



# ***Influencia de las redes sociales en la salud mental de estudiantes universitarios***

*Influence of social networks on the mental health of university students*

 Juan Carlos Ramírez Dávila<sup>1</sup>

 Ana Cecilia Vargas Flores<sup>2</sup>

 Juana de la Cruz Ramírez Dávila<sup>3</sup>

**Fecha de recepción:** 22/11/2024

**Fecha de aceptación:** 11/12/2024

**DOI:** <https://doi.org/10.26495/r373tx19>



**Correspondencia:** Juan Carlos Ramírez Dávila  
[jramirezd@unprg.edu.pe](mailto:jramirezd@unprg.edu.pe)

## **Resumen**

*El objetivo del presente artículo de revisión es determinar la influencia del excesivo uso de redes sociales en la salud mental de los estudiantes universitarios, debido a que la óptima salud integral de los futuros profesionales es fundamental para el logro de las metas que se plantean. Se consultaron 51 artículos de investigación publicados entre los años 2018 y 2024, seleccionados mediante un criterio de inclusión basado en relevancia temática, enfoque metodológico y presencia en bases de datos académicas reconocidas. Las bases de datos utilizadas fueron Scopus, Scielo, Redalyc y Google Académico. Entre los hallazgos más relevantes se encontró el determinar los patrones que pueden ayudar a reducir los comportamientos asociados con las emociones negativas y la mala salud mental, por influencia de las redes sociales, proponiendo como principal patrón el apego parental. Los estudios revisados sugieren que el currículo universitario debe considerar programas que velen por la buena salud mental de sus estudiantes.*

**Palabras clave:** redes sociales, salud mental, emociones, estudiantes, universidad

## **Abstract**

*The objective of this review article is to determine the influence of excessive use of social networks on the mental health of university students, because the optimal comprehensive health of future professionals is essential to achieve the goals set. 51 research articles published between 2018 and 2024 were consulted, selected using an inclusion criterion based on thematic relevance, methodological approach and presence in recognized academic databases. The databases used were Scopus, Scielo, Redalyc and Google Scholar. Among the most relevant findings was the determination of patterns that can help reduce behaviors associated with negative emotions and poor mental health, due to the influence of social networks, proposing parental attachment as the main pattern. The studies reviewed suggest that the university curriculum should consider programs that ensure the good mental health of its students.*

**Keywords:** social networks, mental health, emotions, students, university

---

<sup>1</sup> Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo, Lambayeque – Perú, Licenciado en Administración, [jramirezd@unprg.edu.pe](mailto:jramirezd@unprg.edu.pe), <https://orcid.org/0009-0009-4532-8054>

<sup>2</sup> Universidad Señor de Sipán, Pimentel – Chiclayo, Perú, Doctora en Ciencias de la Educación, [anacevf@gmail.com](mailto:anacevf@gmail.com), <https://orcid.org/0000-0001-9052-2467>

<sup>3</sup> Universidad Señor de Sipán, Pimentel – Chiclayo, Perú, Doctora en Ciencias de la Educación, [rdavilaju@uss.edu.pe](mailto:rdavilaju@uss.edu.pe), <https://orcid.org/0000-0003-4675-4070>

## 1. Introducción

Con el correr de los tiempos y debido al avance de la tecnología, las redes sociales se han consolidado como herramientas efectivas para el intercambio de información y el aprendizaje en el ámbito académico, ya que constituye un canal para hacer el proceso de enseñanza más dinámico y atractivo. (Gutiérrez-Marín et. al, 2024). Estos instrumentos no solo son clave para la educación, sino que también tienen el potencial de enriquecer la comunicación científica y diversificar las voces en la investigación. Con un uso más estratégico y activo, se podría maximizar su impacto en la divulgación del conocimiento ya que su uso genera beneficios y posibilita el acercamiento, intercambio y debate con los públicos especializados y no especializados. (Viera et al., 2024). Su gama de oportunidades para la interacción logra acortar distancias y mejorar los accesos propiciando la ampliación y profundización de los saberes.

La transformación lograda por las redes sociales, en lo relacionado a la comunicación científica, ha permitido a las revistas académicas acercarse a sus audiencias de manera más efectiva. Estas herramientas constituyen uno de los principales vehículos de comunicación directa para acceder, compartir, usar y apropiarse de contenidos que hasta hace algún tiempo implicaba mayores labores. (Martínez-Guerrero, 2018) Y es así, como tanto en la educación como en la divulgación científica, las redes sociales ofrecen un canal dinámico y accesible para el aprendizaje y la comunicación. Y aunque todavía queda camino por recorrer para maximizar su potencial, es muy importante también conocer su impacto tanto social como en las personas que las utilizan. (Rodríguez, et al., 2023) Ya que al llevar todo tipo de conocimiento al alcance de todos y sin restricciones empodera a quien accede a la información y le da libertad para su posesión, uso y aplicación; sin conocer el estado de salud que pueda presentar, en específico, la salud mental.

Los diversos acontecimientos sucedidos en los últimos tiempos, a nivel mundial, han logrado que el tema de la salud mental cobre una relevancia crucial, y se le otorga gran importancia a raíz de que diversos estudios han revelado factores asociados a su desarrollo. (Llamocuro-Mamani, et al., 2021). Su importancia en todas las etapas de la vida resalta la necesidad del gran cuidado que debe tener este aspecto, considerando no solo los elementos que el individuo de por sí puede activar, sino también, los factores protectores que las instituciones deben agilizar ante los riesgos que ella presente (Salazar et al., 2024). Y aunque normalmente se relaciona a los problemas mentales con las adicciones a sustancias psicoactivas o situaciones vividas, como las pandemias, es importante no dejar de lado aspectos como el exceso de tiempo dedicado a las redes. Esto implica prestar atención al diagnóstico y tratamiento de los problemas de salud mental, que normalmente se reflejan en cuadros de ansiedad, depresión y estrés. (Huarcaya-Victoria, 2020). En resumen, la salud mental es un aspecto integral que debe ser considerado en la respuesta a la crisis sanitaria actual.

Actualmente las redes sociales generan diversas emociones en las personas, sobre todo los jóvenes. Nos encontramos en un tiempo donde la tecnología se ha convertido en la herramienta más valorada y acogida por parte de los estudiantes universitarios, pero con influencia negativa, es decir en muchos casos no se observa avance académico ni desarrollo cognitivo, al contrario, se observa conductas negativas, Achundia-García (2023) asevera que los altos niveles de ansiedad, depresión, estrés y trastornos del sueño se debe a la sobrexposición de las redes sociales. Lamentablemente, existe un descuido e indiferencia a este tema, si bien es cierto la tecnología soluciona muchos problemas de distancia, conexión rápida y trabajos colaborativos, pero no se observa logros académicos, desarrollo formativo ni competencias en el hacer académico. Es por ello, que en este artículo se desea brindar información para lograr una concientización en la sociedad y a la vez un llamado de atención para forjar

nuevas rutas de transformación cultural y educativa, de tal manera que se favorezca a la juventud universitaria que tanto lo necesita.

También es importante mencionar que el uso excesivo del celular, forma parte de un grave problema en los estudiantes universitarios. Lamentablemente esta acción se puede transformar en una adicción en los universitarios, generando retraso en sus actividades académicas, la que conlleva a la procrastinación, como consecuencia de ello un deficiente nivel académico. Según Shang et al., (2024) manifiesta que existe relación entre la adicción a los teléfonos inteligentes y la ansiedad y depresión y el papel mediador de la resiliencia psicológica. Ante esta situación se requiere urgente atención psicológica e información masiva acerca del daño cognitivo y neuronal que puede traer el apego excesivo del dispositivo. Para mitigar esta situación se debe promover en las universidades acciones que fomenten un autoconocimiento en su totalidad, además promover escuela para padres para que promuevan en casa una formación de enseñanza con límites, con el fin de que los jóvenes logren forjar en ellos mismos sus propias metas y resolución de problemas.

Existe gran demanda tecnológica en los estudiantes universitarios, pero no existe acompañamiento afectivo ni orientación académica para evitar consecuencias negativas. A pesar que los jóvenes universitarios cursan estudios académicos, ellos no logran vencer la procrastinación ni adicción a las redes, este problema avanza sin límite, el internet ejerce mucho poder en las personas, y escapa de los límites académicos que pueda existir en el mundo de la educación superior. Dice Hour (2024) que, en China, existe poca capacidad de atención profesional para atención de los jóvenes universitarios debido a la poca cantidad de profesionales en salud mental en dicha ciudad. Nos preguntamos si en China siendo una potencia mundial no se abastece para atender a los jóvenes universitarios, nos imaginamos qué puede suceder en nuestro querido Perú. Nuestra realidad en el campo laboral de psicología es muy precaria sumado a ello , el estado no tiene políticas públicas que involucren a los profesionales de este campo , a pesar que hay gran necesidad de ello, porque se observan en los jóvenes mayor violencia psicológica y física , procrastinación , deficiente resiliencia y poco juicio crítico, por otro lado, la burbuja de la fantasía , el egocentrismo y la superficialidad se convierten en patrones de vida de los jóvenes universitarios , esto hace que esta adicción se propague rápidamente sin ayuda psicológica , donde la indiferencia social es el puente para la normalidad de estas conductas en los jóvenes .

En este contexto, la universidad, en su papel de promotora de la salud, tiene el deber de asumir una respuesta completa, integral y sostenible a los desafíos educativos y sociales. Desde este punto de vista, debe inculcar a sus alumnos hábitos y estilos de vida saludables que genere reeducación en los estudiantes . (Romero, 2020; Rivero, Suárez & Fernández., 2018; Torres-García & Santana-Hernández, 2017).

De acuerdo a las investigaciones realizadas es necesario y obligatorio, la presencia de especialistas en salud mental en las aulas universitarias porque el bienestar emocional y las demandas académicas de los alumnos juegan un rol esencial en la determinación de su rendimiento y su calidad de vida en su totalidad. El estrés causado por las redes sociales puede disminuir la autoestima (Liao y Wei, 2014; O'Hara et al., 2014), inteligencia emocional (Partido y Owen, 2020), la capacidad de resistencia (Wilks y Spivey, 2010), la autoeficacia (Li y Xie, 2022), la esperanza (Wen et al., 2021), el optimismo (Gómez-Moliner et al., 2018), la autovaloración (Besser y Zeigler-Hill, 2014).

Lamentablemente, de acuerdo con los estudios, se encontraron algunas características de los alumnos universitarios como: La incidencia de depresión, ansiedad y estrés fue del 61,3 %, 72 % y 54,7 %, respectivamente. Los elementos cruciales para la depresión comprendieron ser un alumno irregular, trabajar y no practicar ejercicio físico. Para la ansiedad, fueron relevantes ser estudiante de forma

irregular y ser mujer. En relación al estrés, se identificaron aspectos como ser estudiante irregular, trabajar y no practicar actividad física. Las clasificaciones correctas de los modelos obtenidos fueron del 90,2 %, 88% y 72% para depresión, ansiedad y estrés, respectivamente. (Pérez y et al., 2024)

Se menciona que la ansiedad es considerada una enfermedad mental del siglo XXI, produce muchos problemas en el cuerpo y en la mente (Exposito-Duque., 2024). Actualmente los hospitales reciben cada vez más pacientes con este trastorno y lo que llama la atención, es la edad de los pacientes, entre adolescentes y jóvenes. Las causas de la ansiedad son variadas, desde genéticos hasta sociales. La exposición a redes sociales, la comparación de vidas, la procrastinación, autoestima, soledad, efectos fantasía hace que los jóvenes universitarios se obsesionen en este mundo adictivo y no vivan su realidad. Lo sorprendente de este proceso es que, siendo estudiante universitario con aparente juicio crítico, le parezca difícil deslindar su realidad de la fantasía virtual. Se espera que con este artículo se logre una mayor concientización del tema, que cada vez es difícil detenerlo aún más en el espacio universitario.

Por consiguiente, es importante mencionar que los entornos educativos y universitarios realizan constantemente charlas motivacionales, conferencias, sin embargo se observa mayor dedicación a la meta académica, es importante este aspecto, porque se requiere excelencia académica y especialización en los estudiantes pero no se puede lograr al 100% debido a los múltiples problemas de salud mental que tienen los jóvenes universitarios o situaciones de infancia que no se tratan oportunamente. Existe un gran desconocimiento acerca de la fuerza mental que puede ejercer una persona sobre su propio pensamiento. Un estudiante universitario con fuerza mental puede vencer obstáculos, superar dificultades, cumplir sus objetivos y sobre todo mantener su autoestima saludable aceptando su realidad. (Nagib, 2023)

Tal característica ha sido, en ciertos individuos, desplazada por las redes sociales, que se han convertido recientemente en parte de las actividades diarias de las personas; acaparando a muchas de ellas por varias horas del día, dando origen a la llamada adicción que ha aumentado las preocupaciones sobre su impacto en la salud mental y el funcionamiento social. (Swed et al., 2023). Esta realidad es palpable en los estudiantes universitarios, quienes muestran efectos como aumento del estrés, la ansiedad y la depresión; obstaculizando el desarrollo de intervenciones efectivas. (Chugh et al., 2024 & Shang et al., 2024). Ello hace que la vida universitaria se torne compleja y poco atractiva. Con respecto a lo mismo, hay algunas investigaciones que demuestran una asociación entre el uso prolongado de las redes sociales y niveles de estrés más altos entre las estudiantes universitarias, aunque la evidencia de su asociación no es concluyente. (Oyinbo et al., 2023). Pero recomiendan una especial atención para ayudar a los estudiantes que tengan afectada su salud mental (Chen, et al, 2024), promoviendo significativamente entornos saludables para los estudiantes y, por lo tanto, contribuyendo al cambio social. (Ishfaq Hussainpi & Ghulam Mohammad 2024). La clave es desarrollar conciencia sobre el uso inteligente y determinar los patrones que pueden ayudar a reducir los comportamientos asociados con las emociones negativas y el malestar psicológico. Un gran patrón de ayuda es el apego parental. (Shang et al., 2024). Este funciona como protector ante la adicción a las redes sociales.

## **2. Metodología**

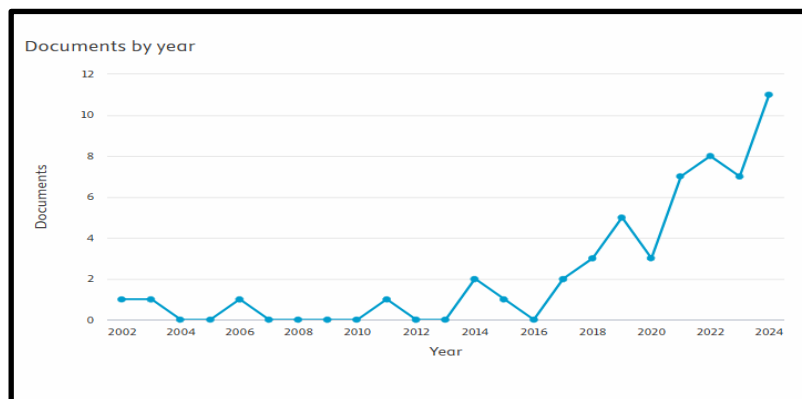
La metodología utilizada se centró en la recolección de la información mediante la revisión bibliográfica en bases de datos Scielo, scopus y Google académico, durante los años 2018 – 2024 utilizando la técnica de sistematización de la información y el método de síntesis. Para la elección de los artículos se tuvo en cuenta el criterio de selección objeto de estudio, es decir, los escritos debían tener como objeto de estudio las redes sociales, salud mental de los estudiantes universitarios y la influencia de las redes sociales en

la salud mental de los estudiantes universitarios. Artículos escritos en idioma inglés portugués o español, disponibles en bases de datos. El criterio de exclusión estuvo centrado en las investigaciones repetidas en las bases de datos y que, además, solo presentaban resúmenes y su contenido no guardaba relación con el tema en estudio, además estaba escrito en un idioma diferente al inglés portugués o español. Los estudios seleccionados inicialmente fueron 51, de los cuales se revisaron y luego se eliminó los que estaban duplicados; asimismo, se procedió a leer los resúmenes para verificar la pertinencia con el tema abordado, los que no cumplían este criterio fueron eliminados. Los artículos restantes fueron leídos de manera total, con la finalidad de obtener información necesaria para el estudio, la cual fue organizada en las dimensiones identificadas: redes sociales, salud mental, influencia de las redes sociales en la salud mental de estudiantes universitarios. Para la revisión se seleccionaron 25 artículos según los criterios indicados. Los aportes encontrados a partir de la sistematización realizada, se organizaron acorde a las dimensiones que se identificaron para este estudio.

### 3. Resultados

#### *Figura 1*

*Tendencias en el estudio de investigaciones realizadas con el tema redes sociales y su influencia en la salud mental.*



En el gráfico presentado se observa que durante los años 2002 al 2004 se lograron publicar temas relacionados a la salud mental en los estudiantes, pero en una cantidad mínima, incluyendo cero.

En el año 2006 acrecienta esta cantidad de publicaciones, sin embargo; sufre una grave caída hasta el año 2010 aproximadamente. En el año 2011 se logra un ligero aumento. Pero luego decae en el año 2012.

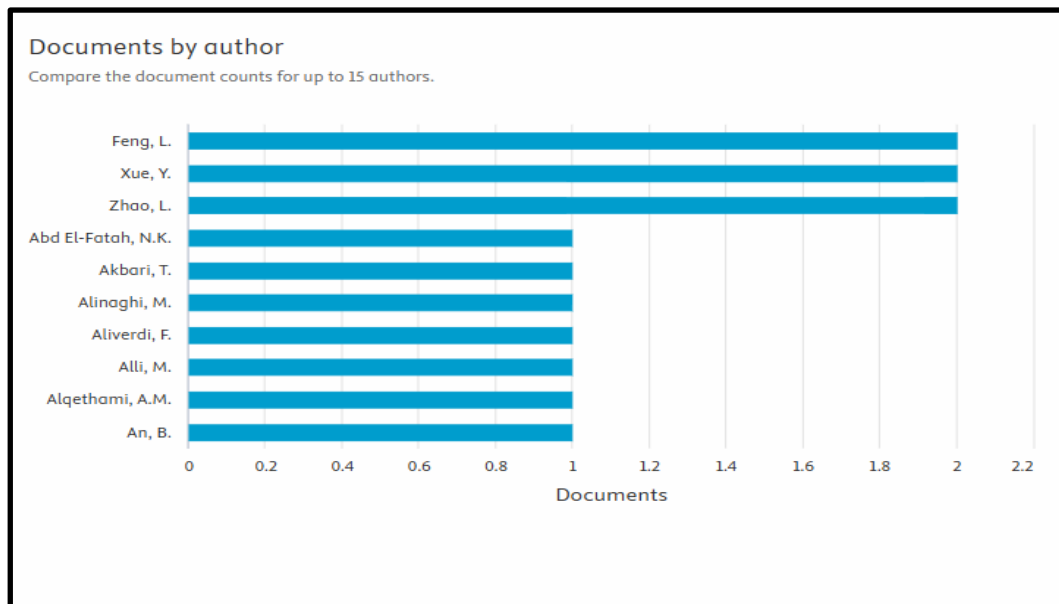
En el año 2014, llega a su máxima publicación, por primera vez, 2 artículos, y luego decae nuevamente a 0 en el año 2016. A partir del 2017 y 2018 hay un ascenso en publicaciones hasta 2.

Por otro lado, en el año 2019 se observa que la cantidad de libros y publicaciones, avanza hasta 5. En 2020 se presenta una ligera caída por motivos de pandemia.

Los años 2022 y 2024 se logra publicar entre 8 a 12 publicaciones relacionadas al tema, eso implica que nuestro gran título empieza a comentarse y publicarse como un aspecto de vital importancia social.

**Figura 2**

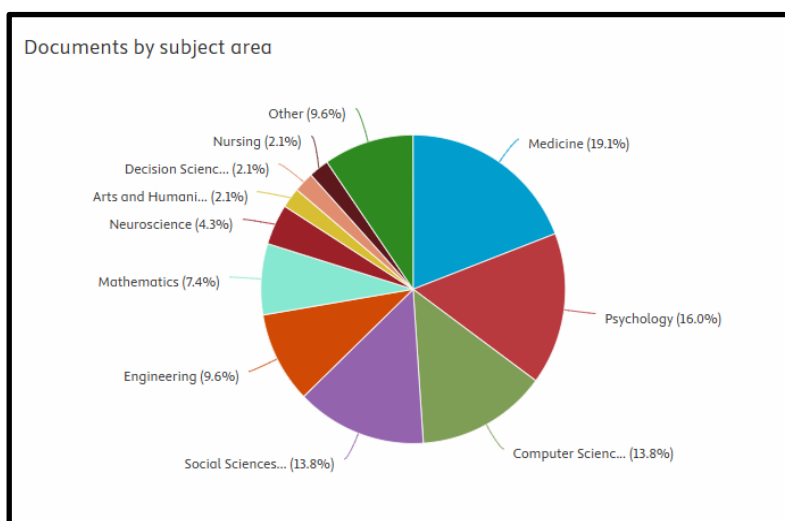
*Autores más sobresalientes que escribieron sobre las redes sociales y su influencia en la salud mental de los estudiantes universitarios*



En la figura 2 se encuentra la relación de los 10 autores que han investigado y han destacado sobre la importancia de evaluar y desarrollar la influencia que tiene las redes sociales sobre la salud mental en estudiantes universitarios. Todos ellos aportan desde su perspectiva y dejan clara su idea de lo necesario que es concientizar a las personas sobre el uso moderado y adecuado de las redes sociales para evitar resquebrajamiento en la salud mental, especialmente de los estudiantes universitarios. Así también, recomiendan a las casas superiores de estudio, la creación de programas y la atención esmerada a los futuros profesionales que puedan ser víctimas de esta adicción.

**Figura 3**

*Aportes desde las áreas al tema de estudio*



En la figura 3 los estudios revisados indican que las áreas donde más se ha centrado el estudio es en primer lugar, Medicina con 19.1 %; luego Psicología con 16 % y en un tercer lugar está la coincidencia

entre las Ciencias sociales y Ciencias de la computación, con 13.8 %. Además, se observa que es un asunto abordado desde las diferentes especialidades, por ser de gran influencia para el desarrollo o estancamiento de una sociedad.

#### **4. Discusión**

Una gran variedad de investigaciones nos aportan el grave problema de salud mental que tienen los estudiantes universitarios en diversos países del mundo, a la vez existen varias recomendaciones para superar el problema pero hasta el momento no se observan los resultados ni soluciones del problema, al contrario, cada vez existe mayor adicción a las redes sociales, al celular y, por otro lado se observa y se escucha cada día más, jóvenes con problemas de procrastinación, frustración, tristeza, apatía, desgano, autoestima no saludable, las cuales influyen en su rendimiento académico. Por ello la universidad tiene un gran reto, transformar a la humanidad (Jiménez- Jiménez, 2025), después de la crisis del covid, la universidad es el mayor referente para vivir en un mundo sano y sostenible.

También se observó en las investigaciones que la adicción al internet se definió como uso desmesurado e impulsivo del internet, origina dilemas en todos los aspectos de la vida (Kvintova, 2024). También ocasiona problemas cognitivos ya que retrasa la concentración, atención y el desarrollo emocional del estudiante universitario. Cada vez este problema se acrecienta sin límites.

Sin embargo, otros estudios comentan que las redes sociales fortalecen la resiliencia psicológica y salud mental, porque las personas pueden integrarse a grupos de salud mental o enviar y recibir mensajes alentadores que motiven su vida personal, (Miao and Zhang 2024).

Es indiscutible la relación que existe entre las redes sociales y salud mental, sin embargo, se encuentra en discusión si todos los estudiantes universitarios poseen el problema o es recuperable, incluso existen países que tienen políticas de salud mental y el uso de las redes sociales se encuentra regulado.

#### **5. Conclusión**

Las redes sociales y la salud mental son dos aspectos que se encuentran en tendencia en los últimos tiempos, sin embargo, la universidad cumple un rol preponderante en el sentido que la gran responsabilidad de la formación de futuros profesionales, es así, que una de sus prioridades es promover la salud mental en los estudiantes universitarios, con auténticos especialistas y organización académica, de tal manera que fomente profesionales integrales con buen desempeño académico pero también como personas.

## 6. Referencias

- Anchundia-Garcia, Choez-Lucas & Erazo-Quinde (2023) . Las Redes Sociales y su influencia en la Salud Mental de los estudiantes universitarios: Una Revisión Sistemática. Revista de investigación científica para todas las ciencias. Universidad de Guayaquil. Ecuador. <https://doi.org/10.59764/revicc.v3i4.34>
- Chen, Shaojie; Li, Si; Chen, Yuzhe & Lin, Jianjun. (2024). Análisis del comportamiento en las redes sociales de los estudiantes universitarios y su impacto en la salud mental. *Matemáticas Aplicadas y Ciencias No Lineales*, 9(1).
- Chugh, Srishti; Bansal, Yoguita; Nagpal, Ridham; Sakshi, Sakshi; Kaur, Sahej Preet; Saluja, Shefali; Ahluwalia, Bikram & Sharma, Sandhir. (2024). The impact of social media on mental health: Voices from college students. *Ethical Marketing Through Data Governance Standards and Effective Technology*. DOI: 10.4018/979-8-3693-2215-4.ch022. <https://www.igi-global.com/chapter/the-impact-of-social-media-on-mental-health/347153>
- Expósito-Duque, V.(2024). Determinantes sociales de la ansiedad en el siglo XXI. *Atención Primaria Práctica*. Volume 6, Issue 2. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2605073024000026>
- Gutiérrez-Marín, N.; Miranda-Garro, I & López-Soto, A. (2024). Instagram as a Pedagogical Tool in Pediatric Dentistry and Ortodontic Courses. *Odovtos* 26 (2). [https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2215-34112024000200071&lang=es](https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2215-34112024000200071&lang=es)
- Hou R, Huang I y Et. Al ( 2024) Who is helping students? A qualitative analysis of task-shifting and on-campus mental health services in China's university settings. Daphne Cockwell School of Nursing, Toronto Metropolitan University, 350 Victoria Street, Toronto, M5B 2K3, ON, Canada. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2024.117527>
- Ishfaq Hussain; Shilpi; & Ghulam Mohammad (2024). Efecto del uso de las redes sociales en el trastorno depresivo mayor entre la generación Z: un estudio en el contexto indio. *Information Discovery and Delivery* 52(3). <https://www.emerald.com/insight/content/doi/10.1108/idd-07-2022-0071/full/html>
- Jeff Huarcaya-Victoria (2020). Mental health considerations about the covid-19 pandemic. *Revista Peruana De Medicina Experimental Y Salud Pública*. 37(2). <https://Www.ScieloSp.Org/Article/Rpmesp/2020.V37n2/327-334/>



Jiménez- Jiménez, J et.al ( 2024) . La educación para la salud en la universidad: una oportunidad para aprender a vivir de forma sostenible. Federación Española de Asociaciones de Docentes de Educación Física (FEADEF) ISSN: Edición impresa: 1579-1726. Edición Web: 1988-2041(<https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/index>).

Kvintova, J. (2024). Path analysis reveals cross-country differences between Czech and Chinese university students in effect of internet and smartphone addiction, mental health, and personality traits on academic achievement in the post-pandemic era. BMC Psychology. DOI:[10.1186/s40359-024-02069-x](https://doi.org/10.1186/s40359-024-02069-x)

Llamocuro-Mamani, P.; Medrano-Espinoza, F. & Montealegre-Soto, D. (2021). Mental health in the Peruvian population during COVID-19. *Cirugía y cirujanos* (89) 3. <https://doi.org/10.24875/ciru.20001303>.  
[https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2444-054X2021000300416](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2444-054X2021000300416)

Martínez-Guerrero, C. (2018). Use of social networks in the scientific journals of the University of Los Andes, Venezuela. *E-Ciencias de la Información* (8) 1. <http://dx.doi.org/10.15517/eci.v8i1.28104>  
[https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1659-41422018000100032](https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1659-41422018000100032)

Miao, Ch (2024) . The effect of mobile social media on the mental health status of Chinese international students: an empirical study on the chain mediation effect. BMC Psychology. DOI:[10.1186/s40359-024-01915-2](https://doi.org/10.1186/s40359-024-01915-2)

Nagib N, Horita R, Miwa T, Adachi M, Tajirika S, Imamura N, et al. Impact of COVID-19 on the mental health of Japanese university students (years II-IV). *Psychiatry Res.* 2023;325(2023):115244 [en línea]. [consultado 18 Jul 2023]. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2023.115244>

Oyinbo, Atinuke G.; Cielo, Karyn; Mangano, Kelsey M; Morse, Brenna; El Ghaziri, Mazen; & Thind, Herpreet.(2023). Uso prolongado de las redes sociales y su asociación con el estrés percibido en estudiantes universitarias. *Revista estadounidense de educación para la salud*

Pérez, J. Ortiz, R. Torales, J. (2024) . Salud mental en estudiantes de la Carrera de Kinesiología y Fisioterapia de la Universidad Nacional de Asunción. 1Universidad Nacional de Asunción, Facultad de Ciencias Médicas. San Lorenzo, Paraguay. <https://doi.org/10.18004/rdn2024.may.02.055-067>

Rodríguez-Urra, C.; Trillo-Domínguez, M. & Herrero-Solana, V. (2023). The irruption of digital natives on the chilean media landscape: analysis of the academic impact in front of web and social networks (2004-2022). *Brazilian Journalism research*. 19 (1). DOI: 10.25200/BJR.v19n1.2023.1572.

<https://www.scielo.br/j/bjr/a/fDbXTJgswRvMH9kmHnGCvRn/?lang=en>

Salazar, J.; Arias, C. Quintero, D.; Velásquez, A.; Segura, A. & Giraldo, L. (2024). Mental health in medical students: a challenge beyond academic stress. *Psicología desde el Caribe*. (41) 1.

[http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0123-417X2024000100005](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0123-417X2024000100005)

Sameer Ansari, Irum Khan, Naved Iqbal,(2024) . Asociación entre el estrés y el bienestar emocional en estudiantes universitarios no médicos: una revisión sistemática y un metanálisis. *Journal of Affective Disorders*, Volume 368.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S016503272401512X>

Shang, ZhaoXuan y Et. Al .(2024) . Exploring the impact of smartphone addiction on mental health among college students during the COVID-19 pandemic: The role of resilience and parental attachment. Department of Psychology and Cognitive Science, East China Normal University, Shanghai, China. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2024.09.035>

Swed, Sarya; Bohsas, Haidara; Alibrahim, Hidar; Rais, Mohammed Amir; Elsayed, Mohamed; Nashwan, Abdulqadir J.; Hasan, Mohammad Mehedi; Nour Nasif, Mohamad; Sawaf, Bisher; Albuni, Mhd Kutaiba; Battikh, Elias & Abo Kash, Rawan. (2023). Internet Addiction and Depression among Syrian College Students: A Cross-Sectional Study. *Psychiatry International*. 4(3), DOI: 10.3390/psychiatryint4030027

Viera, A.; Guzmán, L. & Lorenzo, N. (2024). Scientific communication: use of social networks in scientific journals. (14) 1. [https://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1853-99122024000200012&lang=es](https://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1853-99122024000200012&lang=es)