

**“ANSIEDAD ANTE LA AUSENCIA DE FACEBOOK EN ESTUDIANTES  
UNIVERSITARIOS”**

**Bianca Elizabeth Herrera Pérez  
Juan Carlos Plascencia De La Torre  
Cindy Jacqueline Serrano García**

Universidad de Guadalajara  
Centro Universitario de los Altos

Tepatitlán de Morelos, Jalisco. Enero, 2014

## Resumen

El presente estudio se centra en identificar los niveles de ansiedad ante la ausencia de Facebook en un grupo de estudiantes universitarios. La investigación fue de corte experimental de tipo series cronológicas, donde participaron 30 alumnos del 2° semestre de la carrera de Psicología del Centro Universitario de los Altos de los cuales 15 alumnos pertenecieron al grupo control y los otros 15 al grupo experimental. Para medir los niveles de ansiedad se utilizó el Test de Ansiedad AMAS-C. Se esperaba encontrar que a la ausencia de Facebook el nivel de ansiedad en los alumnos aumentara, sin embargo, dentro de los resultados nuestra hipótesis fue invertida, ya que la ausencia de Facebook disminuye la ansiedad en los alumnos universitarios, dicho de otra manera, el uso de la red social Facebook detona ansiedad en los usuarios. A partir de estos resultados se sugiere seguir investigando en los usos que los estudiantes universitarios le dan a las redes sociales y los niveles de ansiedad que esta provoca.

**Palabras Clave:** Ansiedad, Ausencia, Red Social, Estudiantes Universitarios.

## Introducción

Expertos en el tema, investigadores de las redes sociales como la *Asociación Mexicana de Internet* (AMIPCI) están de acuerdo que una de las más utilizadas, no sólo en México sino en el mundo, es el Facebook, red que permite a los usuarios mantenerse al día con sus amigos, compañeros y en varias ocasiones hasta con desconocidos, compartiendo fotos, enlaces, vídeos, etc. En pocas palabras cumple una importante función en la socialización, también cabe mencionar que cualquier persona puede hacerse miembro de Facebook, lo único que necesita es una dirección de correo electrónico.

Analizando la magnitud de usuarios que utilizan este sitio, se planteó la pregunta respecto de qué implicaciones psicológicas tiene el usarlo y cómo es que ha influido y sigue influyendo en el comportamiento. Ciertamente, se localizó información en algunos estudios acerca de este fenómeno y bajo la condición de “usar el Facebook”, propiamente se encontró que la relación: utilizar Facebook (de manera indiscriminada) produce ansiedad (Larry D. Rosen, 2011), otros estudios, como el de la *Universidad Napier de Edimburgo* (2011) reflejan un aumento de estrés y ansiedad en los usuarios al sentirse presionados por agradar a todos sus contactos, así como tener actualizaciones en sus estados o comentarios que resulten entretenidas a los demás; un estudio más, encargado por la organización Anxiety UK (19 de mayo del 2013, 10:15 pm), tuvo conocimiento de que el 55% de los encuestados se sentían “preocupados e incómodos” cuando no tenían acceso a sus cuentas de Facebook.

A partir de dichos referentes la investigación tiene como objetivo medir el nivel de ansiedad que la ausencia de Facebook provoca en los alumnos de segundo semestre de la carrera de psicología del Centro Universitario de los Altos.

Según el DSM-IV está puede definirse como una anticipación de un daño o desgracia futuros, acompañada de un sentimiento de disforia (desagradable) y/o de síntomas somáticos de tensión.

Para esta investigación se utilizó una metodología cuantitativa de diseño experimental puro de tipo series cronológicas múltiples. Para esta investigación se seleccionaron a 30 alumnos del segundo semestre de la carrera de psicología, 15 alumnos para el grupo control y 15 para el grupo experimental, para poder medir sus niveles de ansiedad se les aplicó el Test AMAS-C

Adentrados en el tema, se eligió concretamente lo relacionado con la ansiedad, y pensando en replantear una de las investigaciones se cuestionó: ¿el desuso de Facebook (para alguien que ya lo haya utilizado) le producirá ansiedad?

### **Objetivo**

Identificar los niveles de ansiedad que la ausencia de Facebook provoca en los estudiantes universitarios.

### **Método**

#### **Diseño**

Esta investigación se efectuó a través de una metodología cuantitativa, a través de un diseño experimental puro de tipo series cronológicas múltiples

RG1	O1	X1	O2	x2	O3
RG2	O4	–	O5	–	O6

Variable independiente: Presencia/ausencia del Facebook.

Variable dependiente: Ansiedad.

#### **Participantes**

Se realizó una muestra entre los alumnos de la carrera de Psicología del Centro Universitario de los Altos, se seleccionó a 30 alumnos del segundo semestre 15 conformando el grupo control y 15 el grupo experimental. Las características para poder

participar en el experimento fueron que tenían que ser usuarios de la red social “Facebook”

### **Instrumentos**

Los instrumentos utilizados para la realización de la investigación fue la prueba de AMAS-C para evaluación en la ansiedad especificada a adultos de nivel universitario, por ello cuenta con reactivos que se dirige de manera específica a la ansiedad ante exámenes. Además se les aplicó un cuestionario a ambos grupos antes de dar comienzo al experimento donde especificaban que tipo de redes sociales utilizaban, que utilidad le daban y por cuanto tiempo.

### **Procedimiento**

El proceso inició con la aplicación del test AMAS-C el cual tenía la finalidad de medir los niveles de ansiedad en los estudiantes universitarios previo a cualquier alteración en sus actividades. La siguiente actividad fue pedir al grupo experimental la cancelación de sus cuentas de Facebook durante una semana, obviando de esta manera el no uso de la misma. Durante la segunda semana se aplicó nuevamente el test de ansiedad para medir el cambio en los niveles de ansiedad que la ausencia de Facebook produjo en los alumnos. A partir de esto los alumnos hicieron uso de su cuenta de Facebook de manera normal, y por último, durante la tercera semana se aplicó una vez más el test de ansiedad para medir sus niveles. Cabe aclarar que al grupo control no se les canceló la cuenta de Facebook en la segunda semana.

## **Resultados**

Se esperaba encontrar que a la ausencia de Facebook el nivel de ansiedad en los alumnos aumentara (hipótesis de investigación), sin embargo, dentro de los resultados dicha hipótesis fue rechazada, ya que la ausencia de Facebook disminuye la ansiedad en los alumnos universitarios, dicho de otra manera, el uso de la red social Facebook detona ansiedad en los usuarios.

Al hablar acerca de Ansiedad 1 se refiere al resultado de la prueba de ansiedad aplicada (AMAS-C), al comienzo del experimento (semana #1). Ansiedad 2 se refiere a la semana posterior, es decir, semana #2. Y por último, Ansiedad 3 se refiere a los resultados de ansiedad en la última semana.

En la comparación entre la Ansiedad 1 y Ansiedad 2 del grupo control se puede observar que no hubo diferencia en la media de niveles de ansiedad entre la primera semana y la segunda. Por otra parte el grupo experimental obtuvo una diferencia elevada, ya que se reflejó un descenso en el nivel de ansiedad.

Con relación al cotejo de los datos entre Ansiedad 1 y Ansiedad 3 del grupo control se encontró que no hay diferencia entre los niveles de ansiedad entre la semana #1 y la semana #3. Por otro lado, en el grupo experimental se advirtió que el nivel de ansiedad disminuyó lo que implicó que existieron diferencias.

<b>Grupo Control</b>			
	Media	<i>t</i>	Valor <i>p</i> (significancia)
Ansiedad 1	49.29	.240	.814
Ansiedad 2	49.00		
Ansiedad 1	49.29	1.841	.089
Ansiedad 3	45.14		
Ansiedad 2	49.00	1.381	.191
Ansiedad 3	45.14		

Prueba T de Student  
 $p > 0.05$  (Se identifica que no hubo significancia)

<b>Grupo Experimental</b>			
	Media	<i>t</i>	Valor <i>p</i> (significancia)
Ansiedad 1	51.69	3.515	.004
Ansiedad 2	45.23		
Ansiedad 1	51.69	3.834	.002
Ansiedad 3	45.14		
Ansiedad 2	45.23	.786	.447
Ansiedad 3	45.14		

Prueba T de Student  
 $p < 0.05$  (Se identifica que hay significancia)

## **Conclusiones**

Lo que se esperaba de este experimento era demostrar, que la ausencia de Facebook generaba ansiedad en los usuarios, sin embargo, los resultados obtenidos demostraron lo contrario a lo que se esperaba, es decir, la ausencia de la red social Facebook disminuye los niveles de ansiedad en las personas que lo utilizan, siendo lo anterior la conclusión a la que se arribó.

Por lo tanto, se puede advertir que, en los alumnos universitarios, el no darle uso constante al Facebook ayuda a disminuir sus niveles de ansiedad, ya que se crean espacios para actividades extras. Además de mencionar que en comparación con aquellos que le dan un uso constante al Facebook, llegan a sentirse ansiosos sin tener tiempo para actividades extras que les pueda ayudar a mejorar su desarrollo académico.

## Referencias Bibliográficas

American Psychiatric Association -APA-. (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-IV)*, cuarta edición. Washington, DC: American Psychiatric Association.

*Estudio resalta riesgos y beneficios de Facebook para los jóvenes.* (2013, 11 de Febrero) *Crónica.com.mx*. Recuperado de <http://www.cronica.com.mx/notas/2011/597445.html>

Facebook perjudica desarrollo emocional de usuarios, según estudios. (2009, 16 de abril). *Ciencia y tecnología*. Recuperado de [http://www.rpp.com.pe/2009-04-16-facebook-perjudica-desarrollo-emocional-de-usuarios-segun-estudios-noticia\\_175941.html](http://www.rpp.com.pe/2009-04-16-facebook-perjudica-desarrollo-emocional-de-usuarios-segun-estudios-noticia_175941.html)

Facebook, generador de envidias y resentimientos: estudio. (2013, 23 de enero). *SDPnoticias.com*. Recuperado de <http://www.sdpnoticias.com/sorprendente/2013/01/23/facebook-generador-de-envidias-y-resentimientos-estudio>

Hamilton, M. *The assessment of anxiety states by rating*. Brit J MedPsychol 1959; 32:50-55.

Las redes sociales alimentan la ansiedad según un estudio. (2012, 9 de julio). *Ticbeat*. Recuperado de <http://www.ticbeat.com/socialmedia/redes-sociales-pasto-ansiedad-estudio/>

Qué es el Facebook? *www.masadelante.com*. [2013] Obtenido de <http://www.masadelante.com/faqs/facebook>

Rosen, Larry (2011). *Social Networking's Good and Bad Impacts on Kids*. Recuperado de <http://www.apa.org/news/press/releases/2011/08/social-kids.aspx>

Sanz, Elena (2012, 31 de agosto). *¿A qué tentaciones nos cuesta más resistirnos?* Recuperado de <http://www.muyinteresante.es/salud/articulo/ia-que-tentaciones-nos-cuesta-mas-resistirnos>