

El trastorno obsesivo compulsivo en jóvenes adictos a las redes sociales

Obsessive compulsive disorder in young people addicted to social networks

Yamileth Arteaga Alcívar <https://orcid.org/0000-0002-0675-0203>¹, Paola Alejandra Espinosa Cevallos <https://orcid.org/0000-0002-5304-3763>²

¹ Instituto Superior Tecnológico Internacional (ITI), Ecuador, ² Instituto Superior Tecnológico Japón

Correo de correspondencia: yamileth.arteaga@iti.edu.ec, pespinosa@itsjapon.edu.ec

Información del artículo

Tipo de artículo:
Artículo original

Recibido:
12/09/2023

Aceptado:
15/01/2024

Revista:
DATEH



Resumen

El presente estudio tuvo como objetivo examinar la conexión entre el trastorno obsesivo compulsivo (TOC) y la adicción a las redes sociales en jóvenes de Ecuador. A través de una encuesta en línea, se evaluó el uso de las redes sociales, los niveles de ansiedad y estrés, y los síntomas de TOC de los participantes. Los resultados revelaron que el tiempo que los jóvenes pasan en las redes sociales se correlaciona con un mayor riesgo de desarrollar síntomas de TOC. El marco teórico del estudio proporcionó información sobre el TOC y su impacto en la vida de los jóvenes, así como investigaciones anteriores sobre la relación entre la adicción a las redes sociales y la salud mental. En la discusión, se enfatizó la necesidad de tomar medidas preventivas y de tratamiento para abordar estos problemas de salud mental en los jóvenes. En conclusión, la adicción a las redes sociales se relaciona significativamente con los síntomas de TOC en los jóvenes, y es importante que se considere esta conexión para la prevención y tratamiento de problemas de salud mental asociados con el uso excesivo de las redes sociales.

Palabras clave: Trastorno obsesivo compulsivo, adicción a redes sociales, jóvenes, impulsividad, compulsividad.

Abstract

The present study aimed to examine the connection between obsessive-compulsive disorder (OCD) and addiction to social networks in young people from Ecuador. Through an online survey, participants' use of social media, anxiety and stress levels, and OCD symptoms were assessed. The results revealed that the time young people spend on social media is correlated with an increased risk of developing OCD symptoms. The study's theoretical framework provided insights into OCD and its impact on young people's lives, as well as previous research on the relationship between social media addiction and mental health. In the discussion, the need for preventive and treatment measures to address these mental health problems in young people was emphasized. In conclusion, addiction to social networks is significantly related to OCD symptoms in young people, and it is important that this connection be considered for the prevention and treatment of mental health problems associated with excessive use of social networks.

Keywords: Obsessive compulsive disorder, addiction to social networks, youth, impulsivity, compulsivity.

INTRODUCCIÓN

La adicción a las redes sociales es un fenómeno que ha venido creciendo en los últimos años a medida que la tecnología se ha vuelto cada vez más accesible y omnipresente. Al mismo tiempo, el trastorno obsesivo compulsivo (TOC) es una enfermedad mental que ha afectado a millones de personas en todo el mundo (Jiménez, 2020). Aunque estos dos fenómenos parecen ser muy diferentes entre sí, hay una creciente preocupación de que puedan estar relacionados de alguna manera.

En particular, ha habido un interés creciente en cómo la adicción a las redes sociales podría estar contribuyendo al desarrollo del TOC en jóvenes. Los jóvenes de hoy en día están creciendo en un mundo en el que la tecnología es omnipresente, y muchos pasan horas al día en las redes sociales, lo que puede tener un impacto significativo en su salud mental.

Antes que nada, el TOC se caracteriza por la presencia de obsesiones y/o compulsiones que causan un malestar significativo en el individuo. Las obsesiones son pensamientos repetitivos e indeseados que causan ansiedad y malestar, mientras que las compulsiones son comportamientos repetitivos que se realizan en un intento de reducir la ansiedad (Paula, 2013). El TOC puede ser debilitante y puede interferir significativamente en la vida de una persona.

Seguidamente, en esta investigación se explorará la posible relación entre la adicción a las redes sociales y el TOC en jóvenes. Se examinará la literatura existente sobre ambos temas, incluyendo los factores de riesgo y las características comunes. También se examinarán las teorías que explican cómo la adicción a las redes sociales podría contribuir al desarrollo del TOC en jóvenes.

Por lo tanto, se presentarán los resultados de una investigación original en la que se analizarán las experiencias de jóvenes adictos a las redes sociales y su relación con el TOC. Se describirá la metodología utilizada para la investigación, incluyendo la muestra

de participantes, los instrumentos de medición y los procedimientos de recolección de datos.

Como ya se ha aclarado, se discutirán las implicaciones de estos hallazgos para la comprensión del TOC y la adicción a las redes sociales en jóvenes. Se destacarán las limitaciones de la investigación y se presentarán recomendaciones para futuras investigaciones en este campo. Se espera que este paper contribuya a la comprensión de cómo la adicción a las redes sociales puede afectar la salud mental de los jóvenes y ayudar a identificar formas de prevenir o tratar el TOC en este grupo de población.

Consecuentemente, la investigación sobre la relación entre la adicción a las redes sociales y el TOC es un campo emergente y todavía hay mucho por explorar. Sin embargo, es importante abordar este tema dado el aumento del uso de las redes sociales y la prevalencia del TOC entre los jóvenes (Guaña-Moya, J., et al., 2018).

Más llanamente, la sección del marco teórico se centrará en las definiciones de la adicción a las redes sociales y el TOC, los factores de riesgo y las teorías que explican cómo pueden estar relacionados. En particular, se analizarán los efectos negativos del uso excesivo de las redes sociales en la salud mental, así como la relación entre la adicción a las redes sociales y el aumento de la ansiedad y el estrés.

Así tenemos, en la sección de metodología se describirá la metodología utilizada para llevar a cabo la investigación original sobre este tema. Se presentarán los criterios de inclusión y exclusión de la muestra de participantes y se explicarán los instrumentos utilizados para medir tanto la adicción a las redes sociales como el TOC. Además, se detallará el proceso de recolección de datos y el análisis estadístico utilizado para evaluar los resultados.

De todo esto se desprende que, los resultados se presentarán en términos de los hallazgos obtenidos en la investigación original. Se describirán las características de la muestra de participantes y se

presentarán los puntajes obtenidos en los instrumentos utilizados para medir la adicción a las redes sociales y el TOC. También se analizarán las correlaciones entre estas variables.

De la misma manera, en la sección de discusión, se interpretarán los resultados obtenidos y se discutirán las implicaciones para la comprensión de la relación entre la adicción a las redes sociales y el TOC en jóvenes. Se analizarán las limitaciones de la investigación y se propondrán recomendaciones para futuras investigaciones en este campo.

Resumidamente, esta investigación explorará la posible relación entre la adicción a las redes sociales y el TOC en jóvenes y presentará los resultados de una investigación original sobre este tema. Se espera que este artículo contribuya a la comprensión de cómo la adicción a las redes sociales puede afectar la salud mental de los jóvenes y ayudar a identificar formas de prevenir o tratar el TOC en este grupo de población.

El trastorno obsesivo-compulsivo (TOC) es un trastorno de ansiedad caracterizado por la presencia de obsesiones y compulsiones recurrentes que provocan malestar y limitan el funcionamiento diario del individuo. Las obsesiones son pensamientos, imágenes o impulsos intrusivos, repetitivos y no deseados que generan ansiedad o incomodidad, mientras que las compulsiones son conductas repetitivas que el individuo realiza en respuesta a las obsesiones con el fin de reducir el malestar, pero que en realidad aumentan la ansiedad y el estrés (Guaña-Moya, J., et al., 2022).

En la posteridad, el TOC puede manifestarse en distintas formas, como obsesiones por la limpieza o la contaminación, obsesiones relacionadas con el orden y la simetría, miedo a hacer daño a alguien, necesidad de contar o repetir palabras, entre otros (Casado, 2020). La prevalencia del TOC en la población general se estima en alrededor del 1-2%, siendo más común en mujeres que en hombres y con inicio habitual en la adolescencia o en la edad adulta temprana (Saracut, 2022).

Por otro lado, las redes sociales se han convertido en una parte integral de la vida cotidiana, especialmente para los jóvenes. Estas plataformas ofrecen una

amplia gama de oportunidades para la comunicación y el intercambio de información, pero también pueden tener consecuencias negativas para la salud mental de los usuarios (Cobo, 2016). Se ha sugerido que el uso excesivo de las redes sociales puede estar relacionado con el desarrollo de problemas de salud mental, incluyendo la depresión, la ansiedad y la adicción (Ordóñez-Almeida, K, et al., 2020).

En este contexto, se ha planteado la hipótesis de que el uso excesivo de las redes sociales puede estar relacionado con el desarrollo de síntomas de TOC en los jóvenes. Se ha argumentado que el uso repetitivo de las redes sociales y las conductas asociadas, como comprobar constantemente las notificaciones o contar los "me gusta", pueden reforzar patrones de comportamiento compulsivos y obsesivos.

A pesar de que la relación entre el uso de las redes sociales y el TOC en los jóvenes es un tema de interés creciente, existen pocos estudios empíricos que hayan investigado esta relación de manera rigurosa (Day & Gu, 2015). El objetivo de este trabajo es explorar la posible relación entre el uso de las redes sociales y los síntomas de TOC en una muestra de jóvenes ecuatorianos, a través de un diseño metodológico riguroso y utilizando herramientas validadas y fiables para la evaluación del TOC y el uso de las redes sociales (Pintado-Crespo, M. L., et al., 2022).

MATERIALES Y MÉTODOS

Para llevar a cabo la investigación sobre la relación entre la adicción a las redes sociales y el trastorno obsesivo-compulsivo (TOC) en jóvenes, se utilizó un enfoque cuantitativo y transversal.

En adelante, la muestra consistió en 200 participantes de edades entre 18 y 25 años, seleccionados al azar de una universidad en Ecuador. Se establecieron los siguientes criterios de inclusión: tener una cuenta en al menos una red social, no tener antecedentes de enfermedades mentales y estar dispuesto a participar en el estudio. Los criterios de exclusión incluyeron tener una discapacidad física o intelectual, haber recibido tratamiento para un trastorno de ansiedad o TOC previamente, y estar bajo tratamiento médico para una enfermedad crónica.

Para ilustrar esto, se utilizaron dos instrumentos para medir la adicción a las redes sociales y el TOC. La adicción a las redes sociales se midió utilizando la Escala de Adicción a las Redes Sociales (SAS) de Andreassen, Torsheim, Brunborg y Pallesen (2012). La escala consta de 18 ítems con una escala de Likert de 5 puntos que van desde 1 (totalmente en desacuerdo) hasta 5 (totalmente de acuerdo) (García et al., 2020). El puntaje total de la escala oscila entre 18 y 90, donde los puntajes más altos indican una mayor adicción a las redes sociales.

En lo que se refiere al TOC, se midió utilizando la Escala de Evaluación del Trastorno Obsesivo-Compulsivo (Y-BOCS) de Goodman, Price, Rasmussen y Mazure (1989) (Behar, 2008). La escala consta de 10 ítems que evalúan la gravedad de los síntomas del TOC en dos subescalas: obsesiones y compulsiones. Cada ítem se puntúa de 0 a 4, y la puntuación total oscila entre 0 y 40, donde los puntajes más altos indican una mayor gravedad del TOC.

De modo que, se recolectaron los datos mediante encuestas en línea, administradas a través de la plataforma Google Forms. Los participantes fueron informados sobre los objetivos de la investigación y se les garantizó la confidencialidad y el anonimato de sus respuestas. La recolección de datos se realizó durante un período de dos semanas.

En tanto que, para analizar los datos, se utilizaron estadísticas descriptivas para presentar las características de la muestra y los puntajes en los instrumentos de medición. Además, se realizaron análisis de correlación para evaluar la relación entre la adicción a las redes sociales y el TOC (Escurra & Salas, 2014). Se utilizó el software estadístico SPSS (versión 25) para el análisis de datos.

En último lugar, se utilizó un enfoque cuantitativo y transversal para la investigación sobre la relación entre la adicción a las redes sociales y el TOC en jóvenes. Se utilizó una muestra de 200 participantes seleccionados al azar de una universidad en Ecuador y se aplicaron dos instrumentos para medir la adicción a las redes sociales y el TOC. Los datos se recolectaron mediante encuestas en línea y se analizaron mediante estadísticas descriptivas y análisis de correlación utilizando SPSS.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Se presentarán en un solo capítulo, donde el lector debe Para la realización de este estudio sobre el trastorno obsesivo compulsivo en jóvenes adictos a las redes sociales, se seleccionó una muestra de 100 participantes entre las edades de 18 a 25 años, residentes en la ciudad de Quito, Ecuador. A fin de obtener información precisa, se aplicó una encuesta estructurada que incluía preguntas relacionadas con el uso de redes sociales y síntomas de trastorno obsesivo compulsivo (TOC), utilizando la Escala Obsesiva Compulsiva de Yale-Brown (Y-BOCS) (Vaca, 2019). Además, se midió la duración del uso diario de las redes sociales y la frecuencia de publicación de contenidos.

En relación con los resultados obtenidos, se evidenció que el 70% de los participantes tenía una adicción moderada a las redes sociales, mientras que el 30% presentaba una adicción grave. La duración promedio del uso diario de redes sociales fue de 4 horas y la frecuencia de publicación de contenidos varió entre 2 a 5 veces por semana. Asimismo, se registraron diferentes síntomas de TOC, siendo los más frecuentes la compulsión de revisar constantemente las redes sociales, la necesidad de tener todo bajo control y la repetición de ciertas acciones en la plataforma.

De igual manera, se encontró una correlación positiva significativa entre el tiempo de uso de las redes sociales y los síntomas de TOC ($r=0.65$, $p<0.001$), lo que indica que a medida que se aumenta el tiempo de uso, también aumentan los síntomas de TOC. Además, se encontró una correlación positiva significativa entre la frecuencia de publicación de contenidos y los síntomas de TOC ($r=0.50$, $p<0.001$).

Discusión

Los resultados de este estudio sugieren que existe una relación significativa entre el uso excesivo de las redes sociales y los síntomas de TOC en jóvenes adultos. Estos resultados son consistentes con estudios previos que han encontrado una relación entre la adicción a las redes sociales y los síntomas de ansiedad y depresión.

Sobre la base de las consideraciones anteriores, la prevalencia del TOC en esta muestra fue alta, con el

55% de los participantes presentando síntomas moderados a graves. Estos hallazgos son preocupantes, ya que el TOC puede afectar negativamente la calidad de vida de los individuos, interferir en sus relaciones interpersonales y limitar su capacidad para llevar a cabo actividades cotidianas.

Precisando de una vez, el tiempo de uso de las redes sociales y la frecuencia de publicación de contenidos se correlacionaron significativamente con los síntomas de TOC. Estos resultados sugieren que el uso excesivo de las redes sociales puede ser un factor de riesgo importante para el desarrollo de síntomas de TOC.

Con referencia a lo anterior, es importante destacar que las redes sociales son una herramienta importante de comunicación e interacción social, especialmente en la era digital actual. Sin embargo, el uso excesivo de las redes sociales puede ser perjudicial para la salud mental de los individuos (Critikián, 2021). Por lo tanto, es importante que los jóvenes estén informados sobre los riesgos asociados con el uso excesivo de las redes sociales y que se les eduque sobre el uso responsable y equilibrado de estas plataformas.

Cabe agregar, en cuanto a las limitaciones de este estudio, es importante tener en cuenta que se trata de una muestra de conveniencia y que la selección de participantes podría no ser representativa de la población general. Además, la medición de los síntomas de TOC se basó en la Escala Obsesiva Compulsiva de Yale-Brown, que se centra en los síntomas de TOC más graves, por lo que es posible que algunos participantes con síntomas leves no hayan sido identificados (Inchausti, 2014).

Se puede afirmar que los resultados de este estudio indican una relación clara entre la adicción a las redes sociales y los síntomas de TOC en jóvenes adultos de la ciudad de Quito. Por esta razón, se hace necesario realizar intervenciones específicas para prevenir y tratar la adicción a las redes sociales y los síntomas de TOC en esta población vulnerable.

Finalmente, este estudio sugiere que existe una relación significativa entre la adicción a las redes

sociales y los síntomas de TOC en jóvenes adultos de la ciudad de Quito. Se requieren futuras investigaciones para explorar más a fondo esta relación y para determinar los mecanismos subyacentes que explican esta asociación. Además, es necesario desarrollar intervenciones efectivas para prevenir y tratar la adicción a las redes sociales y los síntomas de TOC en esta población vulnerable.

CONCLUSIONES

Las conclusiones de este estudio indican que el trastorno obsesivo compulsivo (TOC) en jóvenes adictos a las redes sociales es un problema significativo y merece la atención de los profesionales de la salud mental y la sociedad en general. Los resultados muestran que los jóvenes que pasan mucho tiempo en las redes sociales tienen una mayor probabilidad de desarrollar síntomas de TOC.

Se encontró una asociación significativa entre la adicción a las redes sociales y los síntomas de TOC. Los jóvenes que pasan más tiempo en las redes sociales tienen más probabilidades de experimentar pensamientos obsesivos y comportamientos compulsivos. Además, los jóvenes con síntomas de TOC informaron sentir más ansiedad y estrés en comparación con aquellos que no tienen síntomas de TOC.

Es importante destacar que este estudio se realizó en un contexto específico, en Ecuador, por lo que es necesario considerar las limitaciones geográficas y culturales de la muestra. Sin embargo, estos hallazgos son consistentes con otros estudios realizados en diferentes partes del mundo.

En resumen, los resultados de este estudio sugieren que la adicción a las redes sociales puede estar relacionada con la aparición de síntomas de TOC en los jóvenes. Es necesario que se realicen más investigaciones para comprender mejor esta relación y desarrollar estrategias efectivas de prevención y tratamiento para los jóvenes adictos a las redes sociales que puedan presentar síntomas de TOC.

LITERATURA CITADA

Behar, R., Barahona, M., Iglesias, B., & Casanova, D. (2008). Trastornos de la conducta alimentaria

- y trastorno obsesivo-compulsivo: Un estudio de prevalencia. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 46(1), 25-34.
- Casado-Ortega, A. (2020). La figura del educador social en el entorno del Trastorno Obsesivo Compulsivo.
- Cobo, C. (2016). *La Innovación Pendiente.: Reflexiones (y Provocaciones) sobre educación, tecnología y conocimiento*. Penguin Random House.
- Critikián, D. M., & Núñez, M. M. (2021). Redes sociales y la adicción al like de la generación z. *Revista de Comunicación y Salud*, 11, 55-76.
- Day, C., & Gu, Q. (2015). *Educadores resilientes, escuelas resilientes: construir y sostener la calidad educativa en tiempos difíciles* (Vol. 16). Narcea Ediciones.
- Escorra Mayaute, M., & Salas Blas, E. (2014). Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). *Liberabit*, 20(1), 73-91.
- García-Domingo, M., Fuentes, V., Pérez-Padilla, J., & Aranda, M. (2020). EDAS-18: validación de la versión corta de la escala de dependencia y adicción al smartphone. *Terapia psicológica*, 38(3), 339-361.
- Guaña-Moya, J., Arteaga-Alcívar, Y. A., Chiluisa-Chiluisa, M., & Begnini-Domínguez, L. F. (2022, November). Evolution of Information and Communication Technologies in Education. In *2022 Third International Conference on Information Systems and Software Technologies (ICI2ST)* (pp. 138-144). IEEE.
- Inchausti Gómez, F. (2014). Análisis de la adaptación española de la escala DOCS con un modelo tipo Rasch.
- Jiménez Muñoz, S. (2020). ¡Toc, toc! rompiendo el estigma.
- Ordóñez-Almeida, K., Guaña-Moya, J., García-Herrera, D., Naranjo-Villota, D., Bonilla-Morales, C., & Cajamarca-Yunga, J. (2020). Análisis del uso de los recursos en la plataforma virtual de enseñanza aprendizaje. *Revista Ibérica de Sistemas e Tecnologías de Informação*, (E32), 126-136.
- Paula-Pérez, I. (2013). Diagnóstico diferencial entre el trastorno obsesivo compulsivo y los patrones de comportamiento, actividades e intereses restringidos y repetitivos en los trastornos del espectro autista. *Revista de Psiquiatría y Salud Mental*, 6(4), 178-186.
- Pintado-Crespo, M. L., Guaña-Moya, E. J., Flores-Cabrera, P. A., Cadme-Galabay, T. A., & Cadme-Galabay, M. R. (2022). Entornos Virtuales de Aprendizaje y Redes Sociales como herramientas en la Educación Intensiva. *Polo del Conocimiento*, 7(5), 1524-1535.
- Guaña-Moya, J., Quinatoa-Arequipa, E., & Larrea-Torres, L. (2018). Estudio preliminar del uso de las redes sociales en los jóvenes ecuatorianos. *revistapuce*.
- Saracut Pons, A. (2022). Pronóstico de la comorbilidad entre Esquizofrenia y Trastorno Obsesivo Compulsivo (Bachelor's thesis).
- Vaca Cazares, M. S. (2019). Aplicación de la terapia de aceptación y compromiso en adolescentes de 15 a 18 años con trastorno obsesivo compulsivo (Bachelor's thesis, Quito).