

Adicción a TikTok en estudiantes universitarios del área de la salud

TikTok addiction among university health students

OMAR VICENTE GARCÍA SÁNCHEZ*
CRISTINA CARRILLO GUERRERO**

El objetivo del estudio fue evaluar el uso problemático de TikTok en estudiantes universitarios del área de la salud y analizar su asociación con variables sociodemográficas y académicas, en particular la edad y el sexo. Se realizó una investigación cuantitativa, no experimental, transversal y de alcance correlacional, con una muestra de 825 alumnos de Enfermería, Medicina, Nutrición y Psicología de dos universidades públicas del noroeste de México. La información se recolectó mediante un cuestionario digital que incluyó una escala validada de adicción a TikTok, integrada por las dimensiones obsesión, falta de control personal y uso excesivo. Los resultados evidenciaron niveles bajos a moderados de adicción, con mayor presencia de uso excesivo y dificultades de autorregulación. No se identificaron diferencias significativas según el sexo; sin embargo, se observaron asociaciones relevantes con la edad, la carrera cursada y el número de materias reprobadas: los participantes más jóvenes y los de mayor rezago académico presentaron niveles más elevados de uso problemático. Se concluye que el uso problemático de TikTok no es un fenómeno homogéneo en esta población, sino que se vincula con procesos de autorregulación y desempeño académico, lo que resalta la necesidad de estrategias preventivas en el ámbito universitario.

Palabras clave:
adicción,
uso problemático
de redes sociales,
TikTok, educación
superior

Recibido: 30 de diciembre de 2025 | **Aceptado para su publicación:** 7 de mayo de 2026 |

Publicado: 1 de julio de 2026

Cómo citar: García Sánchez, O. V. y Carrillo Guerrero, C. (2026). Adicción a TikTok en estudiantes universitarios del área de la salud. *Sinéctica, Revista Electrónica de Educación*, (67), e1817. <https://doi.org/10.31391/XPKG9414>

This study aimed to assess problematic TikTok use among university students in health-related programs and to examine its association with sociodemographic and academic variables, particularly age and sex. A quantitative, non-experimental, cross-sectional, correlational design was used with a sample of 825 students from Nursing, Medicine, Nutrition, and Psychology programs at two public universities in northwestern Mexico. Data were collected through an online questionnaire that included a validated TikTok addiction scale organized into three dimensions: obsession, lack of personal control, and excessive use. The results showed low to moderate levels of problematic engagement with the platform, with excessive use and self-regulation difficulties being the most prominent features. No statistically significant differences were found by sex. However, relevant associations were observed with age, academic program, and number of failed courses, as younger students and those with greater academic delay reported higher levels of problematic TikTok use. The findings suggest that problematic TikTok use is not a uniform phenomenon in this population; rather, it is linked to self-regulation and academic performance, underscoring the importance of preventive strategies in university settings.

Keywords:
addiction,
problematic social
media use, TikTok,
higher education

* Doctor en Pedagogía por el Centro de Investigación e Innovación Educativa del Noroeste. Docente de la Facultad de Informática Mazatlán de la Universidad Autónoma de Sinaloa, México. Miembro del Sistema Nacional de Investigadores e Investigadoras, nivel I de la Secretaría de Ciencia, Humanidades, Tecnología e Innovación, y del Sistema Sinaloense de Investigadores y Tecnólogos de la Coordinación General para el Fomento a la Investigación Científica e Innovación, con nombramiento de investigador honorífico. Correo electrónico: ogarcia@uas.edu.mx/<https://orcid.org/0000-0001-8314-7160>

** Doctora en Educación por la Universidad del Pacífico Norte. Docente de la Unidad Académica de Gastronomía y Nutrición de la Universidad Autónoma de Sinaloa. Correo electrónico: cristinacarrillo@uas.edu.mx/<https://orcid.org/my-orcid?orcid=0009-0006-7074-4576>



INTRODUCCIÓN

La última década ha sido testigo de una transformación en el panorama educativo y en las formas de interacción social, impulsada por la proliferación de las tecnologías de la información y la comunicación y el auge de los espacios virtuales. La sociedad contemporánea se encuentra inmersa en una conectividad digital que se ha convertido en parte de la cotidianidad. Este fenómeno ha reducido las distancias geográficas y ha abierto nuevas formas de interacción, entretenimiento y acceso a la información en línea.

Internet y las redes sociales se han integrado de manera palpable en la rutina diaria, y los jóvenes universitarios constituyen uno de los grupos que más utilizan estas plataformas (Monterrubio y Gordillo, 2023). En este escenario, el uso intensivo de tecnologías digitales ha comenzado a examinarse como una práctica social relevante y, al mismo tiempo, como un elemento con posibles implicaciones en el bienestar psicológico y la salud mental de los estudiantes.

Lo anterior se refleja en el crecimiento sostenido del uso de las redes sociales a nivel global. En 2024 se estimaban más de 5.04 mil millones de usuarios activos, lo que representaba alrededor del 63% de la población mundial total, y el grupo etario más activo correspondía a los jóvenes adultos de entre 18 y 34 años, quienes encabezaban la participación y el consumo en plataformas sociales (Carrión y Usiña, 2025).

Si bien medios tradicionales como WhatsApp, Instagram y Facebook siguen ocupando los primeros lugares en número de usuarios activos y preferencias globales, al acumular en conjunto cerca del 47% del total mundial de consumidores, el ecosistema digital se ha transformado (Aguirre et al., 2025). Estas redes han mantenido altas tasas de interacción y vinculación con sus usuarios; sin embargo, en los últimos años ha destacado el fuerte crecimiento de plataformas de contenido dinámico, lo que ha motivado nuevas líneas de investigación orientadas a comprender los efectos psicosociales de estas formas emergentes de consumo digital entre los jóvenes.

TikTok se ha consolidado como una de las plataformas de crecimiento más acelerado y de mayor influencia entre la población joven. Desde su lanzamiento internacional en 2017, batió récords al superar los 115.2 millones de instalaciones solo en marzo de 2020 (Siles et al., 2024). En comparación con la trayectoria de sus predecesoras, TikTok alcanzó cifras significativas de usuarios activos mensuales en tan solo tres años, un hito que a Facebook le tomó más de cuatro años y a Instagram, seis. Este crecimiento la ha situado como la segunda plataforma social preferida por los estudiantes, después de Instagram (Meirbekov et al., 2024). Esta tendencia sugiere que los discentes que ingresan o cursan la educación superior son consumidores habituales de esta aplicación, lo que plantea interrogantes relevantes sobre sus efectos en los procesos de autorregulación, atención y bienestar emocional.

La incorporación de las redes sociales en el ámbito universitario ha suscitado un debate relevante sobre su influencia, al poner de relieve tanto sus aportes como los desafíos que plantea para el desarrollo estudiantil y el desempeño académico. Entre sus beneficios, estas plataformas han demostrado ser mecanismos eficaces para promover nuevas formas de aprendizaje colaborativo, facilitar la interacción entre pares y favorecer el intercambio de recursos educativos (Arrobo et al., 2023).

Por su parte, Aguilar et al. (2023) señalan que el uso de TikTok puede favorecer la creatividad, la motivación y el interés por aprender, y que la naturaleza visual y accesible de esta plataforma contribuye al desarrollo de habilidades como la autonomía, la capacidad de síntesis y la competencia de aprender a aprender. Estos autores agregan que las redes sociales se consolidan como espacios propicios para la socialización del conocimiento, ya que complementan la formación académica y enriquecen la comprensión de contenidos mediante el acceso a tutoriales y materiales audiovisuales.

Por otra parte, el uso desmedido de estas plataformas plantea riesgos que pueden comprometer el bienestar psicológico y el desempeño académico del estudiantado. El uso prolongado de las redes sociales puede acarrear consecuencias negativas; una de las más frecuentes es la distracción constante, que reduce el tiempo dedicado al estudio y fomenta la procrastinación académica (Beltrán y Chuquitaype, 2024). En este contexto, los jóvenes pueden dedicar más tiempo a estas plataformas que a sus responsabilidades académicas, lo que se asocia con una menor concentración y con dificultades para cumplir con las exigencias de sus programas educativos. Esto puede configurar escenarios de sobrecarga cognitiva y tensión emocional en el contexto universitario.

En el plano psicológico, el uso problemático de las redes sociales se ha vinculado con síntomas de ansiedad y estrés. La exposición continua a contenidos idealizados y la búsqueda de validación externa pueden generar presión significativa y sentimientos de inferioridad, lo que afecta la autoestima. Aunque algunos estudios (Bustamante et al., 2025; Díaz y Sánchez, 2024; Torres y Erazo, 2023) sugieren que la relación con la depresión no es concluyente, la mayoría coincide en que el uso excesivo de plataformas digitales puede afectar funciones psicológicas básicas, como la atención, la concentración y el sueño, elementos relacionados con la salud mental y el desempeño académico de los estudiantes.

En este sentido, es necesario precisar que, en nuestro estudio, el término “adicción a TikTok” se emplea desde una perspectiva no clínica, como una aproximación al uso problemático de la plataforma basada en un instrumento de autoinforme. Por tanto, no pretendemos establecer un diagnóstico psicológico formal; más bien, buscamos identificar patrones conductuales asociados con dificultades de autorregulación en el uso de esta red social.

Para comprender el impacto de esta plataforma en la población estudiantil, resulta necesario diferenciar TikTok de redes sociales tradicionales como Facebook e Instagram. Una característica distintiva de TikTok es que suele percibirse más como un espacio de entretenimiento y consumo de contenido que como una red social orientada a conectar personas, como ocurre con Facebook (Pérez-Salazar, 2024). Su funcionamiento se basa en videos breves, que originalmente tenían una duración de entre 15 y 60 segundos, aunque ahora pueden extenderse hasta diez minutos o transmitirse en vivo.

Esta dinámica puede generar en los usuarios un estado de inmersión profunda, conocido como estado de flujo, caracterizado por una concentración intensa y por la pérdida de la percepción del tiempo (Roberts y David, 2023). Dicha experiencia puede favorecer patrones de uso problemático, ya que el formato breve y el flujo continuo de videos personalizados propician un consumo prolongado y difícil de interrumpir.

Aunque en un principio los usuarios, incluidos los estudiantes universitarios, pueden no reconocerse a sí mismos como dependientes, algunos estudios señalan que suelen dedicar más tiempo del previsto a la plataforma y perder la noción del tiempo durante su uso, lo que evidencia patrones de consumo impulsivo (Zhao y Wagner, 2023). En contextos formativos con alta demanda académica y práctica, como ocurre en las carreras del área de la salud, esta dificultad para interrumpir el uso puede constituir un factor de riesgo psicosocial, al interferir con los procesos de autorregulación emocional, manejo del estrés y descanso cognitivo.

En este escenario de uso intensivo de plataformas digitales, preocupa en especial la situación de estudiantes de carreras del área de la salud, cuya formación exige procesos continuos de atención, responsabilidad profesional temprana y adquisición progresiva de competencias clínicas y psicosociales. Este alumnado debe asimilar una formación teórica rigurosa, desarrollar habilidades prácticas, gestionar un elevado volumen de trabajo y cumplir con plazos exigentes, lo que suele traducirse en altos niveles de estrés académico.

La evidencia señala que esta sobrecarga, combinada con la presión de evaluaciones y prácticas clínicas, puede afectar de modo negativo el bienestar físico, emocional y psicológico de los estudiantes (Escobar-Domingo et al., 2021). En este contexto, la identificación temprana de factores asociados al uso problemático de tecnologías digitales adquiere relevancia como una estrategia preventiva orientada a la protección del bienestar estudiantil en la educación superior.

Los estudios de Gil y de Loarca, ambos de 2023, se han centrado en redes sociales tradicionales, como Facebook e Instagram, mientras que TikTok, pese a su acelerado crecimiento y a las particularidades de su formato basado en videos breves y algoritmos de recomendación altamente personalizados, ha sido poco explorado en estudiantes del área de la salud. Este vacío evidencia la necesidad de examinar cómo TikTok puede influir en los hábitos digitales, la autorregulación académica y el bienestar emocional de quienes cursan programas formativos caracterizados por altas exigencias. Abordar este fenómeno desde una perspectiva educativa y psicosocial permitiría generar evidencia orientada a la prevención y al diseño de estrategias institucionales que promuevan un uso digital más equilibrado y contribuyan a comprender los desafíos que enfrenta la educación en la era digital.

Nuestro estudio tiene como propósito evaluar el nivel de adicción a TikTok, entendido como un patrón de uso problemático, en estudiantes universitarios del área de la salud, así como examinar su asociación con variables sociodemográficas, en particular la edad y el sexo. A partir de este planteamiento, establecimos la hipótesis de que existen diferencias significativas en los niveles de uso problemático de TikTok en función de dichas variables sociodemográficas.

Con base en este contexto psicoeducativo, el uso de TikTok se analiza como un comportamiento susceptible de autorregulación, cuya intensificación puede derivar en patrones de uso problemático con implicaciones en el desempeño académico y el bienestar estudiantil.

ESTADO DEL ARTE

En los últimos años, el uso intensivo de redes sociales digitales ha cobrado especial relevancia en el ámbito universitario, debido a su posible influencia en el bienestar psicológico, la autorregulación y las formas de aprendizaje de los estudiantes. Distintos estudios han analizado los efectos del uso problemático de plataformas como Facebook, Instagram y, más recientemente, TikTok. Esta última se distingue por su formato de videos breves y por el uso de algoritmos de personalización, elementos que han modificado las formas de comunicación, entretenimiento y gestión del tiempo entre los jóvenes. A partir de ello, se han abierto nuevas discusiones sobre los riesgos psicosociales asociados al uso intensivo de estas plataformas en la población estudiantil.

Sin embargo, la evidencia empírica disponible todavía se concentra, en buena medida, en redes sociales tradicionales y en poblaciones generales. En contraste, el caso de los estudiantes del área de la salud ha sido menos explorado, pese a que se trata de un grupo expuesto a exigencias académicas, emocionales y formativas particulares durante su trayectoria profesional.

Este apartado tiene como propósito revisar estudios recientes sobre el uso compulsivo de redes sociales, con especial atención en TikTok. Buscamos identificar los principales hallazgos sobre los factores sociodemográficos asociados, las manifestaciones de uso problemático, los enfoques metodológicos empleados para su evaluación y sus posibles implicaciones en indicadores como ansiedad, estrés y bienestar psicológico. Este análisis permite reconocer las tendencias conceptuales y empíricas de la investigación actual, así como los vacíos de conocimiento que justifican el desarrollo de nuestro estudio.

Desde esta perspectiva, el análisis del empleo de redes sociales en población universitaria puede situarse en un enfoque psicoeducativo. En este marco, dichas prácticas se entienden como comportamientos susceptibles de autorregulación, cuya intensificación puede derivar en patrones de uso problemático. Por ello, la literatura reciente no solo ha examinado la frecuencia de uso de plataformas como TikTok, sino también las dinámicas conductuales asociadas, entre ellas el control del tiempo, la interferencia en actividades académicas y sus posibles repercusiones en el bienestar estudiantil.

Fabio y Iaconis (2024) exploraron el papel del pensamiento crítico como factor protector frente al uso de TikTok e Instagram. En un estudio cuantitativo con universitarios italianos, encontraron que las habilidades de razonamiento crítico se asocian de manera negativa con los comportamientos adictivos. Este hallazgo sugiere que la capacidad de análisis y reflexión puede atenuar la vulnerabilidad ante los mecanismos de refuerzo algorítmico presentes en estas plataformas, aspecto relevante para la prevención del malestar psicológico asociado con el uso compulsivo.

Trejos-Gil et al. (2024) validaron en población colombiana una escala específica para medir la adicción a TikTok y encontraron correlaciones positivas con síntomas de ansiedad y depresión. Sus resultados muestran que los usuarios con mayor dependencia tienden a descuidar necesidades básicas y compromisos académicos, lo que puede configurar un patrón de riesgo para la salud mental y

el equilibrio emocional. Este aporte refuerza la importancia de contar con instrumentos adaptados al contexto latinoamericano.

Peña et al. (2025) examinaron el vínculo entre el uso problemático de TikTok, el bienestar subjetivo y los mecanismos de regulación emocional en estudiantes ecuatorianos. Los autores encontraron que las estrategias desadaptativas, como la evasión emocional, la búsqueda compulsiva de validación, la rumiación digital y la comparación constante, se relacionan con mayor afecto negativo y menor satisfacción con la vida. En cambio, las estrategias adaptativas, como la autolimitación consciente, el aprendizaje digital, la curación de contenido positivo y la comunicación empática, no moderaron el impacto del uso excesivo. Estos resultados ayudan a comprender los procesos emocionales que tienen que ver con el consumo compulsivo de contenidos digitales y advierten que el uso problemático puede intensificar el malestar psicológico.

En México, Reynoso et al. (2025) identificaron niveles moderados de adicción y bienestar en universitarios del área de la salud, y que TikTok e Instagram concentran los mayores índices de uso problemático. Aunque no observaron una relación directa entre bienestar y adicción, subrayan la necesidad de promover un uso consciente de las redes sociales en este grupo, especialmente como medida preventiva frente al estrés académico y emocional.

Estudios recientes han abordado dimensiones complementarias del uso problemático de redes sociales, al vincularlo con la autoestima, la procrastinación, el estrés y el cansancio emocional. Collantes y Tobar (2023) reconocieron una relación negativa entre la adicción a redes sociales y la autoestima en universitarios ecuatorianos, que sugiere que este tipo de uso puede afectar la autopercepción y la autoeficacia personal, factores relacionados con el bienestar psicológico.

De acuerdo con Manzoor et al. (2024), la obsesión por el desplazamiento automático, o *scrolling*, en TikTok predice niveles más altos de procrastinación académica. Este hallazgo apunta a una posible interferencia en los hábitos de estudio y en la planificación del tiempo, lo que puede incrementar la presión académica y el estrés percibido. Por su parte, González y Acuña (2025), en una muestra de estudiantes colombianos, identificaron correlaciones significativas entre adicción a redes sociales, estrés académico y procrastinación. Sus resultados sugieren que el uso intensivo de estas plataformas puede funcionar como un mecanismo de evasión frente a las demandas formativas y contribuir a estados de sobrecarga emocional.

Desde la perspectiva del bienestar afectivo, Sinty et al. (2023) advirtieron una relación directa entre la adicción a redes sociales y el cansancio emocional en estudiantes peruanos de Psicología. Sus resultados dan cuenta de que el desgaste emocional aumenta conforme se intensifica el uso compulsivo de estas plataformas. Este hallazgo refuerza la importancia de considerar la dimensión emocional del uso problemático de redes sociales en contextos universitarios.

En esta misma línea, Osorio et al. (2025), en un estudio cuantitativo con 591 estudiantes del suroccidente colombiano, encontraron que el uso excesivo de Facebook e Instagram se asocia con mayores niveles de ansiedad y estrés, aunque no observaron una relación directa con la depresión ni con el rendimiento académico. Los autores destacan la necesidad de promover un empleo responsable de las plataformas

y de considerar las diferencias entre redes sociales, ya que TikTok mostró un menor impacto en el estrés. Esto sugiere que cada plataforma debe analizarse de manera diferenciada en términos de riesgo psicosocial.

Herrera y Lesmana (2025), por su parte, analizaron en Indonesia la influencia de la adicción a TikTok sobre el bienestar psicológico en estudiantes universitarios. Los autores obtuvieron una correlación negativa significativa, que apunta a que el uso problemático de la plataforma puede afectar dimensiones como la autonomía, el crecimiento personal y la autoaceptación. En conjunto, estos estudios coinciden en que el uso intensivo de redes sociales puede comprometer el bienestar estudiantil y subrayan la importancia de fomentar prácticas de consumo digital más conscientes y equilibradas.

En síntesis, la literatura reciente hace evidente que el uso compulsivo de redes sociales, en particular de TikTok, se asocia con manifestaciones de ansiedad, estrés y deterioro del bienestar psicológico en estudiantes universitarios. No obstante, la mayoría de estos estudios se ha realizado en poblaciones generales o en áreas distintas a las ciencias de la salud. Por ello, aún se requiere mayor evidencia sobre las diferencias asociadas con variables sociodemográficas y académicas, así como su impacto en contextos educativos caracterizados por una alta carga emocional y formativa.

Esta limitación revela la necesidad de generar evidencia empírica contextualizada que ayude a identificar perfiles de mayor vulnerabilidad y comprender cómo características como la edad, el sexo, la carrera o el historial académico pueden incidir en los niveles de uso problemático de TikTok. Nuestro estudio busca aportar conocimiento actualizado sobre este fenómeno en estudiantes del área de la salud, desde una perspectiva psicoeducativa, con la finalidad de contribuir a su comprensión y orientar futuras acciones preventivas.

MARCO METODOLÓGICO

Diseño de investigación

El estudio que presentamos se desarrolló con un diseño no experimental, transversal y de alcance correlacional. Su propósito fue evaluar el nivel de adicción a TikTok, entendida como una forma de uso problemático, en estudiantes universitarios del área de la salud, así como analizar su relación con variables sociodemográficas y académicas, particularmente la edad y el sexo. Este diseño nos permitió examinar las variables en su contexto natural, en un único momento temporal y sin manipular con deliberación las condiciones del estudio. De esta manera, fue posible obtener una visión general de los patrones de uso de TikTok y de los factores asociados en la población estudiada.

Población y muestra

La población de estudio estuvo conformada por estudiantes universitarios inscritos en programas del área de la salud de la Universidad Autónoma de Sinaloa y de la Universidad Autónoma de Occidente, que cursaban una licenciatura al momento de la recolección de los datos. La muestra quedó integrada por 825 estudiantes: 215 de la licenciatura en Enfermería (26.1%), 183 de Medicina (22.2%), 257 de Nutrición (31.2%) y 170 de Psicología (20.6%).

La selección de los participantes se realizó mediante un muestreo no probabilístico de tipo intencional. Como criterios de inclusión se consideraron estar inscrito en alguno de los programas académicos del área de la salud mencionados y aceptar de manera voluntaria participar en el estudio. Este tipo de muestreo se eligió debido a las condiciones de acceso institucional y a la disponibilidad de los participantes. La distribución de la muestra permitió contar con representación de las distintas licenciaturas, lo que favoreció una aproximación más amplia al fenómeno de estudio y facilitó el análisis descriptivo y correlacional de los datos obtenidos.

Instrumento

La recolección de los datos se realizó con base en un cuestionario digital autoadministrado, elaborado en Google Forms, cuyo propósito fue evaluar el nivel de adicción a TikTok, entendido como un patrón de uso problemático, en estudiantes universitarios del área de la salud. El instrumento se conformó de dos secciones.

La primera recabó información sociodemográfica y académica. Incluyó las siguientes variables: sexo (femenino y masculino), edad (17–18 años, 19–20 años, 21–22 años y 23 años o más), ciudad de residencia (Culiacán, Mazatlán u otra), universidad de procedencia (Universidad Autónoma de Sinaloa y Universidad Autónoma de Occidente), carrera (Enfermería, Medicina, Nutrición y Psicología), grado o año cursado (primero, segundo, tercero, cuarto y quinto), así como reprobación de materias en los últimos dos semestres (no; sí, una; sí, dos o más). La variable sexo se registró a través de dos opciones de respuesta, femenino y masculino, en congruencia con el formato de recolección de los datos.

La selección de las variables sociodemográficas y académicas se fundamentó en evidencia previa que señala su relevancia para el análisis del uso problemático de redes sociales en población universitaria. En particular, se consideró la edad como posible factor de vulnerabilidad, el sexo como variable de contraste en los patrones de uso digital y el desempeño académico como indicador indirecto de autorregulación y compromiso académico.

La segunda sección correspondió a la escala de adicción a TikTok, integrada por ítems tipo Likert con cinco opciones de respuesta: 1 = nunca, 2 = rara vez, 3 = a veces, 4 = casi siempre y 5 = siempre. Las puntuaciones más altas indican una mayor presencia de patrones de uso problemático de la plataforma. La escala fue elaborada específicamente para el estudio que aquí presentamos, con base en modelos teóricos sobre adicción a redes sociales y uso problemático de tecnologías digitales reportados en la literatura reciente. La construcción de los ítems se sustentó en dimensiones identificadas de manera recurrente en investigaciones previas sobre comportamiento digital.

La escala evalúa el constructo a partir de tres dimensiones:

- Obsesión por TikTok, relacionada con la necesidad constante de conexión, la presencia de pensamientos recurrentes sobre la plataforma y la aparición de respuestas emocionales negativas ante la imposibilidad de acceder a ella, como ansiedad, irritación o aburrimiento. También considera posibles afectaciones en las relaciones personales.

- Falta de control personal, asociada con la dificultad para regular el tiempo de uso, el reconocimiento del uso excesivo, los intentos fallidos por limitarlo y la interferencia en actividades académicas, como posponer tareas o reducir el tiempo destinado al estudio.
- Uso excesivo de TikTok, vinculado con la frecuencia, intensidad y prolongación del consumo de contenido, la pérdida de la noción del tiempo, el acceso reiterado a la aplicación durante el día y su utilización en contextos poco adecuados, como durante actividades académicas. Esta dimensión también considera el refuerzo emocional asociado con el uso prolongado de la plataforma.

Validación y confiabilidad

El instrumento fue sometido a un proceso de validación de contenido mediante juicio de expertos, en el que participaron cinco especialistas seleccionados por su experiencia académica e investigativa en psicología educativa y ciencias de la salud, así como por su familiaridad con el estudio del comportamiento digital y el uso de instrumentos de medición en contextos formativos. Los expertos evaluaron los ítems en términos de claridad, pertinencia y congruencia con los objetivos del estudio y con el constructo a medir. Sus observaciones permitieron afinar el lenguaje y ajustar la estructura del cuestionario.

Posteriormente, el instrumento se aplicó a un grupo piloto de 20 estudiantes con características similares a las de la población objetivo, seleccionados por conveniencia. Estos participantes no formaron parte de la muestra final. La aplicación piloto tuvo como finalidad evaluar la consistencia interna del instrumento. Para ello, se estimó el coeficiente alfa de Cronbach, tanto para la escala en su conjunto como para cada una de sus dimensiones. El instrumento total obtuvo un coeficiente de $\alpha = 0.961$, lo que indica una consistencia interna excelente. En la tabla 1 presentamos la confiabilidad interna del instrumento y de cada una de sus dimensiones.

Tabla 1. Confiabilidad interna del instrumento de adicción a TikTok

Escala / dimensión	Número de ítems	Alfa de Cronbach (α)
Obsesión por TikTok	9	0.934
Falta de control personal por el uso de TikTok	5	0.889
Uso excesivo de TikTok	6	0.909
Instrumento total	20	0.961

De manera específica, la dimensión obsesión por TikTok obtuvo un valor de $\alpha = 0.934$; falta de control personal por el uso de TikTok, $\alpha = 0.889$; y uso excesivo de TikTok, $\alpha = 0.909$. Estos valores indican niveles de confiabilidad de buenos a excelentes en todas las escalas analizadas. En conjunto, los resultados permiten considerar que el instrumento presenta una consistencia interna adecuada para su aplicación en estudios descriptivos y correlacionales en el ámbito de las ciencias de la salud y las ciencias sociales.

Procedimiento

La aplicación del instrumento se llevó a cabo de manera virtual durante el segundo

semestre de 2025, mediante la difusión del enlace del cuestionario en grupos académicos institucionales y redes oficiales dirigidas a estudiantes universitarios del área de la salud. Antes de iniciar la encuesta, se presentó un texto introductorio en el que se explicaron los objetivos del estudio, las condiciones de participación y la garantía de confidencialidad y anonimato de la información. En ese apartado también se solicitó el consentimiento informado de los participantes, el cual se otorgó al aceptar responder el cuestionario.

La participación fue voluntaria y anónima, y el tiempo estimado de respuesta fue de aproximadamente diez minutos. Una vez concluida la recolección de datos, la información se almacenó en una base de datos digital segura para su posterior depuración, codificación y análisis estadístico.

Análisis de los datos

Los datos recolectados se analizaron mediante el software IBM SPSS Statistics, versión 27. En una primera etapa, se efectuaron análisis descriptivos para caracterizar la muestra. Para las variables sociodemográficas, se calcularon frecuencias y porcentajes, mientras que para los puntajes de las dimensiones de la escala y del instrumento total se obtuvieron medias y desviaciones estándar.

Para interpretar los niveles de uso problemático de TikTok, se establecieron categorías descriptivas a partir del rango teórico de respuesta de la escala tipo Likert, cuyos valores oscilaron entre 1 = nunca y 5 = siempre. El rango total se dividió en tres intervalos de amplitud equivalente: bajo, moderado y alto. Así, los puntajes promedio de 1.00 a 2.33 se interpretaron como nivel bajo; de 2.34 a 3.66, como nivel moderado; y de 3.67 a 5.00, como nivel alto. Esta clasificación tuvo fines exclusivamente descriptivos y no diagnósticos.

En seguida, se evaluó la distribución de los datos mediante la prueba de Kolmogorov-Smirnov, la cual indicó que los puntajes no se ajustaban a una distribución normal ($p < .05$). Considerando el tamaño de la muestra, la naturaleza ordinal de los ítems y los resultados de la prueba de normalidad, se optó por utilizar estadísticos no paramétricos en los análisis inferenciales.

Para comparar los niveles de uso problemático de TikTok según el sexo, se empleó la prueba U de Mann-Whitney, y para analizar las diferencias entre los grupos de edad, la prueba de Kruskal-Wallis. Asimismo, las relaciones entre las dimensiones del instrumento y las variables sociodemográficas ordinales se examinaron mediante el coeficiente de correlación de Spearman. En todos los casos se adoptó un nivel de significancia estadística de $p < .05$.

En seguida, se evaluó la distribución de los datos mediante la prueba de Kolmogorov-Smirnov, la cual evidenció que los puntajes no se ajustaron a una distribución normal ($p < .05$). Considerando el tamaño de la muestra, la naturaleza ordinal de los ítems y los resultados de las pruebas de normalidad, se optó por el uso de estadísticos no paramétricos para los análisis inferenciales.

Para comparar los niveles de adicción a TikTok según el sexo, se empleó la prueba U de Mann-Whitney, mientras que para analizar las diferencias entre los grupos de edad, la prueba de Kruskal-Wallis. Asimismo, las relaciones entre las dimensiones

del instrumento y las variables sociodemográficas ordinales se analizaron mediante el coeficiente de correlación de Spearman. En todos los análisis se adoptó un nivel de significancia estadística de $p < .05$.

No se realizaron pruebas post hoc después de la prueba de Kruskal-Wallis; por ello, los resultados se interpretaron únicamente en términos de diferencias globales entre grupos. Asimismo, no se calcularon tamaños del efecto, aspecto que se reconoce como una limitación del estudio y como un área de oportunidad para futuras investigaciones.

Consideraciones éticas

La investigación se desarrolló conforme a los principios éticos de respeto, beneficencia y confidencialidad. La participación fue voluntaria y anónima; además, se informó a los estudiantes sobre la finalidad académica del estudio y el uso exclusivo de los datos con fines científicos. No se recabó información personal identificable, con lo cual se garantizó la privacidad y seguridad de los participantes. Asimismo, el estudio acató las normas éticas institucionales de la Universidad Autónoma de Sinaloa y la Universidad Autónoma de Occidente, así como las disposiciones nacionales aplicables a la investigación con seres humanos en el ámbito educativo.

RESULTADOS

En este apartado presentamos los resultados obtenidos a partir del análisis estadístico de los datos recolectados en estudiantes universitarios del área de la salud. En primer término, describimos las características sociodemográficas de la muestra, seguidas de los estadísticos descriptivos del instrumento de adicción a TikTok general y sus dimensiones. Luego, exponemos los análisis inferenciales, orientados a identificar diferencias y relaciones entre los niveles de adicción a TikTok y las variables sociodemográficas consideradas. Los resultados se explican de manera sistemática mediante tablas y se interpretan con base en los criterios estadísticos establecidos.

En relación con las características sociodemográficas de la muestra, la tabla 2 contiene la distribución de los participantes según las variables analizadas.

Tabla 2. Características sociodemográficas de la muestra (N=825)

Variable	Categoría	N	%
Sexo	Femenino	626	75.9
	Masculino	199	24.1
Edad	17-18 años	297	36.0
	19-20 años	272	33.0
	21-22 años	131	15.9
	23 o más años	125	15.2
Ciudad de residencia	Mazatlán	725	87.9
	Culiacán	71	8.6
	Otra	29	3.5
Universidad	UAS	723	87.6
	UAdeO	102	12.4

Variable	Categoría	N	%
Carrera	Enfermería	215	26.1
	Medicina	183	22.2
	Nutrición	257	31.2
	Psicología	170	20.6
Grado académico	Primero	411	49.8
	Segundo	200	24.2
	Tercero	50	6.1
	Cuarto	142	17.2
	Quinto	22	2.7
Materias reprobadas	No	694	84.1
	Sí, una	83	10.1
	Sí, dos o más	48	5.8

Del total de participantes, el 75.9% (n = 626) correspondió al sexo femenino y el 24.1% (n = 199), al sexo masculino. En cuanto a la edad, el grupo más representativo fue el de 17 a 18 años (36.0%), seguido de los estudiantes de 19 a 20 años (33.0%), lo que indica una mayor concentración de participantes en los rangos etarios más jóvenes.

Respecto a la ciudad de residencia, la mayoría de los estudiantes vivía en Mazatlán (87.9%), seguida de Culiacán (8.6%) y otras localidades (3.5%). En relación con la universidad de procedencia, el 87.6% pertenecía a la Universidad Autónoma de Sinaloa, mientras que el 12.4%, a la Universidad Autónoma de Occidente.

En cuanto a la carrera, la distribución de la muestra fue heterogénea: Nutrición tuvo la mayor representación (31.2%), seguida de Enfermería (26.1%), Medicina (22.2%) y Psicología (20.6%). Respecto al grado académico, casi la mitad de los participantes cursaba el primer año (49.8%); le siguió el segundo año (24.2%), mientras que los porcentajes disminuyeron en forma progresiva en los grados superiores.

Por último, en lo referente a la reprobación de materias en los últimos dos semestres, el 84.1% de los estudiantes indicó no haber reprobado ninguna asignatura, en tanto que el 10.1% reportó haber reprobado una materia y el 5.8%, dos o más. Estos datos sugieren un predominio de estudiantes sin rezago académico reciente.

En la tabla 3 compartimos los estadísticos descriptivos correspondientes a las dimensiones de la escala de adicción a TikTok y al puntaje total del instrumento. Las puntuaciones se obtuvieron con base en el promedio de los ítems de cada dimensión, en una escala de respuesta de 1 a 5, en la cual los valores más altos indican una mayor presencia de patrones de uso problemático de TikTok.

Tabla 3. Estadísticos descriptivos de las dimensiones de la adicción a TikTok

Dimensión	Media	DE	Mín.	Máx.
Obsesión por TikTok	2.04	0.95	1.00	5.00
Falta de control personal	2.32	1.06	1.00	5.00
Uso excesivo de TikTok	2.46	1.06	1.00	5.00
Puntaje total de adicción a TikTok	2.27	0.95	1.00	5.00

De manera general, el puntaje total de la escala mostró una media de 2.27 (DE = 0.95), lo que sugiere un nivel bajo de uso problemático de TikTok en la muestra ana-

lizada, cercano al límite inferior del rango moderado. Al examinar las dimensiones específicas, uso excesivo de TikTok presentó la media más alta ($M = 2.46$; $DE = 1.06$), seguida de falta de control personal ($M = 2.32$; $DE = 1.06$). Por su parte, obsesión por TikTok obtuvo la media más baja ($M = 2.04$; $DE = 0.95$).

Estos resultados refieren que, en la población estudiada, el uso problemático de TikTok se expresa en patrones de uso intensivo y en dificultades para regular el tiempo de exposición, más que en manifestaciones asociadas con dependencia emocional intensa.

Para identificar posibles diferencias en los niveles de uso problemático de TikTok según el sexo, aplicamos la prueba U de Mann-Whitney, considerando la distribución no paramétrica de los datos. En los resultados, incluidos en la tabla 4, no observamos diferencias estadísticamente significativas entre mujeres y hombres en ninguna de las dimensiones evaluadas ni en el puntaje total del instrumento ($p > .05$).

Tabla 4. Comparación de las dimensiones de la adicción a TikTok según el sexo

Dimensión	Sexo	Rango promedio	U	Z	p
Obsesión por TikTok	Femenino	413.70	61849.50	-0.15	.881
	Masculino	410.80			
Falta de control personal	Femenino	411.67	61457.00	-0.28	.776
	Masculino	417.17			
Uso excesivo de TikTok	Femenino	417.94	59197.00	-1.06	.290
	Masculino	397.47			
Puntaje total de adicción	Femenino	414.23	61520.00	-0.26	.793
	Masculino	409.15			

En específico, no hay diferencias significativas en las dimensiones obsesión por TikTok ($U = 61849.50$, $p = .881$), falta de control personal ($U = 61457.00$, $p = .776$) y uso excesivo de TikTok ($U = 59197.00$, $p = .290$). De manera consistente, el puntaje total de la escala tampoco mostró diferencias significativas entre mujeres y hombres ($U = 61520.00$, $p = .793$), como observamos en la tabla 4. Estos resultados sugieren que, en la muestra analizada, los niveles de uso problemático de TikTok son similares entre ambos grupos.

En cuanto a la edad, recurrimos a la prueba de Kruskal-Wallis para comparar los puntajes entre los cuatro grupos establecidos. Los resultados destacan diferencias estadísticamente significativas en los niveles de uso problemático de TikTok según la edad, tanto en las dimensiones evaluadas como en el puntaje total de la escala. En la tabla 5 advertimos diferencias significativas en obsesión por TikTok ($H = 19.97$, $p < .001$), falta de control personal ($H = 20.47$, $p < .001$), uso excesivo de TikTok ($H = 20.45$, $p < .001$) y en el puntaje total de la escala ($H = 21.84$, $p < .001$).

Tabla 5. Comparación de las dimensiones de la adicción a TikTok según grupos de edad

Dimensión	H	gl	P
Obsesión por TikTok	19.97	3	< .001
Falta de control personal	20.47	3	< .001
Uso excesivo de TikTok	20.45	3	< .001
Puntaje total de adicción a TikTok	21.84	3	< .001

El análisis de los rangos promedio sugiere una tendencia decreciente en los niveles de uso problemático conforme aumenta la edad de los participantes. No obstante, dado que no realizamos análisis post hoc, estos resultados deben interpretarse como evidencia de diferencias globales entre los grupos de edad, sin establecer conclusiones sobre comparaciones específicas entre ellos.

A partir de estos resultados, analizamos si los niveles de uso problemático de TikTok también variaban en función de otras variables académicas, específicamente la carrera cursada, el grado académico y el número de materias reprobadas. Lo anterior tuvo la finalidad de identificar posibles diferencias asociadas con el contexto formativo de los participantes.

Según la carrera cursada, los resultados de la prueba de Kruskal-Wallis arrojaron diferencias estadísticamente significativas en los niveles de uso problemático de TikTok, tanto en las dimensiones específicas como en el puntaje total del instrumento, como observamos en la tabla 6.

Tabla 6. Comparación de las dimensiones de la adicción a TikTok según la carrera cursada

Dimensión	H	gl	p
Obsesión por TikTok	22.01	3	< .001
Falta de control personal	24.51	3	< .001
Uso excesivo de TikTok	24.43	3	< .001
Puntaje total de adicción a TikTok	27.43	3	< .001

Identificamos diferencias significativas en obsesión por TikTok ($H = 22.01$, $p < .001$), falta de control personal ($H = 24.51$, $p < .001$), uso excesivo de TikTok ($H = 24.43$, $p < .001$), así como en el puntaje total de la escala ($H = 27.43$, $p < .001$).

El análisis de los rangos promedio sugiere variaciones en los niveles de uso problemático entre las carreras evaluadas. No obstante, dado que no efectuamos pruebas post hoc, estos resultados deben interpretarse con cautela y limitarse a la identificación de diferencias globales estadísticamente significativas entre los grupos, sin establecer comparaciones específicas entre pares de carreras.

Al comparar los resultados por grado académico, la prueba de Kruskal-Wallis indicó que no existieron diferencias estadísticamente significativas en los niveles de uso problemático de TikTok según el año cursado. Tampoco hubo diferencias significativas en obsesión por TikTok ($H = 8.13$, $p = .087$), falta de control personal ($H = 8.14$, $p = .087$) ni uso excesivo de TikTok ($H = 8.74$, $p = .068$). De manera consistente, el puntaje total de la escala no mostró diferencias significativas entre los distintos grados académicos ($H = 9.06$, $p = .060$).

Si bien el análisis de los rangos promedio sugiere una tendencia hacia mayores niveles de uso problemático en estudiantes de primero y quinto año, y menores niveles en cuarto año, dichas diferencias no alcanzaron significancia estadística. Por tanto, el grado académico cursado no constituyó un factor diferenciador significativo en los niveles de uso problemático de TikTok en la muestra analizada.

En cambio, al realizar las comparaciones según el número de materias reprobadas, los resultados de la prueba de Kruskal-Wallis registraron diferencias estadísticamente

significativas en algunas de las dimensiones evaluadas, como en falta de control personal ($H = 14.14$, $p = .001$), uso excesivo de TikTok ($H = 9.31$, $p = .010$) y en el puntaje total de la escala ($H = 11.60$, $p = .003$). En contraste, obsesión por TikTok no presentó diferencias estadísticamente significativas ($H = 5.56$, $p = .062$), como advertimos en la tabla 7.

Tabla 7. Comparación de las dimensiones de la adicción a TikTok según el número de materias reprobadas

Dimensión	H	Gf	p
Obsesión por TikTok	5.56	2	.062
Falta de control personal	14.14	2	.001
Uso excesivo de TikTok	9.31	2	.010
Puntaje total de adicción a TikTok	11.60	2	.003

Dado que el objetivo del análisis fue identificar diferencias globales entre los grupos, y no realizar comparaciones múltiples específicas, no aplicamos pruebas post hoc. En consecuencia, las conclusiones se circunscriben al nivel global de significancia estadística. La interpretación se apoyó en el análisis de los rangos promedio, procedimiento consistente con estudios descriptivo-correlacionales de alcance exploratorio. Dicho análisis mostró una tendencia creciente en los niveles de uso problemático de TikTok conforme aumentaba el número de materias reprobadas. Los estudiantes que afirmaron haber reprobado dos o más materias presentaron los rangos promedio más altos en todas las dimensiones, seguidos por quienes reprobaron una materia; en cambio, los estudiantes sin materias reprobadas registraron los rangos más bajos. Estos resultados sugieren una asociación entre el uso problemático de TikTok y mayores dificultades académicas, en particular en lo relativo al control del uso y al consumo excesivo, aunque no necesariamente con manifestaciones de obsesión emocional intensa.

A fin de profundizar en la relación entre las dimensiones de la escala y las variables sociodemográficas ordinales, utilizamos el coeficiente rho de Spearman, con un nivel de significancia de $p < .05$. Los resultados mostraron relaciones estadísticamente significativas entre los niveles de uso problemático de TikTok y algunas variables académicas y sociodemográficas.

Tabla 8. Correlaciones de Spearman entre las dimensiones de la adicción a TikTok y variables académicas

Variable	Obsesión	Control	Exceso	Total TikTok
Edad	-.148**	-.145**	-.133**	-.147**
Grado académico	-.065	-.066	-.030	-.053
Materias reprobadas	.079*	.113**	.098**	.108**

Nota: Se reportan coeficientes ρ de Spearman.

* $p < .05$; ** $p < .01$.

La edad se correlacionó de forma negativa y significativa con todas las dimensiones de la escala: obsesión por TikTok ($\rho = -.148$, $p < .01$), falta de control personal ($\rho = -.145$, $p < .01$), uso excesivo de TikTok ($\rho = -.133$, $p < .01$) y el puntaje total ($\rho = -.147$, $p < .01$). Esto indica que, a menor edad, mayores niveles de uso problemático

de la plataforma. Por el contrario, el grado académico cursado no mostró correlaciones estadísticamente significativas con ninguna de las dimensiones ni con el puntaje total de la escala ($p > .05$). Este resultado sugiere que el avance en la trayectoria escolar no se asocia en forma directa con cambios en los niveles de uso problemático de TikTok.

En cuanto a las materias reprobadas, surgieron correlaciones positivas y significativas con falta de control personal ($\rho = .113, p < .01$), uso excesivo de TikTok ($\rho = .098, p < .01$) y el puntaje total de la escala ($\rho = .108, p < .01$), así como una correlación de menor magnitud con obsesión por TikTok ($\rho = .079, p < .05$). Estos resultados refieren que un mayor número de materias reprobadas se asocia con mayores niveles de uso problemático de TikTok, en especial en términos de dificultad para regular el tiempo de uso y consumo excesivo de la plataforma.

En conjunto, los hallazgos sugieren que el uso problemático de TikTok en estudiantes universitarios del área de la salud no se distribuye de manera homogénea, sino que presenta variaciones vinculadas con algunas variables sociodemográficas y académicas. Aunque los resultados no mostraron diferencias significativas según el sexo, sí indicaron asociaciones relevantes con la edad, la carrera cursada y el número de materias reprobadas. En particular, el análisis identificó diferencias globales estadísticamente significativas asociadas con la edad y el número de materias reprobadas, lo que sugiere variaciones en los niveles de uso problemático de TikTok en función de estas variables. No obstante, estas diferencias deben interpretarse únicamente a nivel global, ya que el estudio no incluyó comparaciones múltiples específicas entre grupos.

Por el contrario, el grado académico cursado no se relacionó de manera significativa con los niveles de uso problemático. Asimismo, los análisis correlacionales evidenciaron relaciones significativas, aunque de magnitud baja, entre el uso problemático de TikTok, la edad y el desempeño académico. Estos hallazgos aportan una base empírica pertinente para la interpretación y discusión de los resultados en el apartado siguiente.

DISCUSIÓN

El estudio presentado permitió analizar el uso problemático de TikTok en estudiantes universitarios del área de la salud y su relación con variables sociodemográficas y académicas. Con ello, se ofrece una aproximación al fenómeno en un contexto formativo caracterizado por altas exigencias cognitivas y emocionales.

En general, los patrones de uso problemático asociados con TikTok fueron bajos, aunque cercanos al rango moderado. Este resultado coincide con investigaciones previas en poblaciones universitarias del área de la salud, en las que se ha reportado un uso frecuente de la plataforma sin que ello implique de modo necesario una dependencia severa (Reynoso et al., 2025).

Este hallazgo sugiere que, si bien TikTok forma parte de la vida cotidiana de los estudiantes, su uso no se manifiesta de forma generalizada como una adicción intensa. Más bien, parece tratarse de un patrón de consumo que puede volverse problemático en determinados subgrupos. Al examinar las dimensiones específicas del

instrumento, observamos que el uso problemático de TikTok se expresa sobre todo a través del empleo excesivo y la falta de control personal, mientras que la obsesión por la plataforma presentó puntajes relativamente más bajos.

Este patrón coincide con lo señalado por Peña et al. (2025), quienes revelan que el consumo compulsivo de contenidos digitales suele relacionarse más con dificultades para regular el tiempo de uso que con una dependencia emocional explícita. En este sentido, los estudiantes parecen normalizar el uso prolongado de la plataforma, aun cuando reconocen dificultades para interrumpirlo, lo que puede tener implicaciones indirectas en su bienestar y desempeño académico.

En relación con el sexo, no encontramos diferencias significativas en términos estadísticos en ninguna de las dimensiones evaluadas ni en el puntaje total de la escala. Este resultado coincide con lo reportado por Osorio et al. (2025), quienes observaron una convergencia en los patrones de uso de redes sociales entre hombres y mujeres en contextos universitarios. Esto sugiere que el uso problemático de TikTok podría responder más a dinámicas generacionales y contextuales que a diferencias de sexo propiamente dichas. Estos hallazgos permiten matizar la idea de una mayor vulnerabilidad femenina reportada en investigaciones previas centradas en otras plataformas, como Instagram o Facebook.

En cambio, la edad se asoció de manera importante con los niveles de uso problemático de TikTok. Los resultados mostraron una tendencia decreciente en los puntajes conforme aumentaba la edad de los participantes. No obstante, estas diferencias deben interpretarse solo a nivel global, sin establecer comparaciones específicas entre grupos etarios, debido a que no realizamos análisis post hoc.

Estos resultados son coherentes con lo señalado por Herrera y Lesmana (2025), en el sentido de que los estudiantes de menor edad pueden mostrar mayor susceptibilidad a los mecanismos de refuerzo algorítmico de TikTok. Desde una perspectiva formativa, este hallazgo puede relacionarse con una menor consolidación de estrategias de autorregulación en los estudiantes más jóvenes, quienes aún se encuentran en procesos de adaptación a las exigencias académicas universitarias.

Asimismo, advertimos diferencias globales estadísticamente significativas según la carrera cursada, pero, dado que no efectuamos análisis post hoc, no es posible establecer con precisión entre qué carreras se presentan dichas diferencias, por lo que estos resultados deben interpretarse con cautela.

Así, las variaciones en los rangos promedio podrían estar relacionadas con características propias de cada trayectoria formativa, como la carga académica, la presión evaluativa o las demandas asociadas a la práctica profesional. En carreras con alta exigencia académica y clínica, el uso de TikTok podría funcionar como una estrategia de evasión o regulación emocional, como sugieren González y Acuña (2025). No obstante, esta interpretación debe asumirse como una hipótesis explicativa y no como una conclusión definitiva, debido a la ausencia de comparaciones específicas entre grupos.

En cuanto al grado académico cursado, no hubo diferencias estadísticamente significativas en los niveles de uso problemático de TikTok. Este hallazgo indica que el avance en la trayectoria universitaria, por sí solo, no constituye un factor protector ni de riesgo frente al uso problemático de la plataforma. El resultado coincide con

lo reportado por Trejos-Gil et al. (2024), quienes señalan que la adicción a redes sociales no disminuye de modo necesario con el progreso académico, sino que puede mantenerse relativamente estable si no se desarrollan estrategias explícitas de autorregulación digital.

Un hallazgo relevante fue la asociación entre el número de materias reprobadas y los niveles de uso problemático de TikTok. Los estudiantes con mayor rezago académico presentaron puntajes más altos en las dimensiones de falta de control personal y uso excesivo, así como en el puntaje total del instrumento.

Estos resultados son congruentes con lo encontrado por Manzoor et al. (2024) y González y Acuña (2025), quienes relacionan el uso problemático de redes sociales con la procrastinación académica y el estrés. No obstante, la ausencia de diferencias significativas en la dimensión obsesión por TikTok sugiere que el vínculo entre el uso de esta plataforma y el desempeño académico podría estar mediado por hábitos de estudio y gestión del tiempo, más que por una dependencia emocional intensa.

Finalmente, los análisis correlacionales reforzaron estos hallazgos al mostrar relaciones significativas, aunque de magnitud baja, entre el uso problemático de TikTok, la edad y el número de materias reprobadas. Estas correlaciones, si bien no permiten establecer relaciones causales, aportan evidencia sobre la coexistencia del uso problemático de la plataforma con indicadores de vulnerabilidad académica, en particular en estudiantes más jóvenes y con mayores dificultades escolares.

Los resultados de este estudio muestran que los patrones de uso problemático asociados con TikTok en estudiantes universitarios del área de la salud no constituyen un fenómeno homogéneo, sino que presentan variaciones relevantes según la edad, la carrera cursada y el desempeño académico. Estos hallazgos permiten situar el uso de esta plataforma dentro del contexto educativo y constituyen el marco interpretativo para nuestras conclusiones.

CONCLUSIONES

Con base en el análisis integral de los resultados, es posible identificar implicaciones formativas y psicoeducativas que van más allá de la descripción del uso de TikTok. Los hallazgos permiten comprender este fenómeno como una práctica vinculada con la autorregulación, el desempeño académico y el bienestar estudiantil.

El estudio aquí presentado tuvo como objetivo evaluar el nivel de adicción a TikTok, entendida como una forma de uso problemático, en estudiantes universitarios del área de la salud, así como examinar su asociación con variables sociodemográficas, en particular la edad y el sexo. Los resultados permiten concluir que, en términos generales, los niveles de uso problemático de TikTok en esta población se ubican en un rango bajo, aunque cercano al límite moderado. Esto sugiere que el uso de la plataforma no alcanza, en la mayoría de los casos, manifestaciones severas de dependencia.

No obstante, identificamos patrones de uso problemático relacionados sobre todo con el uso excesivo y con dificultades para regular el tiempo de exposición. Estos comportamientos pueden interferir con las dinámicas académicas y con el bienestar psicológico de los estudiantes, en especial cuando acontecen de manera recurrente.

En relación con la hipótesis planteada, los hallazgos la confirman parcialmente. Si bien no observamos diferencias estadísticamente significativas según el sexo, sí hubo diferencias asociadas con la edad de los participantes. En este sentido, los estudiantes más jóvenes mostraron mayores niveles de uso problemático en las dimensiones evaluadas, lo que sugiere una posible vulnerabilidad durante las etapas iniciales de la trayectoria universitaria. Estos resultados indican que la edad constituye una variable relevante para comprender el uso de TikTok en el contexto educativo, mientras que el sexo no se mostró como un factor diferenciador significativo en esta muestra.

En forma complementaria, los análisis revelaron asociaciones significativas entre el uso problemático de TikTok y algunas variables académicas, en particular el número de materias reprobadas y la carrera cursada. Los estudiantes con mayor rezago académico tuvieron niveles más elevados de uso problemático, en especial en las dimensiones vinculadas a la falta de control personal y el uso excesivo de la plataforma.

Asimismo, encontramos diferencias globales entre carreras del área de la salud. Sin embargo, dado que no llevamos a cabo análisis post hoc, no es posible establecer con precisión entre qué carreras se presentan dichas diferencias. Por ello, estos resultados deben interpretarse con cautela y considerarse como un punto de partida para estudios posteriores que profundicen en la relación entre las características de cada programa formativo y los patrones de uso de TikTok.

Desde una perspectiva psicoeducativa, los resultados de este estudio aportan evidencia empírica para comprender el uso de plataformas digitales como TikTok como una práctica relacionada con los procesos de autorregulación, el estrés académico y el bienestar estudiantil. Aunque el uso de esta red social no se manifiesta de modo generalizado como una problemática severa, los patrones observados en estudiantes de menor edad y en quienes experimentan mayores dificultades académicas ponen de relieve la necesidad de promover estrategias de uso consciente y equilibrado.

Por último, debemos reconocer que este estudio tiene algunas limitaciones. Entre ellas se encuentran su diseño transversal, el uso de una muestra no probabilística y la concentración de participantes en determinadas instituciones y regiones, lo que limita la generalización de los resultados. Futuras investigaciones podrían profundizar en el vínculo entre el uso problemático de TikTok y variables específicas de salud mental, así como incorporar enfoques longitudinales o mixtos que permitan comprender con mayor detalle la evolución del uso de redes sociales a lo largo de la trayectoria universitaria.

Los hallazgos del estudio sugieren que las instituciones de educación superior, en particular en el área de la salud, consideren el diseño de acciones preventivas focalizadas, especialmente dirigidas a estudiantes de nuevo ingreso. Estrategias como talleres de autorregulación digital, orientación sobre higiene del sueño y acompañamiento psicoeducativo podrían contribuir a promover un uso más equilibrado de las plataformas digitales y a fortalecer el bienestar estudiantil.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguilar Mera, G. A., Garzón Balcázar, J. M., Pereira Haz, G. del R. y Arteta Rivas, M. M. (2023). Uso de Tik Tok como una herramienta eficaz de aprendizaje en la educación superior. *RECIAMUC*, vol. 7, núm. 2, pp. 22-30. [https://doi.org/10.26820/reciamuc/7.\(2\).abril.2023.22-30](https://doi.org/10.26820/reciamuc/7.(2).abril.2023.22-30)

- Aguirre Sánchez, M. E., Intriago Chiriguaya, S. E., Burgos Franco, E. E., Murillo Burgos, O. O. y Anastacio Quimi, J. J. (2025). Impacto psicológico del uso de redes sociales en adolescentes de bachillerato: diseño e implementación de talleres de prevención. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, vol. 9, núm. 3, pp. 4468–4484. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i3.18079
- Arrobo-Armijos, L. B., Ordóñez-Ibarra, A. M., López-Fernández, R. y Tapia-Bastidas, T. (2023). Analítica del aprendizaje utilizando las redes sociales en el proceso de enseñanza aprendizaje de la contabilidad. *MQRInvestigar*, vol. 7, núm. 3, pp. 3930–3949. <https://doi.org/10.56048/MQR20225.7.3.2023.3930-3949>
- Beltrán, A. G. y Chuquitaype, L. G. B. (2024). Adicción al internet y las redes sociales en estudiantes de primaria, secundaria y superior. *Horizontes Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, vol. 8, núm. 32, pp. 449–463. <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v8i32.736>
- Bustamante Cruz, M. I., Jiménez García, J. F., Jiménez García, M. M. y Meza Arguello, D. M. (2025). Ansiedad y depresión en adolescentes: el impacto de las redes sociales según la evidencia científica. *Journal of Multidisciplinary Novel Journeys & Explorations*, vol. 3, núm. 1, pp. 1–10. <https://doi.org/10.63688/1fzf6345>
- Carrión Bósquez, N. G. y Usiña Bascón, G. G. (2025). Preferencia de consumo de redes sociales. Un análisis comparativo entre cohortes poblacionales. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, vol. 9, núm. 2, pp. 6028–6048. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i2.17348
- Collantes, K. y Tobar, A. (2023). Adicción a redes sociales y su relación con la autoestima en estudiantes universitarios. Social media addiction and its relationship with self-esteem in university students. *Latam: Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, vol. 4, núm. 1, pp. 62–75. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.300>
- Díaz Eche, F. R. y Sánchez Parrales, L. V. (2024). Influencia de las redes sociales en el comportamiento humano. *Revista Científica Arbitrada Multidisciplinaria Pentaciencias*, vol. 6, núm. 6, pp. 220–234. <https://doi.org/10.59169/pentaciencias.v6i6.1272>
- Escobar-Domingo, M. J., Piedrahíta-Yusti, I., Becerra, L., Moreno, F., Ortega, J. G. y Moreno, S. (2021). Relación entre la disminución del estrés académico y la práctica de yoga en estudiantes de las áreas de la salud. Revisión de la literatura. *Universitas Medica*, vol. 62, núm. 4, pp. 60–77. <https://doi.org/10.11144/javeriana.umed62-4.yoga>
- Fabio, R. A. y Iaconis, S. M. (2024). The role of critical thinking in mitigating social network addiction: A study of TikTok and Instagram users. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, vol. 21, núm. 10, pp. 1305–1317. <https://doi.org/10.3390/ijerph21101305>
- Gil, C. (2023). Uso de Instagram en la generación Z en el contexto de COVID-19. *Comunicación*, vol. 49, núm. 1, pp. 100–121. <https://doi.org/10.18566/comunica.n49.a06>
- González, K. D. A. y Acuña, N. J. Y. (2025). Entre likes, estrés y pendientes: correlación entre adicción a redes sociales, estrés y procrastinación académica en universitarios. *Revista Digital de Educación Discimus*, vol. 4, núm. 1, pp. 30–52. <https://doi.org/10.61447/20250130/art02>
- Herrera, C. y Lesmana, T. (2025). The influence of TikTok social media addiction on psychological well-being among university students. *International Journal of Management and Human Science (IJMHS)*, vol. 9, núm. 1, pp. 116–131. <https://doi.org/10.31674/ijmhs.2025.v09i01.010>

- Loarca Marroquín, S. (2023). Facebook: fenómeno adictivo en las relaciones virtuales. *Revista Docencia Universitaria*, vol. 4, núm. 2, pp. 28–38. <https://doi.org/10.46954/revistadusac.v4i2.66>
- Manzoor, R., Sajjad, M., Shams, S. y Sarfraz, S. (2024). TikTok scrolling addiction and academic procrastination in young adults. *Pakistan Journal of Humanities and Social Sciences*, vol. 12, núm. 4, pp. 3290–3295. <https://doi.org/10.52131/pjhss.2024.v12i4.2592>
- Meirbekov, A., Nyshanova, S., Meirbekov, A., Kazykhankyzy, L., Burayeva, Z. y Abzhekenova, B. (2024). Digitisation of English language education: Instagram and TikTok online educational blogs and courses vs. traditional academic education. How to increase student motivation? *Education and Information Technologies*, vol. 29, núm. 11, pp. 13635–13662. <https://doi.org/10.1007/s10639-023-12396-y>
- Monterrubio Cabrera, E. y Gordillo Benavente, L. de J. (2023). Estudio comparativo del uso del marketing digital: redes sociales en instituciones de educación superior de México y América Latina. *RIDE Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, vol. 13, núm. 26, pp. 1–20. <https://doi.org/10.23913/ride.v13i26.1480>
- Osorio-Andrade, C. F., Arango-Espinal, E. y Candelo Viafara, J. M. (2025). Redes sociales: impacto psicológico y académico en estudiantes universitarios. *Pedagogía y Saberes*, vol. 2, núm. 63, pp. 100–113. <https://doi.org/10.17227/pys.num63-22031>
- Peña Loaiza, G. X., Bermeo Mendieta, I. R. y Durán Solorzano, S. A. (2025). Adicción a TikTok y malestar subjetivo: el papel protector de las estrategias de regulación emocional. *Revista Ecuatoriana de Psicología*, vol. 8, núm. 22, pp. 59–72. <https://doi.org/10.33996/repsi.v8i22.179>
- Pérez-Salazar, G. (2024). Expresiones en torno a masculinidades positivas en perfiles mexicanos en Facebook y TikTok. Una aproximación desde el análisis de contenido. *Masculinities & Social Change*, vol. 13, núm. 1, pp. 42–62. <https://doi.org/10.17583/mcs.12004>
- Reynoso González, O. U., Caldera Montes, J. F., Mora García, O., Álvarez Muñiz, A. G. y Flores Vivanco, A. R. (2025). Bienestar subjetivo y adicción a redes sociales en universitarios de ciencias de la salud en México. *Dilemas contemporáneos: Educación, Política y Valores*, vol. 13, núm. 2, pp. 1–25. <https://doi.org/10.46377/dilemas.v13i1.4789>
- Roberts, J. A. y David, M. E. (2023). Instagram and TikTok flow states and their association with psychological well-being. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, vol. 26, núm. 2, pp. 80–89. <https://doi.org/10.1089/cyber.2022.0117>
- Siles, I., Valerio-Alfaro, L. y Meléndez-Moran, A. (2024). Learning to like TikTok... and not: Algorithm awareness as process. *New Media & Society*, vol. 26, núm. 10, pp. 5702–5718. <https://doi.org/10.1177/14614448221138973>
- Sinty, T. C., Mamani, A. Q. y Sucapuca, Y. Q. (2023). Adicción a redes sociales y cansancio emocional en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada en la ciudad de Juliaca, 2022. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*, vol. 16, núm. 2, pp. 18–32. <https://doi.org/10.17162/rccs.v16i2.1959>
- Torres, V. y Erazo, O. (2023). Detección de ansiedad mediante minería de texto en la era de redes sociales: revisión bibliográfica. *Ciencia Huasteca Boletín Científico de la Escuela Superior de Huejutla*, vol. 11, núm. 22, pp. 6–14. <https://doi.org/10.29057/esh.v11i22.10879>

- Trejos-Gil, C. A., Tordecilla-Pájaro, C. C. y Mena Mena, D. (2024). Adicción a la red social Tik Tok en jóvenes universitarios. *Revista de Comunicación y Salud*, vol. 14, núm. 1, pp. 1–18. <https://doi.org/10.35669/rcys.2024.14.e339>
- Zhao, H. y Wagner, C. (2023). How TikTok leads users to flow experience: investigating the effects of technology affordances with user experience level and video length as moderators. *Internet Research*, vol. 33, núm. 2, pp. 820–849. <https://doi.org/10.1108/INTR-08-2021-0595>