10. Jahan, I., Hosen, I., Al Mamun, F., Kaggwa, M., Griffiths, M., & Mamun, M. How has the COVID-19 pandemic impacted internet use behaviors and facilitated problematic internet use? A Bangladeshi study. *Psychology Research and Behavior Management*. 2021. 14: 1127-1138. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S323570>
11. Li, Y., Sun, Y., Meng, S., Bao, Y., Cheng, J., Chang, X., Ran, M., Sun, Y., Kosten, T., Strang, J., Lu, L., & Shi, J. Internet addiction increases in the general population during COVID-19: Evidence from China. *The American Journal on Addictions*. 2021. 30(4): 389-397. <https://doi.org/10.1111/ajad.13156>
12. Hassan, T., Alam, M., Wahab, A., & Hawlader, M. Prevalence and associated factors of internet addiction among young adults in Bangladesh. *Journal of the Egyptian Public Health Association*. 2020. 95: 3. <https://doi.org/10.1186/s42506-019-0032-7>
13. Rigelsky, M., Megyesi, S., Ivankova, V., Al Khouri, I., & Sejvl, J. Gender differences in internet addiction among university students in the Slovak Republic. *Adiktologie*. 2021. 21(1): 35-42. <http://doi.org/10.35198/01-2021-001-0001>
14. Wu, C., Lee, M., Liao, S., & Chang, L. Risk factors of internet addiction among internet users: An online questionnaire survey. *Plos One*. 2015. 10(10): e0137506. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0137506>
15. Karacic, S., & Oreskovic, S. Internet addiction through the phase of adolescence: A questionnaire study. *JMIR Mental Health*. 2017. 4(2): e11. <https://doi.org/10.2196/mental.5537>
16. Lozano, R., Quilez, A., & Soto, A. Internet addiction in young adults: A meta-analysis and systematic review. *Computers in Human Behavior*. 2022. 130: 107201. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107201>

17. Rial, A., Golpe, S., Gómez, P., & Barreiro, C. Variables asociadas al uso problemático de Internet entre adolescentes. *Health and Addictions / Salud y Drogas*. 2015. 15(1): 25-38. <https://doi.org/10.21134/haaj.v15i1.223>
18. Mboya, I., Leyaro, B., Kongo, A. Mkombe, C., Kyando, E., & George, J. Internet addiction and associated factors among medical and allied health sciences students in northern Tanzania: a cross-sectional study. *BMC Psychology*. 2020. 9: 73. <https://doi.org/10.1186/s40359-020-00439-9>
19. Javaeed, A., Jeelani, R., Gulab, S., & Ghauri, S. Relationship between internet addiction and academic performance of undergraduate medical students of Azad Kashmir. *Pakistan Journal of Medical Sciences*. 2020. 36(2): 229-233. <https://doi.org/10.12669/pjms.36.2.1061>
20. Elbilgahy, A., Sweelam, R., Eltaib, F., Bayomy, H., & Elwasefy, S. Effects of electronic devices and internet addiction on sleep and academic performance among female Egyptian and Saudi nursing students: A comparative study. *SAGE Open Nursing*. 2021. 7: 1-12. <https://doi.org/10.1177/23779608211055614>
21. Dou, D., & Shek, D. Predictive effect of internet addiction and academic values on satisfaction with academic performance among high school students in Mainland China. *Frontiers in Psychology*. 2021. 12: 797906. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.797906>
22. Sánchez, H., Reyes, C. & Mejía, K. *Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanística*. Lima: Universidad Ricardo Palma; 2018.
23. Hernández, R. & Mendoza, C. *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. México: McGraw-Hill; 2018.
24. Carrasco, S. *Metodología de la investigación científica. Pautas metodológicas para diseñar y elaborar el proyecto de investigación*. Lima: Editorial San Marcos; 2019.
25. Lam, N., Contreras, H., Mori, E., Nizama, M., Gutiérrez, C., Hinostroza, W., Torrejón, E., Hinostroza, R., Coaquira, E., & Hinostroza, W. Adicción a internet: desarrollo y validación de un instrumento en escolares adolescentes de Lima, Perú. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*. 2011. 28(3): 462-469. <https://doi.org/10.17843/rpmesp.2011.283.524>
26. Kumar, M., & Mondal, A. A study on Internet addiction and its relation to psychopathology and self-esteem among college students. *Industrial Psychiatry Journal*. 2018. 27(1): 61-66. https://doi.org/10.4103/ipj.ipj_61_17
27. Noroozi, F., Hassanipour, S., Eftekharian, F., Eisapareh, K., & Kaveh, M. Internet addiction effect on quality of life: A systematic review and meta-analysis. *The Scientific World Journal*. 2021. 2021: 2556679. <https://doi.org/10.1155/2021/2556679>.