



Universidad
Zaragoza

TRABAJO FIN DE GRADO

El efecto del uso de Instagram sobre el rendimiento académico

The effect of Instagram's use on academic performance

Alumna: Cristina Pedraza Morcate

NIA: 697417

Director: Agustín Martínez Molina

Grado de Psicología

Curso 2017-2018



Facultad de
Ciencias Sociales
y Humanas - Teruel
Universidad Zaragoza

Resumen

Se ha vinculado el uso de las redes sociales (RRSS) y los móviles con una disminución del rendimiento académico en los estudiantes. El estudio que se propone se llevará a cabo con estudiantes universitarios, con edades comprendidas entre 18 y 30 años. Se les pasará un formulario compuesto por preguntas sobre variables demográficas (sexo, edad, nivel educativo y país de residencia), de rendimiento académico autoinformado y el Cuestionario de Adicción a RRSS (ARS) contextualizada para una red social de foto y video, en este caso Instagram (propiedad de Facebook, Inc.). El principal objetivo del estudio es examinar el efecto del uso de Instagram sobre el rendimiento académico de los estudiantes. Al igual que en la literatura revisada, se espera encontrar una relación negativa entre el uso de Instagram y el rendimiento académico, sin existir diferencias entre hombres y mujeres.

Palabras clave: redes sociales, móvil, adicción, rendimiento académico, Instagram.

Abstract

The use of social networks (RRSS) and mobile devices has been linked to a decrease in student academic performance. The proposed study will be carried out with university students, aged between 18 and 30 years. They will receive a form consisting of demographic variables (sex, age, educational level and country of residence), their self-reported academic performance, and the Questionnaire of Social Networking Addiction (SNA) framed for a photo and video social network (Instagram owned by Facebook, Inc.). The main objective of the study is to examine the effect of them Instagram use on the academic performance of students. As in the literature reviewed, it is expected to find a negative relationship between the use of Instagram and academic performance, without differences between men and women.

Key words: social network sites, smartphone, addiction, academic performance, Instagram.

Efecto del uso de Instagram sobre el rendimiento académico

Las redes sociales se han introducido en la vida cotidiana de las personas usuarias de Internet y los Teléfonos móviles. Ambas tecnologías se encuentran entrelazadas desde que los Teléfonos móviles tienen tanta presencia en la vida diaria, especialmente entre los estudiantes (Giunchiglia, Zeni, Gobbi, Bignotti y Bison, 2018).

Las redes sociales suelen ser plataformas online que permiten que las personas gestionen sus relaciones personales y se mantengan continuamente actualizados con el mundo. La penetración y el aumento del uso de redes sociales como Facebook, Whatsapp, Twitter o Instagram se ha transformado en un fenómeno global durante los últimos años y ha provocado una revolución en la forma de comunicarse de las personas (Raj, Bhattacharjee y Mukherjee, 2018). Tal revolución digital se ha acompañado de un aumento del número de estudios que intentaban comprender los efectos que podían tener las redes sociales en las personas (Al-Yafi, El-Masri y Tsai, 2018). Giunchiglia et al., (2018), plantean que los medios de comunicación social, como son las aplicaciones de redes sociales, son aquellos que utilizan algún tipo de tecnología para compartir textos, imágenes o audios, y proponen dividirlos en tres categorías. En primer lugar, las redes sociales (RRSS), que son plataformas online que se utilizan con el fin de construir redes sociales o relaciones con otras personas (p.ej., Facebook). En segundo lugar, las aplicaciones de mensajería instantánea (MI) son chats en línea que permiten la transmisión de textos en tiempo real, como WhatsApp. En tercer lugar, los navegadores web, es decir, aplicaciones de software que sirven para recuperar, presentar y/o compartir información, como, por ejemplo, Google Chrome. Concluyen que las personas utilizan más tiempo las redes sociales que la MI, pero ambas influyen de manera negativa en el rendimiento académico de los estudiantes.

Nayak (2018), encontró que el 74% de los participantes del estudio utilizaban los teléfonos móviles para enviar mensajes (WhatsApp, Messenger, SMS), el 68% lo utilizaban para acceder a las redes sociales (Facebook, Instagram, Twitter), el 51.6% de los sujetos lo utilizaban para acceder a la cámara, el 35 % para jugar y el 32.5% para hacer vídeos. Raj et al., (2018), descubrieron que de los 388 sujetos que formaban la muestra, el 87.1% usaba las redes sociales. Los sitios más visitados fueron, en primer lugar, WhatsApp (82%), en segundo lugar, Facebook (75.1%) y por último Instagram (33.7%). Los teléfonos móviles fueron el medio más común para acceder a las redes sociales, seguidos de los portátiles u ordenadores de casa. El 77.5% de los participantes

opinaban que sus cuentas online contenían información real sobre ellos mismos, el 32.5% creía que su rendimiento académico se había visto afectado de forma negativa por las redes sociales, el 54.7% sentían que invertir tiempo en las redes sociales interfería con su capacidad para estudiar o realizar tareas en el último mes, y el 22.8% afirmaban que se habían retrasado en la entrega de una tarea porque habían pasado más tiempo en las redes sociales en vez de completar la tarea.

En otra investigación, realizada en Qatar, el 99% de los estudiantes encuestados habían accedido a las redes sociales en el último año. La mayoría, utilizaba sus teléfonos móviles para acceder a las redes sociales, el 47% lo hacía a través de sus portátiles y el 19% a través de sus tablet. Instagram fue la red social más utilizada (88%), seguida de Snapchat (85%). El uso de Facebook (27%) fue muy bajo en esta región. El 56% de la muestra pasaba cinco horas o más en las redes sociales. El 61% estuvo de acuerdo con que el uso de las redes sociales afectaba a su rendimiento en el trabajo o la escuela (Al-Yafi et al., 2018). Otro estudio intentó investigar la prevalencia de uso de las redes sociales en 6 países diferentes. Encontró que el país con mayor prevalencia fue Rumanía, en el que el 44% de los adolescentes utilizaban las redes sociales. Después se encontraban los Países Bajos e Islandia con un 40%, seguidos de Grecia con un 38%, España con un 36% y Polonia con un 32% (Tsitsika et al., 2014).

A pesar de que se pueden entender en términos positivos debido a los nuevos servicios de comunicación que ofrecen, su uso desmesurado puede fomentar nuevos hábitos de la tecnología de la información (NTIC) que podrían dar lugar a una adicción (Al-Yafi et al., 2018). Tal y como señalan Samaha y Hawi (2016), en su investigación, la utilización de los Teléfonos móviles ha ido modificando las rutinas cotidianas, los hábitos, los comportamientos sociales, los valores sobre la emancipación, las relaciones con la familia y las interacciones sociales. De igual modo, las formas y paradigmas de la enseñanza han ido transformándose de acuerdo a los cambios producidos en la tecnología, la psicología, la sociedad, la política y la economía en los contextos de aprendizaje. Sin embargo, estos cambios también pueden afectar de forma negativa a estos contextos y al desarrollo cognitivo de los alumnos. Señalan que, uno de estos adelantos que influye negativamente en el aprendizaje son las redes sociales, ya que a pesar de permitir una comunicación directa en tiempo real, distraen a los usuarios en las actividades sociales y por tanto educativas (Bustos, Flores y Flores, 2016).

Investigaciones anteriores ya habían sugerido que el excesivo uso de las nuevas

tecnologías, y fundamentalmente de las redes sociales, puede ser especialmente problemático para la gente joven (Echeburúa y de Corral, 2010).

En esta misma línea, en lo que se refiere al impacto de las redes sociales, a pesar de que han facilitado las relaciones entre amigos y familiares, sus efectos adversos no deben dejarse de lado ya que la población joven es mucho más propensa a desarrollar una adicción debido a que están en continua alerta de lo que ocurre en estos entornos. A menudo participan en conversaciones e incluso responden mensajes en momentos inadecuados y están comprometidos de forma patológica con estas actividades, dando lugar a un peor rendimiento académico, insomnio, angustia, ansiedad, falta de control, interrupción de hábitos alimenticios, excesiva fatiga y disminución de las interacciones sociales en la vida real (Raj et al., 2018). Kuss y Griffiths (2011), ya habían sugerido anteriormente que la adicción a las redes sociales podría causar problemas de salud mental a algunas personas. Otra investigación encontró resultados similares ya que aquellos estudiantes que tenían una mala salud mental, eran mayores usuarios de las redes sociales. Los sujetos que informaban un uso de dos horas o más al día, se auto-evaluaban con mala salud mental, tenían sufrimiento psicológico, ideación suicida o necesidad insatisfecha de apoyo para la salud mental. Es posible que estos sujetos, utilizaran más frecuentemente las redes sociales para buscar interacción o apoyo de otras personas (Sampasa-Kanyinga y Lewis, 2015).

Según Cao, Masood, Luqman y Ali (2018), las redes sociales afectan de manera negativa a la atención necesaria para producir un rendimiento académico significativo durante el estudio (p.ej., atender a las notificaciones y publicaciones de Facebook durante las clases) y también pueden influir en la preocupación mental que podría distraer de los estudios fuera de las horas de clase. Los resultados de esta misma investigación sugieren que el uso excesivo de las redes sociales tiene consecuencias negativas. Encuentran que los aumentos en la invasión en la vida, en el agotamiento tecnológico y en la invasión de la privacidad se asocian con una reducción del rendimiento académico de los estudiantes. Es decir, existe una asociación negativa entre estos tipos de consecuencias y el rendimiento académico.

Muchos estudios ya han advertido que el uso de redes sociales puede conllevar a la adicción. Griffiths (2005), argumenta que una adicción conductual como puede ser la adicción a las redes sociales, puede verse desde una perspectiva biopsicosocial. Tanto si se trata de una adicción a una sustancia o una adicción conductual, ambas deben

entenderse como una experiencia que incorpora los síntomas clásicos de la adicción. Por ello, definió de forma operativa las conductas adictivas como cualquier comportamiento que se caracteriza por seis componentes: (1) saliencia, es decir, preocupación cognitiva, conductual y emocional por el uso de las RRSS; (2) modificación del estado de ánimo por el uso de las RRSS que conduce a un cambio favorable en los estados de ánimo; (3) tolerancia, que produce cada vez un uso mayor de las redes sociales; (4) síndrome de abstinencia, lo cual lleva a experimentar síntomas físicos y emocionales desagradables cuando se detiene o restringe el uso de las RRSS; (5) conflicto, como problemas interpersonales e intrapsíquicos por el uso de las redes; (6) recaída, ya que las personas adictas vuelven rápidamente al uso excesivo de las RRSS después de un período de abstinencia.

Griffiths (2013), puso de relieve que aquellas personas que son adictas a las redes sociales experimentan síntomas similares a los de las personas adictas a sustancias u otros comportamientos.

Los resultados de Nayak (2018), sugieren que el incremento en el uso de los teléfonos móviles lleva a una mayor adicción a estos dispositivos. Estos hallazgos son apoyados por los de Salehan y Negahban (2013), quienes descubrieron que el uso de los teléfonos móviles es un importante predictor de adicción. Volviendo al estudio de Nayak (2018), encontraron cuatro factores relacionados con la adicción. Estos son, la falta de control, el descuido del trabajo, los cambios en el comportamiento y los sentimientos ansiosos. Todos los factores estaban altamente correlacionados con el uso de los teléfonos móviles y con la disminución del rendimiento académico, sugiriendo así que el alto uso de estos dispositivos lleva al incremento de los comportamientos adictivos. Sin embargo, encontraron que el sexo tiene un efecto moderador en la relación entre la adicción y el rendimiento académico. Encontraron que, en el caso de los hombres, sólo tres factores (descuido del trabajo, ansiedad y falta de control) tenían una relación significativa con el rendimiento, mientras que en las mujeres, el único factor que se relacionaba de forma significativa fue los cambios en el comportamiento. Este estudio muestra que el rendimiento, tanto de las mujeres como de los hombres, puede verse afectado por el uso de los teléfonos móviles, teniendo un efecto más acusado entre los hombres. Esto podría deberse a que como el estudio se lleva a cabo en la India, donde los hombres tienen más privilegios que las mujeres y acceden mucho antes a los teléfonos móviles, se produce un impacto más negativo sobre el rendimiento académico de los hombres.

Los resultados de otro estudio, resaltan que aquellos estudiantes con altos niveles de adicción a los teléfonos móviles no son capaces de lograr un rendimiento académico distintivo, especialmente cuando se observa que utilizan las redes sociales durante el estudio o las clases. Concluyen que el uso de las aplicaciones de redes sociales durante las actividades académicas es un factor clave para que se de una asociación negativa con el rendimiento académico de los estudiantes (Giungchiglia et al., 2018).

Raj et al. (2018), encontraron que, de los 338 usuarios de redes sociales, 239 (70.7%) resultaron ser adictos, mientras que 99 no lo eran, siendo más común en el grupo de edad 17 años o más. Advierten de la necesidad de educar a los estudiantes sobre las formas de usar estas plataformas y los peligros asociados a ellas, para que comprendan que deben utilizarse con cautela. De igual forma, se vió que las probabilidades de adicción a las redes sociales eran mayores cuando el 50% o más de los amigos que tenían online, eran conocidos en la vida real, cuando las cuentas contenían datos de la vida real y entre los alumnos que accedían a las redes a través de sus teléfonos móviles. Sus hallazgos ponen de relieve que la cantidad de tiempo invertido en el uso de redes sociales se asocia de manera positiva con la adicción a las RRSS, es decir, cuanto más tiempo se pasa en las redes, mayor adicción se mostrará.

En otra investigación, se revela que la adicción a las redes sociales es un fenómeno que está muy presente entre los estudiantes universitarios de Qatar. Sus resultados muestran que cuando consideran la muestra al completo, no existe una relación lineal significativa entre la adicción a las redes sociales y el rendimiento académico. Sin embargo, cuando dividen la muestra en dos, por un lado los usuarios no adictos que utilizan las RRSS de forma regular o rara vez, y por otro los usuarios excesivos que son potencialmente adictos a las RRSS, encuentran que existe una relación lineal positiva significativa entre el uso de las redes sociales y el rendimiento de los sujetos no adictos. El rendimiento de los usuarios adictos disminuye de forma significativa a medida que aumenta el uso de las redes sociales. Estos resultados sugieren que cuanto más adictas sean las personas que utilizan las redes sociales, más bajo será su rendimiento (Al-Yafi et al., 2018).

Xu y Tan (2012), sugirieron que la transición de un uso normal de las redes sociales a uno problemático se daba cuando estas plataformas eran vistas por los sujetos como un mecanismo para aliviar el estrés, la soledad o la depresión. Afirman que aquellos que frecuentemente utilizan las redes sociales, son pobres al socializar en la vida

real. Para estas personas, el uso de las redes sociales les proporciona continuas recompensas y hace que participen cada vez más en esta actividad, lo que finalmente puede conducir a ciertos problemas (p.ej., ignorar relaciones en la vida real, el trabajo, conflictos educativos, etc.). Estos problemas pueden provocar una exacerbación de los estados de ánimo indeseables para estos sujetos, lo que les lleva a utilizar las redes sociales como una forma de aliviar estos estados de ánimo. En consecuencia, se vuelven más dependientes psicológicamente de las redes sociales.

Wilson, Fornasier y White (2010), quisieron examinar qué rasgos de personalidad estaban asociados con un mayor uso de las RRSS, lo que también podía llevar al abuso y/o adicción. Los rasgos más relacionados fueron los de conciencia y extroversión. Encontraron que aquellos sujetos que puntuaron más bajo en conciencia y tenían una puntuación más alta en extroversión, pasaban más tiempo utilizando las RRSS y presentaban mayores tendencias adictivas a las RRSS.

En otro estudio llevado a cabo con estudiantes universitarios de Taiwán, intentaron examinar las relaciones entre el uso de internet y el rendimiento académico, el ajuste psicosocial y la autoevaluación entre otras. En cuanto a la experiencia online de los encuestados, descubrieron que el tiempo semanal promedio total fue de 17 horas. En general, los hombres pasaban más tiempo en internet que las mujeres. Por otro lado, en cuanto al ajuste psicológico de los sujetos, aquellos usuarios que tenían un mayor uso de las redes sociales, eran más propensos a estar deprimidos, físicamente enfermos y solos. Respecto a la autoevaluación, hubo diferencias significativas en la introversión entre los usuarios con un mayor uso y los usuarios con menor uso. Los primeros, resultaron ser más introvertidos que los usuarios con un menor uso. En cambio, en el manejo de la emoción y en la mentalidad fuerte no se encontraron diferencias significativas entre ambos grupos. Por último, se encontraron diferencias significativas en el rendimiento académico. Los usuarios con un menor uso obtenían mejores calificaciones y una mayor satisfacción con el aprendizaje en comparación a los usuarios con un mayor uso. Es decir, estos últimos, que pasaban más tiempo online, tenían más dificultades académicas y de aprendizaje (Chen y Peng, 2008).

Anteriormente, Richardson, Abraham y Bond (2012), ya había descubierto que las correlaciones entre el rendimiento académico de los estudiantes y sus antecedentes socioeconómicos, su sexo y su edad indicaron que aquellos con un nivel socioeconómico más alto, los que tenían más edad y las mujeres obtenían calificaciones más altas.

También encontraron que ciertas influencias contextuales psicosociales como el estrés general y el estrés académico tenían efectos negativos aunque pequeños en el rendimiento académico de los estudiantes y que el apoyo social tenía pequeños efectos positivos.

En una revisión sistemática realizada por Doleck y Lajoie (2017) se mencionan algunos estudios que han investigado sobre la relación entre el uso de redes sociales y el rendimiento académico de los estudiantes. Sin embargo, muchos de ellos conceptualizan las redes sociales en general y no diferencian entre las redes sociales. Se puede concluir que, en general, establecen una relación inversa entre el uso de las RRSS y el rendimiento académico.

De igual forma, muchos han intentado estudiar la asociación entre el uso de RRSS y el rendimiento académico, focalizados específicamente en Facebook. Por lo general, todos encontraron los mismos resultados. El uso de Facebook afectaba de manera negativa al rendimiento académico de los estudiantes. A pesar de todos estos hallazgos, los autores de la revisión concluyen que no existe un acuerdo entre los investigadores sobre la relación entre el uso de RRSS y el rendimiento académico (Doleck & Lajoie, 2017).

Objetivos e Hipótesis

Sin embargo, ningún estudio ha examinado la relación entre otras aplicaciones de redes sociales, como por ejemplo, Instagram y el rendimiento académico. Según Huang (2018), ninguna investigación hasta ahora ha estudiado el efecto que podría tener el sitio en el que los usuarios pasan tiempo en la red en la relación entre el uso de las redes sociales y el rendimiento académico.

Por ello, el *objetivo general de este trabajo es estudiar los posibles efectos del uso de Instagram en el rendimiento académico* ya que se trata de una plataforma que está en auge y que ha vuelto a cambiar las formas de comunicación, permitiendo que ésta sea más dinámica y rápida. Es posible, que al ser una red social que llega a muchos más usuarios, pueda producir una mayor adicción, ya que, especialmente la gente joven, está todo el día comprobando la red social para no perderse nada.

Debido a estas razones, los objetivos específicos son: (O1) Describir las características demográficas y de su uso de Instagram en los estudiantes; (O2) Analizar la relación entre el uso de Instagram y el rendimiento académico; (O3) Analizar las diferencias entre hombres y mujeres que el uso de Instagram tiene sobre el rendimiento académico. Y las hipótesis para estos objetivos son: (H1) La muestra describe

características demográficas y de uso de Instagram similares a la literatura revisada; (H2) El uso de Instagram se relaciona negativamente con el rendimiento académico de los estudiantes; (H3) No existen diferencias en el uso de Instagram y en el rendimiento académico entre hombres y mujeres.

Método

Participantes

El estudio se llevará a cabo con estudiantes universitarios. La muestra estará compuesta principalmente por alumnos universitarios de ambos sexos en similar proporción y en edades comprendidas principalmente entre 18 a 30 años. Estas características de sexo y edad se tomaron como referencia de los datos ofrecidos el 12 de marzo de 2018 por la Universidad de Zaragoza (“Información Académica”, 2018), donde la proporción de sexos estaba cercana a la paridad (Mujeres = 14929, 54%) y el rango de edad descrito por el 90% fue ese.

Medidas

Demográficos: contendrá datos sobre variables sociodemográficas de interés para la investigación, como son el sexo, la edad, el nivel educativo y el país de residencia.

Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS): versión en español de Ecurra y Salas (2014). En este estudio la escala se contextualiza en el uso de Instagram. Está compuesto por dos secciones. La primera, contiene 5 preguntas sobre la forma de acceder a las redes sociales y la frecuencia de uso. La segunda, es una escala compuesta por 24 ítems que evalúan el nivel de adicción a las redes sociales a través de una escala de categorías ordenadas de cinco puntos: (N) nunca, (RV) rara vez, (AV) algunas veces, (CS) casi siempre o (S) siempre (ver Anexo 1).

El ARS está compuesto por las siguientes dimensiones: (1) pérdida de control; (2) dependencia; (3) conflictos en la esfera social; (4) disminución del rendimiento académico; (5) síndrome de abstinencia; (6) modificación del estado de ánimo; (7) pérdida de interés en otras actividades (Vilca & Vallejos, 2015).

Rendimiento Académico: se medirá a través del promedio autorreferido de notas del expediente de 0 a 10 con un decimal.

Ítem dirigido: se incluye una medida de control para detectar respuestas con niveles insuficientes de atención (DeSimone et al., 2015).

Procedimiento

Los datos se recabarán a través de un formulario que se realizará con la plataforma de la empresa Google, el cual contendrá todos los datos anteriormente citados. El formulario se publicará a través de las redes sociales (p.ej., Facebook, WhatsApp e Instagram) el 26 de noviembre de 2018 y estará abierto hasta el 23 de diciembre de 2018. En él se especificará que la participación es totalmente voluntaria y se garantizará el anonimato y la confidencialidad de los datos recabados, es decir, que los datos serán utilizados única y exclusivamente para los fines de la investigación. Los participantes serán filtrados por el ítem dirigido, eliminando aquellos que no respondan adecuadamente.

Análisis de datos

Para cumplir con las hipótesis descritas anteriormente se van a realizar una serie de análisis estadísticos. En primer lugar, para evaluar la H1 se llevarán a cabo análisis descriptivos con las variables de sexo, edad, nivel educativo y país de residencia. Se realizarán análisis descriptivos básicos para sexo, edad, nivel educativo, país de residencia y uso de Instagram.

En segundo lugar, para evaluar la H2 se realizarán correlaciones bivariadas entre las variables de uso de Instagram (dimensiones del ARS) y el rendimiento académico auto-referido. También se llevará a cabo una Regresión Lineal Múltiple donde las variables dependientes serán (a) el rendimiento académico auto-referido, (b) la dimensión de reducción del rendimiento académico, y las independientes, el resto de las dimensiones del ARS.

En tercer lugar, para evaluar la H3 se llevará a cabo una segunda Regresión Lineal Múltiple, idéntica a la H2, incluyendo una variable independiente más, que será el sexo, categorizado por 0 (hombres) y 1 (mujeres).

Los análisis de datos mencionados se ejecutarán mediante el programa estadístico IBM SPSS Statistics 22.

Resultados

A continuación, se describe un ejemplo sobre cómo se interpretarían los resultados de una Regresión Lineal Múltiple para H2 y H3.

En primer lugar, para H2, las variables dependientes serán (a) rendimiento académico auto-referido, (b) la dimensión de reducción del rendimiento académico. Las variables independientes serán el resto de dimensiones el ARS. En segundo lugar, para

H3, las variables dependientes e independientes serán las mismas, pero incluyendo en estas últimas la variable sexo, que será categorizada por hombres (0) y mujeres (1).

Un ejemplo de interpretación de los resultados de H2 podría ser el siguiente:

Tabla 1. Ejemplo de regresión lineal múltiple con las variables del estudio

| Modelo | B | Beta | t | Sig. |
|---------------------------|--------|--------|---------|---------|
| Constante | 6,234 | | 115,201 | < 0,001 |
| Pérdida control | -2,636 | 0,226 | 8,178 | < 0,000 |
| Dependencia | -0,245 | -0,128 | -4,637 | < 0,000 |
| Conflictos esfera social | -1,235 | -0,198 | 6,523 | < 0,000 |
| Síndrome de abstinencia | -0,639 | 0,254 | 7,223 | < 0,000 |
| Modificación estado ánimo | -1,524 | -0,236 | 3,854 | < 0,000 |

Nota: Variable dependiente: rendimiento académico auto-referido

b0: será el valor pronosticado en el rendimiento académico auto-referido cuando las demás variables (pérdida de control, dependencia, conflictos esfera social, síndrome de abstinencia, modificación estado ánimo, pérdida interés) son igual a 0. Es decir, según este ejemplo, 6,24 será el valor que pronosticaremos en el rendimiento académico auto-referido cuando no se tiene ni pérdida de control, ni dependencia, ni conflictos en la esfera social, ni síndrome de abstinencia, ni modificación del estado de ánimo ni pérdida de interés.

B1: será el cambio en el pronóstico en el rendimiento académico auto-referido cuando x1 (pérdida de control) aumenta una unidad y el resto de x (las otras dimensiones del ARS) permanecen constantes. Es decir, -2,64 será lo que disminuirá el rendimiento académico auto-referido cuando aumenta un punto la pérdida de control, pero cuando el resto de variables (dependencia, conflictos esfera social, síndrome de abstinencia, modificación estado ánimo, pérdida interés) están al mismo nivel.

B2: será el cambio en el pronóstico en el rendimiento académico auto-referido cuando x2 (dependencia) aumenta una unidad y el resto de x (conflictos esfera social, síndrome de abstinencia, modificación estado ánimo, pérdida interés) permanecen constantes. Es decir, -0.245 será la disminución que se espera en el rendimiento académico auto-referido cuando las personas son un punto más dependientes pero tienen el mismo nivel de conflictos en la esfera social, en síndrome de abstinencia, en modificación del estado de ánimo y en pérdida de interés.

En general, podríamos esperar que la R^2 de los modelos estuviera comprendida entre 0.15 y 0.30, ya que como se ha visto en algunos estudios y a lo largo de la historia de la psicología, hay otras variables que también afectan al rendimiento académico, como

son la inteligencia, la motivación, la autoeficacia, los factores de personalidad, las estrategias de aprendizaje, los enfoques de aprendizaje de los estudiantes y las influencias psicosociales y contextuales (Richardson et al., 2012). Por lo tanto, esperamos un efecto importante de magnitud media-baja en R^2 .

Discusión

Conclusiones y resultados esperados

El principal objetivo de esta investigación es estudiar los posibles efectos del uso de Instagram sobre el rendimiento académico de los estudiantes. Para ello, se espera encontrar una muestra que sea equitativa en cuanto a características demográficas (sexo, edad, nivel educativo y país de residencia). Es decir, se espera encontrar un porcentaje semejante de hombres y mujeres en la muestra, sujetos de todas las edades (desde los 18 hasta los 30 años), que sean universitarios y que en mayor medida del mismo país de residencia. De igual forma, se espera que el uso de Instagram sea parecido a la literatura revisada. Por ejemplo, Al-Yafi et al., (2018) encontraron que la red social más utilizada en Qatar fue Instagram.

En segundo lugar, se espera que el uso de Instagram esté asociado de forma negativa con el rendimiento académico. Mucha de la literatura revisada establece una relación negativa entre el uso de RRSS y el rendimiento académico de los estudiantes (Bustos et al., 2016; Huang, 2018; Cao et al., 2018; Doleck y Lajoie, 2017), a pesar de que conceptualicen las redes sociales en general y no se centren en Instagram. Es por eso por lo que se considera necesario estudiar el efecto que podría tener el uso de Instagram en el rendimiento académico.

Por último, no se esperan encontrar diferencias en el uso de Instagram y en el rendimiento académico entre hombres y mujeres. Es decir, se esperan encontrar resultados similares a la literatura revisada, la cual establece que no se encuentran diferencias significativas entre hombres y mujeres en el uso de las redes sociales en general y en el rendimiento académico (Hawi y Samaha, 2016; Nayak, 2018).

Limitaciones

En primer lugar, una limitación de este estudio es la de llevarlo a cabo con una muestra formada por estudiantes universitarios. El efecto de este tipo de redes sociales RRSS sobre el rendimiento académico debería investigarse también en adolescentes, ya que son la población más vulnerable a volverse adictos a las redes sociales. Sería complicado de llevar a cabo con esta población, ya que, al ser menores de edad, se tendría

que acudir a los institutos para pasarles el cuestionario, pero antes de eso, padres y profesores tendrían que dar su autorización para que los adolescentes puedan participar en la investigación.

De igual forma, otra limitación sería que se llevará a cabo un muestreo no probabilístico, es decir, la muestra no se selecciona de forma aleatoria, sino que sólo una parte de la población cumple los criterios para poder participar en el estudio.

Por otro lado, otra limitación es a de pasar la encuesta a través de las RRSS (WhatsApp, Facebook e Instagram) siendo este un estudio en el que se evalúan comportamientos adictivos a las propias RRSS. Esto puede dejar fuera (restringe la muestra) para estudiantes que no utilizan estas redes sociales.

Es conveniente estudiar en mayor profundidad las propiedades psicométricas del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS). En general, su fiabilidad, evaluada como consistencia interna (Alfa de Cronbach), ha sido aceptable (0.96). Sin embargo se echan en falta más estudios que apoyen su fiabilidad y validez por dimensiones.

Referencias

- Al-Yafi, K., El-Masri, M., & Tsai, R. (2018). The effects of using social network sites on academic performance: the case of Qatar. *Journal of Enterprise Information Management, 31*(3), 446-462. doi:10.1108/jeim-08-2017-0118
- Bustos, A., Flores, B., y Flores, F. (2016). Las redes sociales, su influencia e incidencia en el rendimiento académico de los estudiantes de una entidad educativa ecuatoriana de las asignaturas de Física y Matemática. *Latin-American Journal of Physics Education, 10*(1).
- Cao, X., Masood, A., Luqman, A., & Ali, A. (2018). Excessive use of mobile social networking sites and poor academic performance: antecedents and consequences from Stressor-Strain-Outcome Perspective. *Computers in Human Behavior, 85*, 163-174. doi:10.1016/j.chb.2018.03.023
- Chen, Y., & Peng, S. S. (2008). University students' internet use and its relationships with academic performance, interpersonal relationships, psychosocial adjustment, and self-evaluation. *Cyberpsychology & Behavior, 11*(4), 467-471.
doi:10.1089/cpb.2007.0128
- DeSimone, J. A., Harms, P. D., & DeSimone, A. J. (2015). Best practice recommendations for data screening. *Journal of Organizational Behavior, 36*, 171-181. doi:10.1002/job.1962
- Doleck, T. & Lajoie, S. (2017). Social networking and academic performance: a review. *Education and Information Technologies, 23*(1), 435-465. doi:10.1007/s10639-017-9612-3

- Echeburúa, E., y de Corral, P. (2010). Addiction to new technologies and to online social networking in young people: a new challenge. *Adicciones*, 22(2), 91-96.
doi:10.20882/adicciones.196
- Escurrea, M. y Salas, E. (2014). Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). *Liberabit*, 20(1), 73-91.
- Giunchiglia, F., Zeni, M., Gobbi, E., Bignotti, E., & Bison, I. (2018). Mobile social media usage and academic performance. *Computers in Human Behavior*, 82, 177-185.
doi:10.1016/j.chb.2017.12.041
- Griffiths, M. (2013). Social networking addiction: emerging themes and issues. *Addiction, Research & Therapy*, 4(5), 1-2. doi:10.4172/2155-6105.1000e118
- Griffiths, M. (2005). A “components” model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance use*, 10(4), 191-197.
doi:10.1080/14659890500114359
- Hawi, N. S. & Samaha, M. (2016). To excel or not to excel: Strong evidence on the adverse effect of smartphone addiction on academic performance. *Computers & Education*, 98, 81-89. doi:10.1016/j.compedu.2016.03.007
- Huang, C. (2018). Social network site use and academic achievement: a meta-analysis. *Computers & Education*, 119, 76-83. doi:10.1016/j.compedu.2017.12.010
- Kuss, D. J. & Griffiths, M. D. (2011). Online social networking and addiction- a review of the psychological literature. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 8(9), 3528-3552. doi:10.3390/ijerph8093528
- Nayak, J. K. (2018). Relationship among smartphone usage, addiction, academic performance and the moderating role of gender: A study of higher education

- students in India. *Computers & Education*, 123, 164-173.
doi:10.1016/j.compedu.2018.05.007
- Raj, M., Bhattacharjee, S. & Mukherjee, A. (2018). Usage of online social networking sites among school students of Siliguri, West Bengal, India. *Indian journal of psychological medicine*, 40(5), 452-457. doi:10.4103/IJPSYM.IJPSYM_70_18
- Richardson, M., Abraham, C. & Bond, R. (2012). Psychological correlates of university students' academic performance: a systematic review and meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 138(2), 353-387. doi:10.1037/a0026838
- Salehan, M. & Negahban, A. (2013). Social networking on smartphones: When mobile phones become addictive. *Computers in Human Behavior*, 29(6), 2632-2639.
doi:10.1016/j.chb.2013.07.003
- Samaha, M. & Hawi, N. S. (2016). Relationships among smartphone addiction, stress, academic performance, and satisfaction with life. *Computers in Human Behavior*, 57, 321-325. doi:10.1016/j.chb.2015.12.045
- Sampasa-Kanyinga, H. & Lewis, R. (2015). Frequent use of social networking sites is associated with poor psychological functioning among children and adolescents. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18(7), 380-385.
doi:10.1089/cyber.2015.0055
- Tsitsika, A. K., Tzavela, E. C., Janikian, M., Ólafsson, K., Iordache, A., Schoenmakers, T. M., Tzavara, C. & Richardson, C. (2014). Online social networking in adolescence: patterns of use in six european countries and links with psychosocial functioning. *Journal of Adolescent Health*, 55(1), 141-147.
doi:10.1016/j.jadohealth.2013.11.010

- Unidad de Información Académica de la Universidad de Zaragoza (2018, 16 de Noviembre). Estadísticas de Grado y Máster Universitario. Recuperado de <https://academico.unizar.es/grado-y-master/estadisticas>
- Vilca, L. & Vallejos, M. (2015). Construction of the Risk of Addiction to Social Networks Scale (Cr.A.R.S). *Computers in Human Behavior*, 48, 190-198. doi:10.1016/j.chb.2015.01.049
- Wilson, K., Fornasier, S. & White, K. M. (2010). Psychological predictors of young adults' use of social networking sites. *Cyberpsychology, behavior, and social networking*, 13(2), 173-177. doi:10.1089/cyber.2009.0094
- Xu, H. & Tan, B. C. Y. (2012, diciembre). Why do I keep checking facebook: effects of message characteristics on the formation of social network services addiction. Human-computer Interactions. Comunicación presentada en la *Thirty Third International Conference on Information Systems*. Orlando, Estados Unidos.

Anexo 1

Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) de Ecurra y Salas (2014).

VERSIÓN FINAL DEL ARS CUESTIONARIO SOBRE USO DE REDES SOCIALES

Esta es una encuesta en la que Ud. participa voluntariamente, por lo que le agradecemos encarecidamente que sea absolutamente sincero(a) en sus respuestas. Antes de responder al cuestionario le pedimos que nos proporcione los siguientes datos:

Universidad en la que estudia:

Carrera o Facultad: Ciclo/Nivel:

¿Utiliza redes sociales?:..... si respondió SÍ, indique cuál o cuáles:

Si respondió NO, entregue el formato al encuestador

¿Dónde se conecta a las redes sociales? (puede marcar más de una respuesta)

| | | | |
|----------------------------|-----|---------------------------------------|-----|
| En mi casa | () | En mi trabajo | () |
| En las cabinas de internet | () | En las computadoras de la universidad | () |
| A través del celular | () | | |

¿Con qué frecuencia se conecta a las redes sociales?

| | | | |
|---------------------------------------|-----|-----------------------------|-----|
| Todo el tiempo me encuentro conectado | () | Una o dos veces por día | () |
| Entre siete a 12 veces al día | () | Dos o tres veces por semana | () |
| Entre tres a Seis veces por día | () | Una vez por semana | () |

De todas las personas que conoce a través de la red, ¿cuántos conoce personalmente?

| | | | | | |
|--------------------|-----|-----------------|-----|--------------------|-----|
| 10 % o Menos | () | Entre 11 y 30 % | () | Entre el 31 y 50 % | () |
| Entre el 51 y 70 % | () | Más del 70 % | () | | |

¿Sus cuentas en la red contienen sus datos verdaderos (nombre, edad, género, dirección, etc.)?

SI () NO ()

¿Qué es lo que más le gusta de las redes sociales?:

.....
.....

ARS

A continuación se presentan 24 ítems referidos al uso de las redes sociales, por favor conteste a todos ellos con sinceridad, no existe respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o malas. Marque un aspa (X) en el espacio que corresponda a lo que Ud. siente, piensa o hace:

Siempre S Rara vez RV
 Casi siempre CS Nunca N
 Algunas veces AV

| N° ITEM | DESCRIPCIÓN | RESPUESTAS | | | | |
|------------|--|------------|----|----|----|---|
| | | S | CS | AV | RV | N |
| 1. | Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales. | | | | | |
| 2. | Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales. | | | | | |
| 3. | El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más. | | | | | |
| 4. | Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales. | | | | | |
| 5. | No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales. | | | | | |
| 6. | Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales. | | | | | |
| 7. | Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales. | | | | | |
| 8. | Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja. | | | | | |
| 9. | Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo. | | | | | |
| 10. | Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado. | | | | | |
| 11. | Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales. | | | | | |
| 12. | Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales. | | | | | |
| 13. | Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días. | | | | | |
| 14. | Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales. | | | | | |
| 15. | Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales. | | | | | |
| 16. | Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales. | | | | | |
| 17. | Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales. | | | | | |
| 18. | Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora. | | | | | |
| 19. | Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales. | | | | | |
| 20. | Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales. | | | | | |
| 21. | Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales. | | | | | |
| 22. | Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales. | | | | | |
| 23. | Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a). | | | | | |
| 24. | Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social. | | | | | |