

**Sentido de Vida: Factor Protector del Uso Problemático de
Redes Sociales en Universitarios Ecuatorianos**

**Meaning in Life: A Protective Factor Against Problematic
Social Media Use Among Ecuadorian University Students**

Melany Paulette Sanjinez-Quinde¹

Universidad Técnica de Machala, Machala-Ecuador

msanjinez1@utmachala.edu.ec

Jessenia Alexandra Quezada-Maldonado²

Universidad Técnica de Machala, Machala-Ecuador

lquezada6@utmachala.edu.ec

Mauricio Rodrigo Placencio-Loayza³

Universidad Técnica de Machala, Machala-Ecuador

mplacencio@utmachala.edu.ec

Yadira Liliana Sánchez-Padilla⁴

Universidad Técnica de Machala, Machala-Ecuador

ysanchez@utmachala.edu.ec

Artículo Recibido: 29-12-2024

Artículo Aceptado: 25-04-2025

DOI: <https://doi.org/10.55739/fer.v29i29.174>

¹ Abogada; Licenciada en Psicología Clínica por la Universidad Técnica de Machala. <https://orcid.org/0009-0002-3692-9236>

² Licenciada en Psicología Clínica por la Universidad Técnica de Machala. <https://orcid.org/0009-0006-2995-9698>

³ Magister en Intervención Psicosocial; Master Universitario en Investigación en Psicología; Magister en Intervención Psicojurídica y Forense; Psicólogo Clínico. Docente en la Universidad Técnica de Machala. <https://orcid.org/0009-0005-0214-2349>

⁴ Magister en Psicoterapia Integrativa; Master Universitario en Investigación en Psicología; Psicóloga Clínica. Docente en la Universidad Técnica de Machala. <https://orcid.org/0000-0002-8380-6434>

Resumen

El presente estudio explora el uso problemático de redes sociales (UPRS), definido como patrones de comportamiento que exceden el uso normal, impactando negativamente la salud física, psicológica y social del individuo. El objetivo principal fue determinar la relación entre el sentido de vida (SV) y el UPRS en estudiantes universitarios ecuatorianos de 18 a 28 años o más, considerando variables sociodemográficas: género y edad. Se empleó un diseño cuantitativo, no experimental, correlacional y de corte transversal, con una muestra de 1.160 estudiantes. Se utilizaron los instrumentos Social Media Addiction Scale-Student Form (SMAS-SF) y el Purpose in Life Test (PIL). Los resultados revelaron una correlación negativa leve entre el SV y el UPRS ($\rho = -.23$), sugiriendo que niveles más altos de SV se asocian con un menor UPRS. No se encontraron diferencias significativas en el SV por género, sin embargo, se observó un aumento progresivo con la edad, alcanzando niveles más altos en el grupo de 28 años o más. Estos hallazgos destacan el SV como un posible factor protector contra el UPRS, efecto que parece acentuarse con la madurez. Se recomienda implementar estrategias educativas y psicológicas orientadas a promover el desarrollo del SV para prevenir conductas digitales problemáticas.

Palabras claves

Adicción, adultos jóvenes, estudiantes, maduración, sentido vital

Abstract

The present study explores the problematic use of social networks (PSSU), defined as patterns of behaviour that exceed normal use, negatively impacting the physical, psychological and social health of the individual. The main objective was to determine the relationship between sense of life (SV) and UPRS in Ecuadorian university students aged 18 to 28 years or older, considering sociodemographic variables: gender and age. A quantitative, non-experimental, correlational and cross-sectional design was used, with a sample of 1,160 students. The Social Media Addiction Scale-Student Form (SMAS-SF) and the Purpose in Life Test (PIL) were used. Results revealed a slight negative correlation between SV and UPRS ($\rho = -.23$), suggesting that higher levels of SV are associated with lower UPRS. No significant differences were found in SV by gender, however, a progressive increase with age was observed, reaching higher levels in the 28+ age group. These findings highlight SV as a possible protective factor against UPRS, an effect that seems to become more pronounced with maturity. It is recommended to implement educational and psychological strategies aimed at promoting the development of SV to prevent problematic digital behaviours.

Key words

Addiction, young adults, students, maturity, life purpose

Introducción

El fenómeno de la adicción y el uso problemático de las redes sociales es relativamente reciente, ya que surge con la aparición y masificación de estas plataformas (Ndasauka y Ndasauka, 2024). Este fenómeno ha captado la atención de diversas disciplinas científicas, especialmente la psicología, que ha analizado el uso de redes sociales como un posible problema de adicción, señalando similitudes significativas entre las conductas adictivas y el uso problemático de estas herramientas digitales (Abdrakhmanova et al., 2022).

La relevancia de este tema se refleja también en datos poblacionales. Según la Encuesta Multipropósito realizada por el Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (INEC, 2020), el 44.6 % de la población ecuatoriana de 5 años o más utilizó redes sociales desde su teléfono inteligente. Posteriormente, los Indicadores de Tecnologías de la Información y Comunicación del INEC (2022) reportaron que, de los 11.6 millones de personas que accedían a internet, el 89.9 % tenía estudios de educación superior. Este acceso masivo y generalizado a internet ha propiciado un aumento sostenido en el uso de redes sociales, especialmente entre adultos de 25 a 40 años, particularmente durante y después de la pandemia de COVID-19 (Ochoa y Barragán, 2022).

El impacto del uso intensivo de estas plataformas digitales no se limita a patrones generales de acceso. Estudios recientes han identificado comportamientos adictivos relacionados con el uso de internet y redes sociales en poblaciones específicas, como estudiantes universitarios (Marín et al., 2020). En este grupo, se ha encontrado que aquellos que dedican más tiempo a estar conectados presentan un riesgo elevado de desarrollar conductas adictivas, destacando la necesidad de estrategias preventivas y

educativas para mitigar estos efectos (Alarcón-Allaín y Salas-Blas, 2022). Actualmente, este panorama persiste, como lo evidencian investigaciones recientes que identifican a los adultos jóvenes como uno de los grupos etarios que utilizan con mayor frecuencia las redes sociales (Díaz-Moreno et al., 2023). En un estudio realizado con estudiantes universitarios, se encontró una correlación negativa entre el sentido de vida y la adicción al internet, lo que sugiere que la presencia de metas significativas puede mitigar la dependencia al ciberespacio y los problemas asociados (Ghaderi et al., 2018).

De manera similar, investigaciones con adolescentes han señalado que el sentido de vida y la autoestima actúan como factores protectores para reducir la conducta adictiva hacia internet (González et al., 2021). De forma complementaria, Mamić et al. (2024) plantean que los individuos con un sentido de vida reducido podrían ser más propensos al desarrollo de adicciones. En esta línea, Küçükşen y Budak (2024) concluyeron que un mayor sentido y propósito en la vida se asocia significativamente con niveles más bajos de adicción a juegos digitales. Así mismo, se ha sugerido que la ausencia de sentido de vida podría explicar el uso problemático de redes sociales en mujeres, destacando su papel crucial en la prevención del uso excesivo de estas plataformas (García et al., 2024).

Estos hallazgos subrayan la relevancia de considerar el sentido de vida como un factor protector frente al uso problemático de redes sociales, especialmente en el contexto universitario. En este sentido, se ha argumentado que un sentido vital claro y definido es un componente esencial para vivir en un entorno pleno y experimentar bienestar integral (Pineda y Zualaga, 2024). Se ha señalado también que el sentido de vida actúa como una fuente de motivación que orienta las acciones del individuo (Sánchez, 2023).

En cuanto al papel de las variables demográficas, se espera encontrar diferencias significativas en los niveles de sentido de vida según el género, considerando que la ausencia de sentido vital ha sido asociada con el uso problemático de redes sociales en mujeres (García et al., 2024). Además, se

anticipan diferencias significativas en los niveles de sentido de vida según la edad, en concordancia con los planteamientos de Frankl (1994) sobre la influencia de las etapas vitales y la madurez, así como con los hallazgos de Gottfried (2016). Considerando lo expuesto, emergen las siguientes preguntas de investigación: ¿Cuál es la relación entre el sentido de vida y el uso problemático de redes sociales en estudiantes universitarios?, ¿Existen diferencias significativas en los niveles de sentido de vida según el género?, y ¿Cómo varían los niveles de sentido de vida en función de la edad de los universitarios?

Referentes Conceptuales

El uso problemático de redes sociales

En el ámbito de estudio, se ha empleado el término “adicción a las redes sociales” para describir una adicción comportamental que activa el sistema de recompensas sin la necesidad de sustancias psicoactivas, clasificándola como un trastorno de adicción (Rosero et al., 2022). Sin embargo, otros autores prefieren el concepto de “uso problemático de redes sociales” al considerar que la clasificación como “trastorno” aún es incipiente dada la limitada evidencia disponible (Bucci et al., 2023).

A pesar de los avances en la comprensión de estas problemáticas, el DSM-5-TR no incluye categorías relacionadas con los trastornos derivados del uso de internet, redes sociales o videojuegos. En cambio, se han incorporado diagnósticos como el trastorno por duelo prolongado, el trastorno por estado de ánimo no especificado y la conducta suicida y autolesión no suicida (González y Álvarez, 2022). Por ello, en esta investigación se utilizará el término “uso problemático de redes sociales”, dado que se considera más adecuado para describir las conductas objeto de estudio.

El uso problemático de redes sociales se define como un patrón de comportamiento que excede los límites del uso normal, impactando negativamente la salud física y psicológica, así como la interacción social del individuo (Li et al., 2024; Durand, 2024; Lorenzo et al., 2025). Si

bien las investigaciones recientes han avanzado desde el estudio general del uso de internet hacia un análisis más específico del impacto de las redes sociales en la psique y el comportamiento humano, los estudios centrados en identificar factores protectores frente al uso problemático de estas plataformas son todavía limitados.

Sentido de vida como factor protector

A lo largo de la historia, los seres humanos han buscado comprender el propósito de su existencia. Diversas disciplinas, como la filosofía, el arte, la literatura, las matemáticas y la religión, han abordado esta cuestión desde perspectivas amplias y reflexivas, asignando un valor intrínseco tanto a la experiencia de existir como a la totalidad de la vida (Padilha y Garcia, 2021).

La logoterapia constituye un enfoque central en el estudio del sentido de vida. Esta corriente identifica la búsqueda de significado como un impulso esencial en el ser humano, aplicable en cualquier momento y condicionado por las circunstancias únicas que caracterizan su existencia (Noblejas, 2018). Asimismo, se ha señalado que la logoterapia aborda cuestiones fundamentales de la experiencia humana, como el propósito de vida, la muerte, el dolor, las fuerzas motivacionales y la búsqueda de sentido terapéutico (Fatchurahman et al., 2023).

La percepción del propósito de vida es única y dinámica, determinada por las experiencias personales de cada individuo, lo que dificulta establecer una definición universal (Frankl, 2015). Los seres humanos poseen la capacidad de reflexionar sobre su existencia y cuentan con estrategias de afrontamiento que les permiten enfrentar retos y adversidades (Küçükşen y Budak, 2024).

El sentido de vida se fundamenta en la libertad y la responsabilidad individual para el crecimiento y desarrollo personal, lo que lo convierte en un componente esencial para el bienestar humano (Jiménez-Segura, 2021). Este estudio plantea determinar el nivel de correlación entre el sentido de

vida y el uso problemático de redes sociales en estudiantes universitarios, basándose en investigaciones previas que identificaron dicha relación en el contexto del internet (Ghaderi et al., 2018; González et al., 2021). Además, también se analizará el papel del SV frente al UPRS en virtud de la gran importancia del sentido de vida para las personas.

Método

Se implementó un enfoque cuantitativo con diseño no experimental, de tipo correlacional-causal y corte transversal. La selección del enfoque cuantitativo permitió recolectar datos para comprobar el objetivo planteado en la investigación. El carácter correlacional facilitó determinar la asociación entre las variables, alineándose con el objetivo del estudio (Hernández-Sampieri et al., 2014). Por su parte, se empleó un corte transversal debido al registro único temporal de datos (Balluerka y Vergara, 2002).

La muestra se obtuvo mediante muestreo probabilístico aleatorio simple, lo que garantizó que todos los estudiantes de la población objetivo tuvieran la misma probabilidad de ser seleccionados (Hernández-Sampieri et al., 2014). Para ello, se partió de una base de datos con los registros de los estudiantes matriculados en las carreras incluidas en el estudio. A cada estudiante se le asignó un número, y posteriormente se utilizó el software estadístico IBM SPSS Statistics versión 24 para generar una selección aleatoria.

El tamaño muestral mínimo requerido se estimó utilizando G*Power 3.1.9.7, considerando un poder estadístico de 0.80 y un tamaño del efecto basado en estudios previos, lo que determinó un mínimo de 116 participantes. Sin embargo, para garantizar una mejor representatividad y mayor precisión en los análisis, la muestra final incluyó 1.160 estudiantes universitarios. Se establecieron criterios de inclusión y exclusión para asegurar la calidad de los datos: se incluyeron estudiantes que completaron todos los ítems de los instrumentos y aceptaron el consentimiento informado; se excluyeron aquellos que no aceptaron participar o cuyas

respuestas eran inconsistentes.

Instrumentos

Para la recopilación de datos acerca del uso problemático de redes sociales se utilizó la adaptación mexicana de Valencia y Cabero (2019) de la Social Media Addiction Scale-Student Form (SMAS-SF) desarrollada originalmente por Sahin (2018) con un nivel de fiabilidad de $\alpha = .93$. El instrumento contiene 28 ítems con escala de Likert para sus respuestas (1= fuertemente en desacuerdo hasta 5= fuertemente en acuerdo), distribuidos en cuatro factores; factor 1 problemas, factor 2 satisfacción, factor 3 obsesión por estar informado, y el factor 4 necesidad/obsesión por estar conectado (Valencia y Cabero, 2019).

Mientras que, para medir el sentido de vida se utilizó la validación y adaptación de Gottfried (2016) del Purpose in Life Test (PIL) de los autores Crumbaugh y Maholick (1964) con un nivel de fiabilidad de $\alpha = .89$. El test se integra de 20 preguntas con escala de Likert para sus respuestas (variando en nivel valor, ejemplo: 1 completamente aburrido y 7 totalmente entusiasmado). Por su parte, cuenta con tres dimensiones: a) vacío existencial, b) indefinición respecto al sentido de vida y propiamente; y, c) el sentido de vida (Gottfried, 2016).

Procedimiento

Los instrumentos se administraron a través de formularios de Google Forms, una plataforma desarrollada por Alphabet Inc., permitiendo a los estudiantes responder directamente en línea. El formulario se estructuró en secciones específicas para cada instrumento utilizado en la investigación (SMAS-SF y PIL) y contó con apartados adicionales para recopilar datos sociodemográficos. También se incluyó un consentimiento informado que destacaba la voluntariedad de participar en el estudio y la posibilidad de retirarse en cualquier momento sin repercusiones.

Antes de la recolección formal de datos, se llevó a cabo una prueba piloto para evaluar la validez de contenido del formulario, identificar posibles

errores tipográficos y realizar ajustes lingüísticos necesarios. Además, se gestionaron los permisos requeridos con el Coordinador de Psicología Clínica para la aplicación de los instrumentos en carreras seleccionadas de manera aleatoria. Estas incluyeron las carreras de Contabilidad y Auditoría, y Turismo de la Facultad de Ciencias Empresariales; Psicología Clínica y Enfermería de la Facultad de Ciencias Químicas y de la Salud; así como Educación Básica y Psicopedagogía de la Facultad de Ciencias Sociales. Una vez obtenidos los permisos, se visitaron los salones de clase para proporcionar a los participantes el enlace de Google Forms. La recolección de datos se llevó a cabo durante todo el mes de julio de 2024.

Análisis de datos

Fase 1. Construcción de la base de datos. Los resultados de las pruebas aplicadas vía formulario de Google fueron automáticamente computarizados a una base de datos en formato Excel, la cual fue posteriormente subida al software IBM SPSS Statistics v24.

Fase 2. Construcción del diccionario de la base de datos. Una vez elaborada la base en el programa estadístico que se utilizó, se efectuó el proceso de etiquetaje de variables y codificación de datos. A modo de ejemplo, para la variable Género se designaron los siguientes valores: 1=Masculino, 2=Femenino, 3=Prefiero no decirlo y, 4=Otro.

Fase 3. Análisis exploratorio de datos. Se detectaron posibles anomalías (valores perdidos, valores extremos) que comprometan el ulterior análisis estadístico.

Fase 4. Selección de la prueba estadística. En conformidad con el cumplimiento de los supuestos estadísticos de normalidad y homocedasticidad.

Fase 5. Aplicación de la técnica estadística. Al tratarse de análisis de correlaciones, se inició verificando los supuestos antes mencionados a través de la prueba Kolmogorov-Smirnov y el test de Levene,

respectivamente; se escogió la primera prueba en virtud de que se está trabajando con una muestra grande (>50). Los datos no siguieron una distribución normal, por lo que se utilizó la prueba no paramétrica Rho de Spearman para analizar la relación entre las tres variables del estudio. Para la comparación de los niveles de Sentido de Vida según la variable Género, se utilizó el estadístico H de Kruskal-Wallis, una prueba no paramétrica que es utilizada cuando la variable dependiente o de agrupación posee más de 2 categorías

Fase 6. Elaboración y presentación de resultados. Este último punto del análisis de datos se redactó de forma breve, ordenada y direccionada a la consecución de los objetivos de investigación propuestos o, dicho de otra manera, al contraste de las hipótesis planteadas.

Resultados

Análisis descriptivo

Iniciando con la caracterización de la muestra, la Tabla 1 arroja información sobre las principales variables sociodemográficas del estudio. En primer lugar, se observa una notable predominancia del género femenino, quienes ocupan aproximadamente tres cuartas partes de la muestra (75.8%), seguidas del género masculino (23.6%), no especificado (.4%) y otros (.2%). En cuanto a la edad se aprecia una distribución relativamente similar a la descrita, siendo los estudiantes de 18 a 20 años los que ocupan la mayor cantidad de la muestra (64.1%), seguidos del rango 21-23 años (26.3%), 24-27 años (6.2%) y 28 años o más (3.4%). Sobre el tipo de carrera se visualiza una distribución más equitativa entre sus diferentes grupos; enfermería (20.6%), psicopedagogía (18.7%) y contabilidad (18.2%) son las carreras que cuentan con la mayor cantidad de participantes, y en otro extremo están turismo (9.6%), educación básica (14.9%) y psicología (18%).

Tabla 1

Estadísticos de frecuencia de las variables sociodemográficas

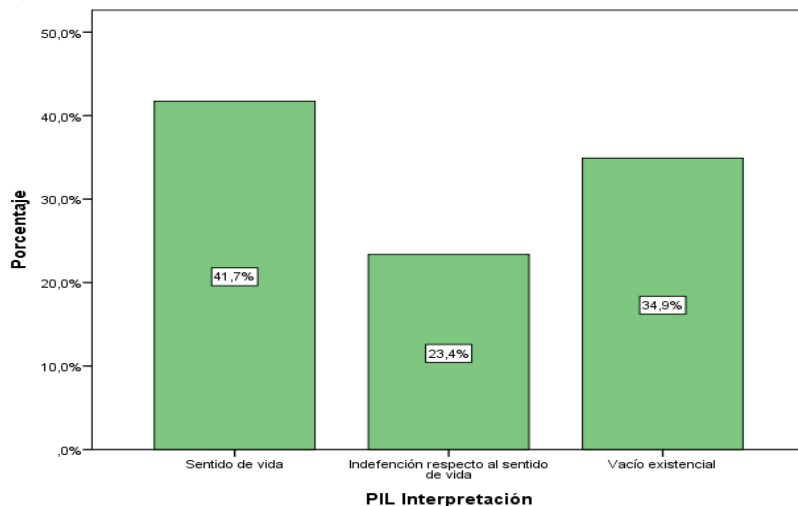
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Género	Masculino	274	23.6	23.6
	Femenino	879	75.8	99.4
	Prefiero no decirlo	5	.4	99.8
	Otro	2	.2	100
	Total	1160	100	
Edad	18-20	744	64.1	64.1
	21-23	305	26.3	90.4
	24-27	72	6.2	96.6
	28-más	39	3.4	100
	Total	1160	100	
Carrera	Psicología Clínica	209	18.0	18.0
	Enfermería	239	20.6	38.6
	Contabilidad	211	18.2	56.8
	Psicopedagogía	217	18.7	75.5
	Educación básica	173	14.9	90.4
	Turismo	111	9.6	100
	Total	1160	100	

Nota. Elaboración propia, 2024

Analizadas las variables sociodemográficas, resulta necesario conocer los niveles generales de Sentido de Vida (SV) y Uso Problemático de Redes Sociales (UPRS). Para la interpretación del siguiente histograma (Gráfica 1) es necesario recordar los puntos de cortes de la escala *Purpose in Life Test* (PIL): puntuaciones entre 90 y 105 son indicadores de *indefensión respecto al sentido de vida*, por debajo del citado rango se identifica *vacío existencial* y por encima, *sentido de vida*.

Gráfica 1

Diagrama de barras de las dimensiones de SV



Nota. Elaboración propia, 2024

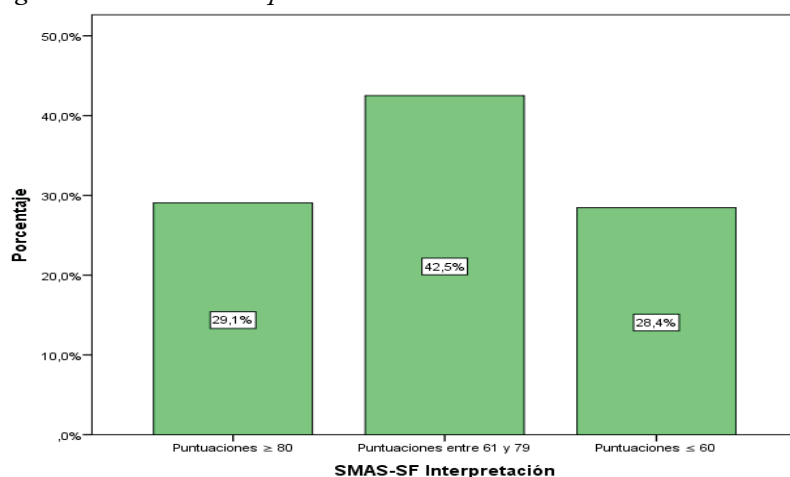
Los resultados sobre el sentido de vida (SV) muestran que una proporción considerable de la muestra, correspondiente al 41.7 %, presenta altos niveles de SV, lo que indica una percepción positiva del propósito y significado en sus vidas. Sin embargo, un porcentaje casi equivalente, del 34.9 %, refleja vacíos existenciales, evidenciando una ausencia significativa de sentido vital. El grupo restante, que representa el 23.4 %, se sitúa en niveles medios, caracterizados por una experiencia de indefensión respecto al sentido de vida. En términos generales, estos resultados indican que más de la mitad de los participantes (58.3 %) no presentan niveles óptimos de SV, lo que resalta la necesidad de intervenciones dirigidas a fortalecer este constructo.

Respecto al uso problemático de redes sociales, los datos obtenidos a partir de la escala SMAS-SF, utilizando las puntuaciones límites superior e inferior establecidas (Şahin, 2018) y puntos de corte en los percentiles 30 y 70, revelan patrones claros. Aproximadamente el 29.1 % de los

participantes puntuaron valores elevados (≥ 80), clasificándolos como el grupo con mayor tendencia a identificarse como “adictos a las redes sociales”. El porcentaje restante se distribuye entre dos categorías: aquellos con puntuaciones medias (entre 61 y 79), que comprenden el 42.5 % de la muestra, y aquellos con puntuaciones bajas (≤ 60), que representan el 28.4 %. Estos hallazgos destacan la importancia de continuar investigando los factores que influyen en los niveles de uso problemático de redes sociales, particularmente en el grupo con puntuaciones altas.

Gráfica 2

Diagrama de barras de las puntuaciones de SMAS-SF



Nota. Elaboración propia, 2024

La escala SMAS-SF también arroja información sobre cuatro dimensiones del UPRS, a saber: *Tolerancia Virtual* (T), *Comunicación Virtual* (C), *Problema Virtual* (P) e *Información Virtual* (I), cuyas puntuaciones se exponen en la siguiente Tabla 2. Se observa en la muestra una tendencia a puntuar más alto en las categorías T e I, puesto que sus rangos medios (Media $\pm$ Desv. Estándar) se encuentran más próximos al límite superior que al inferior; las categorías restantes (C, P) presentan un comportamiento diferente, al estar sus rangos medios más próximos al valor mínimo.

Tabla 2
Estadísticos descriptivos de las dimensiones de SMAS-SF

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desviación estándar
Tolerancia Virtual (T)	1160	5	25	13.77	4.21
Comunicación Virtual (C)	1160	9	45	20.69	6.82
Problema Virtual (P)	1160	9	45	20.49	6.91
Información Virtual (I)	1160	5	25	15.10	4.84
N válido (por lista)	1160				

Nota. Elaboración propia, 2024.

Como interpretación del último hallazgo se podría mencionar que los participantes del estudio tienden a sentir satisfacción por estar conectados a las redes sociales (T+), utilizándolas además como medios para mantenerse informados (I+); por el contrario, no tienden tanto a experimentar necesidad u obsesión por mantenerse comunicados a través de las redes sociales (C-), ni a presentar síntomas indicadores de un trastorno adictivo (P-).

Análisis bivariado. Antes de seleccionar el tipo de prueba estadística es indispensable determinar las condiciones de la muestra. En concreto, se deben analizar el tipo de distribución de los datos y el grado de homogeneidad de las varianzas, que corresponden de manera respectiva a los supuestos estadísticos de normalidad y homocedasticidad. La siguiente Tabla 3 anuncia los resultados del análisis de normalidad utilizando como referencia la prueba Kolmogorov-Smirnov, en virtud de que se está trabajando con una muestra grande (> 50 casos).

Tabla 3

Pruebas de normalidad

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Purpose in Life Test	.05	1160	.000	.981	1160	.00
Social Media Addiction Scale-Student Form	.06	1160	.000	.988	1160	.00

Nota. a. Corrección de significación de Lilliefors. Elaboración propia, 2024.

Se observa que los p-valores tanto de PIL (.000) como de SMAS-SF (.000) se ubican en rangos significativos ($\leq .05$), lo que motiva a rechazar la hipótesis nula que determina que no hay diferencias significativas en la distribución, aceptándose la alternativa e incumpléndose así el supuesto de normalidad. En ausencia de una distribución normal, el tipo de pruebas estadísticas a utilizar son las no paramétricas, cuyo uso varía según el número de categorías que contenga la variable independiente.

Previo a conocer la prueba no paramétrica empleada, cabe recordar que el presente estudio planteó averiguar si los niveles de SV pueden llegar a variar significativamente entre sí según el género y la edad, esperándose que sean menores en mujeres (H2) y mayores en el grupo etario más adulto (H3). Ahora bien, el análisis de comparación de medianas fue realizado a través de la prueba no paramétrica H de Kruskal-Wallis, en vista de que ambas variables sociodemográficas están compuestas por más de dos categorías.

La siguiente Tabla 4 evidencia que no existen diferencias significativas en las puntuaciones de SV según género, puesto que el p-valor es superior al valor crítico permitido ($\geq .05$), lo cual contradice la segunda hipótesis planeada. Distinto resultado para la tercera hipótesis, puesto que en la variable edad si se observaron diferencias estadísticamente significativas (p-valor=.000).

Tabla 4
Comparación de medianas de las variables PIL y SMAS-SF según género y edad

	Hipótesis nula	Prueba	Sig.	Decisión
1	La distribución de PIL es la misma entre las categorías de Género.	Prueba de Kruskal-Wallis para muestras independientes	318.00	Retener la hipótesis nula.
2	La distribución de PIL es la misma entre las categorías de Edad.	Prueba de Kruskal-Wallis para muestras independientes	.00	Rechazar la hipótesis nula.

Nota. Se muestran significaciones asintóticas. El nivel de significación es de .05. Elaboración propia, 2024.

La mencionada diferencia aparece únicamente al comparar las puntuaciones de los grupos etarios más jóvenes (18-20 años, 21-23 años) con las del grupo de 28 años en adelante, considerados los más adultos (Tabla 5).

Tabla 5
Comparación entre parejas de los niveles de SV según las categorías de Edad

Muestra 1- Muestra 2	Estadístico de contraste	Error estándar	Desv. Estadístico de contraste	Sig.	Sig. Ajust.
18-20-21-23	-23.118	22.774	-1.015	.310	1.000
18-20-24-27	-59.276	41.342	-1.434	.152	.910
18-20-28-más	-228.584	55.025	-4.154	.000	.000
21-23-24-27	-36.158	43.888	-.824	.410	1.000
21-23-28-más	-205.466	56.963	-3.607	.000	.002
24-27-28-más	-169.308	66.597	-2.542	.011	.066

Nota. Cada fila prueba la hipótesis nula de que las distribuciones de la Muestra 1 y la Muestra 2 son las mismas. Se muestran las significaciones asintónicas (pruebas bilaterales). El nivel de significación es de .05. Los valores de significación se han ajustado con la corrección Bonferroni en varias pruebas.

Elaboración propia, 2024.

De acuerdo con la Tabla 6, los grupos etarios más jóvenes (18-20 años, 21-23 años) son los que presentan el rango promedio más bajo, mientras que el grupo más adulto (28 o más años) obtuvo el rango promedio más alto, diferencia que, como se observó en la tabla anterior, es estadísticamente significativa. Este resultado evidencia que los niveles de SV tienden a acrecentarse conforme aumenta la edad, estando mayormente presentes en el grupo de 28 años en adelante, lo cual confirma la tercera hipótesis investigativa planteada.

Tabla 6

Rangos promedios según categorías de Edad

	Edad	N	Rango promedio
PIL	18-20	744	563.06
	21-23	305	586.18
	24-27	72	622.33
	28-más	39	791.64
	Total	1160	

Nota. Elaboración propia, 2024.

Para finalizar este acápite del estudio se realiza el análisis de correlaciones entre la variable independiente (sentido de vida) y la variable dependiente (uso problemático de redes sociales). La Tabla 7 expone los resultados de la prueba no paramétrica Rho de Spearman, cuyo p-valor (.00) motiva a rechazar la hipótesis nula y aceptar la alternativa que determina que las variables se encuentran correlacionadas. El negativo coeficiente de correlación de Spearman ($\rho = -.233$) supone que el sentido de la relación entre las variables es inverso o indirecto, teniendo una fuerza de asociación baja: a medida que aumentan los niveles de sentido de vida, el uso problemático de redes sociales tiende ligeramente a disminuir.

Tabla 7
Prueba de correlaciones entre las variables PIL y SMAS-SF

		PIL	SMAS-SF
Rho de Spearman	PIL		
	Coefficiente de correlación	1.00	-.233**
	Sig. (bilateral)	.	.00
	N	1160	1160
	SMAS-SF		
	Coefficiente de correlación	-.233**	1.00
	Sig. (bilateral)	.00	.
	N	1160	1160

Nota. **. La correlación es significativa en el nivel 0.01 (bilateral).
Elaboración propia, 2024.

Discusión

La hipótesis general de este estudio plantea una correlación negativa entre el sentido de vida y el uso problemático de redes sociales, sugiriendo que niveles elevados de sentido vital estarían asociados con una menor prevalencia de conductas problemáticas en el uso de estas plataformas. Los resultados confirmaron parcialmente esta hipótesis, al evidenciar una correlación negativa estadísticamente significativa, aunque con una magnitud leve ($p = -.233$). El bajo nivel de correlación pudo atribuirse a varios factores, entre ellos, la proximidad de exámenes finales, ya que los datos se recolectaron faltando tres semanas para la culminación del periodo académico. En tal sentido, es probable que los universitarios tuvieran el propósito de aprobar el semestre en curso, siendo una meta significativa en el momento; esto concordaría con que el 41.7% de los participantes presentaron altos niveles de sentido de vida.

Por el contrario, más de la mitad de los estudiantes no experimentaron “necesidad” u “obsesión” por comunicarse a través de las redes sociales, sin embargo, es riesgoso concluir que el sentido de vida influyó en los resultados de este grupo. Al igual que en los reportes de SV, otros factores pudieron incidir en la ausencia de UPRS, como estrategias de afrontamiento, redes de

apoyo, personalidad, entre otros. A pesar de aquello, la correlación negativa leve entre ambas variables evidencia que sí se encuentran interconectadas, al menos en una considerable cantidad de universitarios.

La literatura no ha explorado directamente esta relación en todas las poblaciones, sin embargo, los resultados coinciden con estudios relacionados que han identificado una correlación negativa entre el sentido de vida y la adicción a internet en estudiantes universitarios, ámbito que incluye implícitamente el uso de redes sociales (Ghaderi et al., 2018). De manera consistente, se ha resaltado el papel protector del sentido de vida (Kurtuluş y Elemo, 2024; Saleme y Coronado, 2024) frente a conductas adictivas en internet (Ghaderi et al., 2018; González et al., 2021; Montag et al., 2023; García et al., 2024; Küçükşen y Budak, 2024).

Estos hallazgos son coherentes con investigaciones previas. Por ejemplo, se ha documentado una relación negativa entre el sentido de vida y el uso problemático de redes sociales en estudiantes universitarios, señalando el miedo a perderse algo (FOMO) como una variable mediadora (Montag et al., 2023). Asimismo, se ha identificado que la disminución del sentido vital explica el uso abusivo de redes sociales, aunque específicamente en población femenina (García et al., 2024).

En el análisis de los datos demográficos, los resultados indicaron una homogeneidad en los niveles de sentido de vida respecto al género. No se encontraron diferencias significativas entre hombres y mujeres, lo que converge con hallazgos que tampoco identificaron variaciones significativas por género (Gottfried, 2016; Chan, 2021). Sin embargo, estos resultados divergen de otros estudios que observaron que la ausencia de sentido vital era un factor relevante en mujeres con uso problemático de redes sociales (García et al., 2024).

Por otro lado, el análisis por edad reveló un incremento progresivo en los niveles de sentido de vida conforme aumenta la edad. Los participantes de 28 años o más mostraron niveles significativamente superiores en comparación con los grupos más jóvenes (18-23 años). Este hallazgo

respalda la teoría de la evolución del sentido vital en función de la madurez humana (Frankl, 1994) y encuentra soporte en investigaciones que documentaron diferencias significativas en el sentido de vida a partir de los 28 años (Gottfried, 2016; Armas y López, 2018).

Finalmente, se reconocen como limitación principal las restricciones del muestreo, lo que circunscribe la generalización de los resultados a otras instituciones universitarias. Este aspecto debe ser considerado en futuras investigaciones para ampliar la validez externa y explorar esta relación en diferentes contextos poblacionales y culturales.

Conclusiones

Los resultados evidenciaron una asociación negativa leve entre el sentido de vida y el uso problemático de redes sociales, lo que refuerza el papel protector del sentido vital. A medida que los individuos reportan niveles más elevados de sentido de vida, se observa una disminución proporcional en las conductas problemáticas relacionadas con el uso de redes sociales. Estos hallazgos destacan la importancia de promover el desarrollo del sentido de vida como una estrategia preventiva, especialmente en poblaciones universitarias, donde las dinámicas de interacción digital son significativamente más intensas.

El análisis de las variables sociodemográficas reveló resultados de interés particular. No se identificaron diferencias estadísticamente significativas en los niveles de sentido de vida respecto al género, lo que sugiere una consistencia fundamental en la experiencia existencial entre hombres y mujeres. Sin embargo, se documentó una progresión notable en relación con la edad, donde los participantes de 28 años o más presentaron niveles superiores de sentido vital. Este patrón puede interpretarse como un indicador de madurez existencial asociada al desarrollo personal y a las experiencias acumuladas a lo largo del tiempo.

Estos resultados subrayan la necesidad de investigar en mayor profundidad cómo las experiencias de vida y los procesos de maduración contribuyen

al desarrollo de niveles más elevados de sentido de vida. El presente estudio constituye un punto de partida para comprender los mecanismos psicológicos subyacentes a la relación entre el sentido de vida y los comportamientos digitales problemáticos, abriendo camino a nuevas investigaciones que exploren estos fenómenos en mayor detalle.

Referencias bibliográficas

- Abdrakhmanova, A. E., Efremov, I. S., Gizatullin, T. R., y Asadullin, A. R. (2022). Dysfunctional use of social networks: can we talk about addiction?, *Neurology bulletin*, 54(1), 63-71. <https://doi.org/10.17816/nb99931>
- Alarcón, G., y Salas, E. S. (2022). Adicción a redes sociales e inteligencia emocional en estudiantes de educación superior técnica. *Health and Addictions/Salud Y Drogas*, 22(1), 152–166. <https://doi.org/10.21134/haaj.v22i1.640>
- Armas, M., y López, A. (2018). El sentido de la vida: factor protector de ansiedad y depresión. *Cauriensia*, 4, 57-72. <https://doi.org/10.17398/2340-4256.13.57>
- Balluerka, N., y Vergara, A. (2002). *Diseños de Investigación Experimental en Psicología: (1ed)*. Pearson Editorial. https://issuu.com/omaryancitopaucar/docs/dise_os_de_investigaci_n_experiment#google_vignette
- Bucci, S., Tonini, B., Casale, S., y Fioravanti, G. (2024). Testing the role of extended thinking in predicting craving and problematic social network sites use. *Addictive Behaviors*, 155, 108042. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2024.108042>
- Chan, G. (2021). Sentido de vida: una herramienta en la formación de estudiantes universitarios en el sureste de México. *RIDE Revista Iberoamericana Para La Investigación Y El Desarrollo Educativo*, 11(22). <https://doi.org/10.23913/ride.v11i22.937>
- Díaz-Moreno, A., Bonilla, A., y Chamarro, A. (2023). Comparación Social negativa: La influencia de la Ansiedad, la Regulación Emocional y el Uso Problemático de Redes Sociales. *Ansiedad y Estrés*, 29(3), 181-186. <https://doi.org/10.5093/anyes2023a22>

- Durand, M. (2024). Adicción de las redes sociales y su impacto en habilidades comunicativas para estudiantes de una universidad privada. *Aula Virtual*, 5(12), e324. <https://doi.org/10.5281/zenodo.12679840>
- Fatchurahman, M., Setiawan, M. A., y Karyanti, K. (2023). Intervention group logotherapy and performance measures for reducing phubbing in Generation Z. *Estudos de Psicologia*, 40. <https://doi.org/10.1590/1982-0275202340e200244>
- Frankl, V. (1994). *La Voluntad de Sentido*. Herder Editorial.
- Frankl, V. (2015). *El hombre en busca de sentido: (3 ed.)*. Herder Editorial.
- García, J., Miani, O., y Sánchez, L. (2024). Exploración preliminar sobre las variables psicológicas implicadas en la adicción a redes sociales on-line. *Adicciones*, 36(1), 53–62. <http://dx.doi.org/10.20882/adicciones.1745>
- Ghaderi, M., Askarizadeh, Gh., Ahmadi, Gh., y Divsalar, K. (2018). The Role of Psychiatric Symptoms, Social Support and Meaning in Life in Predicting Internet Addiction Among University Students: A Causal Model. *Journal of Practice in Clinical Psychology*, 6(2), 101-110. <https://doi.org/10.29252/NIRP.JPCP.6.2.101>
- González, P., Salazar, J., Castellanos, E., Camacho, J., Enríquez, C., y Conzatti, M. (2021). El sentido de la vida como mediador entre la autoestima y la adicción al internet en adolescentes. *Enfermería Global*, 20(64), 506-531. <https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.482691>
- González, J., y Álvarez, A. (2022). DSM-5-TR: Antecedentes históricos y descripción general de los principales cambios. *Revista Puertorriqueña de Psicología*, 33(2), 302-317. <https://doi.org/10.55611/rep.3302.08>
- Gottfried, A. E. (2016). Adaptación Argentina del PIL Test (Test del Sentido de la Vida) de Crumbaugh y Maholick. *Revista De Psicología*, 12(23), 49–65. Recuperado a partir de <https://erevistas.uca.edu.ar/index.php/RPSI/article/view/1536>
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación: (6 ed.)*. México, D.F. Editorial MCGRAW-HILL.
- Instituto Nacional de Estadística y Censos. (2020). *Boletín de la encuesta*

- multipropósito sobre Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC)*. INEC. https://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/Estadisticas_Sociales/TIC/2020/202012_Boletin_Multiproposito_Tics.pdf
- Instituto Nacional de Estadística y Censos. (2022). *Tecnología de la información y comunicación (TICs)*. INEC https://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/Estadisticas_Sociales/TIC/2022/202207_Tecnolog%C3%ADa%20de%20la%20Informaci%C3%B3n%20y%20Comunicaci%C3%B3n%20-%20TICs.pdf
- Jiménez-Segura, F. (2021). Sentido de Vida en el estudiantado universitario por la virtualización de la educación durante la pandemia provocada por la COVID-19: Modelo de Portafolio de resiliencia. *Revista Actualidades Investigativas en Educación*, 21(3), 1-39. <https://doi.org/10.15517/aie.v21i3.48164>
- Kurtuluş, C., y Elemo, AS. (2024). Negligencia emocional infantil y riesgos del abuso de sustancias: significado y propósito de la vida como mediador. *Int J Ment Health Addiction*, 22, 3990-4003. <https://doi.org/10.1007/s11469-023-01096-w>
- Küçükşen, K. y Budak, H. (2024). The intermediary role of searching for meaning in young adults in the relationship between loneliness and digital game addiction. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 11(1), 51-59. <https://www.addicta.com.tr/Content/files/sayilar/38/51-59.pdf>
- Li, S., Chen, X., Liu, L., y Sun, Ch. (2024). The relationship between social withdrawal and problematic social media use in Chinese college students: a chain mediation of alexithymia and negative body image. *BMC Psychol*, 12(246). <https://doi.org/10.1186/s40359-024-01755-0>
- Mamić, M., Gretzer, T., Zirdum, I., Vidić, H., Tomić, A., Mikšić, Š., Mamić, I., Jovanović, T., Ivanajelinčić, Degmečić, D., Galić, S., y Vukoja, I. (2024). Meaning of Life in Secondary Abstainers from Alcohol (Abstain From Alcohol and Meaning of Life). *Archives of psychiatry research*, 60(2), 99-107. <https://www.scopus.com/record/display.uri?eid=2-s2.0-85199527143&doi=10.20471%2f>

- une.2024.60.02.02&origin=inward&txGid=34cedfef11635007099f99401221fb6b
- Marín, V., Muñoz, J. M., y Hidalgo, M. D. (2020). Autopercepción de la adicción a Internet en jóvenes universitarios. *Health and Addictions/ Salud Y Drogas*, 20(2), 88–96. <https://doi.org/10.21134/haaj.v20i2.533>
- Montag, C., Muller, M., Pontes, H., y Elhai, J. (2023) On fear of missing out, social networks use disorder tendencies and meaning in life. *BMC Psychology*, 11(358). <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01342-9>
- Ndasauka, Y., y Ndasauka, F. (2024). Cultural persistence and change in university students' social networking motives and problematic use. *Heliyon*, 10(1), e24830. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2405844024008612?pes=vor>
- Noblejas, M. Á. (2018). Logoterapia, fundamentos y líneas de intervención. *Revista de Psicoterapia*, 29(109), 69-87. <https://doi.org/10.33898/rdp.v29i109.231>
- Ochoa, F., y Barragán, M. (2022). El uso en exceso de las redes sociales en medio de la pandemia. *Academo*, 9(1). 85-92. <https://doi.org/10.30545/academo.2022.ene-jun.8>
- Padilha, G y Garcia, A. (2021). Sentido de vida: comprendiendo este desafiador campo de estudio. *Psicologia USP*, 32. <https://doi.org/10.1590/0103-6564e200149>
- Pineda, J., y Zuliaga, J. (2024). Dramaterapia: Aproximación a la construcción de sentidos de vida en jóvenes universitarios. *Revista de Psicología*, 42(1), 61-89. <https://doi.org/10.18800/psico.202401.003>
- Rosero, A., Eraso, J., Villalobos, F., y Herrera, H. (2022). Validación del Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) en una muestra de adolescentes colombianos. *Informes Psicológicos*, 22(2), 29–45. <https://doi.org/10.18566/infpsic.v22n2a02>
- Saleme, Y., y Coronado, E. (2024). Sentido de Vida y su Influencia en la Salud Mental. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(2), 5691-5708. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i2.10980
- Sahin, C. (2018). Social Media Addiction Scale-Student Form: The

- Reliability and Validity Study. *The Turkish Online Journal of Educational Technology*, 17(1), 169-182. <https://tojet.net/articles/v17i1/17117.pdf>
- Sánchez, H. (2023). La felicidad y el sentido de vida, una mirada humanista. *Avances en Psicología*, 31(2), e2925. <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2023.v31n2.2925>
- Valencia-Ortiz, R., y Cabero-Almenara, J. (2019). La adicción a las redes sociales: validación de un instrumento en el contexto mexicano. *Health and Addictions/Salud Y Drogas*, 19(2), 149–159. <https://doi.org/10.21134/haaj.v19i2.460>

