

Klimenko, O., Hernández Flórez, N. E., Carmona Carmona, P., Mesa Herrera, J. A., & Patiño Parra, J. G. (2024, septiembre-diciembre). Riesgo de adicción a redes sociales e internet, habilidades sociales y bienestar psicológico en estudiantes de básica secundaria. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, (73), 38-71. <https://www.doi.org/10.35575/rvucn.n73a3>

## **Riesgo de adicción a redes sociales e internet, habilidades sociales y bienestar psicológico en estudiantes de básica secundaria<sup>1</sup>**

*Risk of social media and internet addiction, social skills and psychological well-being in elementary school students*

### **Olena Klimenko**

Doctora en Psicopedagogía y Psicología Educativa

Facultad de Ciencias Sociales, Humanas y Educación, Institución Universitaria de Envigado

Envigado, Colombia

[eklimenco@correo.iue.edu.co](mailto:eklimenco@correo.iue.edu.co)

**Orcid:** <https://orcid.org/0000-0002-8411-1263>

**CvLAC:**

[https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0000757896](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0000757896)

### **Nubia Ester Hernández Flórez**

Doctora en Ciencias de la Educación

Programa de Psicología, Universidad Metropolitana de Barranquilla

Barranquilla, Colombia

[nhernandezf@unimetro.edu.co](mailto:nhernandezf@unimetro.edu.co)

**Orcid:** <https://orcid.org/0000-0001-8756-1895>

**CvLAC:**

[https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0001360807](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0001360807)

### **Patricia Carmona Carmona**

Especialista en Adicciones

Departamento de docencia, Institución Educativa Concejo Municipal La Ceja

La Ceja, Colombia

[pcarmona0811@gmail.com](mailto:pcarmona0811@gmail.com)

**Orcid:** <https://orcid.org/0000-0002-5339-9575>

**CvLAC:**

[https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002133603](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002133603)

---

<sup>1</sup> Artículo derivado del estudio investigativo realizado para optar el título de Especialista en Adicciones, Universidad Católica Luis Amigo.

## Jorge Andrés Mesa Herrera

Especialista en Adicciones

Programa Departamental de Salud para el Alma, Gobernación de Antioquia  
Medellín, Colombia

[j.andresmesa@gmail.com](mailto:j.andresmesa@gmail.com)

Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-7655-4005>

CvLAC:

[https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002133598](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002133598)

## Juan Guillermo Patiño Parra

Especialista en Adicciones

Departamento de Psicología, Clínica San Juan De Dios  
La Ceja, Colombia

[juanguillermopp@hotmail.com](mailto:juanguillermopp@hotmail.com)

Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-0490-6083>

CvLAC:

[https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002133599](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002133599)

**Recibido:** 1 de septiembre de 2023

**Evaluado:** 12 de junio de 2024

**Aprobado:** 21 de julio de 2024

**Tipo de artículo:** Investigación.

## Resumen

A medida que avanza la integración de medios tecnológicos en la vida cotidiana crece la importancia de profundizar en el riesgo de uso problemática de estos. En el presente estudio de enfoque cuantitativo que se orientó a identificar el riesgo de adicción a redes sociales e internet y su relación con las habilidades sociales, bienestar psicológico y variables sociodemográficas en adolescentes colombianos, participaron 324 estudiantes (51.5 % hombres ( $n = 168$ ) y 47.5 % mujeres ( $n = 155$ ), con media de la edad de  $M = 15.8$  ( $Dt = 1.5$ ). Se utilizó Escala de riesgo de adicción-adolescente a las redes sociales e internet (ERA-RSI) de Peris et al. (2018), Escala de habilidades sociales de Goldstein et al. (1980) y Escala de bienestar psicológico para adolescentes de González-Fuentes y Andrade (2016). Se identificó un mayor riesgo en el uso de redes sociales para el género femenino, y de video juegos y páginas de sexo para el género masculino; una correlación baja y positiva entre el riesgo de adicción y las habilidades sociales, y ausencia de relación entre el riesgo de adicción y el bienestar psicológico. Se recomienda fomentar, desde los espacios educativos, las habilidades ejecutivas, gestión del tiempo y manejo de emociones.

**Palabras clave:** Adolescencia; Bienestar psicológico; Habilidades sociales; Internet; Redes sociales; Riesgo de adicción.

## Abstract

As the integration of technological media into everyday life progresses, it becomes increasingly important to delve deeper into the risk of problematic use of these media. In the present quantitative approach study, which was oriented to identify the risk of addiction to social networks and internet and its relationship with social skills, psychological well-being and sociodemographic variables in colombian adolescents, was participate 324 students (51.5% men (n = 168) and 47.5% women (n = 155), with mean age of  $M = 15.8$  ( $Dt = 1.5$ ). Was used the scale of Risk of Addiction-Adolescent to Social Networks and the Internet (ERA-RSI) (Peris et al., 2018), Social Skills Scale (Goldstein et al., 1980) and Psychological Well-Being Scale for Adolescents (González-Fuentes and Andrade, 2016). Was identified as a higher risk the use of social networks for women and video games and sex pages for men; a low and positive correlation between the risk of addiction and social skills, and an absence of relationship between the risk of addiction and psychological well-being. It is recommended to promote from the educational spaces executive skills, time and emotional management.

**Keywords:** Adolescence; Psychological well-being; Social skills; Internet; Social media; Risk of addiction.

## Introducción

El uso de medios tecnológicos y de la virtualidad ha llegado a ser parte de la vida cotidiana en la sociedad del siglo XXI, convirtiéndose en una necesidad, sobre todo en condiciones de reciente pandemia de COVID-19, donde los medios virtuales permitieron llevar a cabo muchas actividades laborales, educativas y otros, mitigando efectos negativos de la misma (Gómez-Gómez, 2023).

Es importante resaltar que la virtualidad aporta innumerables ventajas en el área educativa (Dehghani et al., 2019), rendimiento empresarial (Dwivedi et al., 2023), comunicación eficiente a

nivel profesional y personal (Akram & Kumar, 2017), aprendizaje, recreación y cultura general (Olecká et al., 2022), entre otros, convirtiéndola en una herramienta eficaz en el desarrollo social (Hurnyak & Kordonska, 2020).

Sin embargo, las herramientas tecnológicas y la virtualidad también pueden convertirse en objeto del uso descontrolado (Espinel González & Leguizamón González, 2022; Singh & Paliwal, 2020), ocasionando repercusiones negativas en la gestión de tiempo, generando procrastinación y afectación de las responsabilidades académicas, laborales, relaciones familiares y personales (Kapus et al., 2021; Neverkovich et al., 2018), además de los efectos negativos en la autoestima y autoesquemas (Almanza Barros et al., 2021; Portillo-Reyes et al., 2021), hábitos de vida, alimentación, sedentarismo y falta de sueño (Jeong & Shin, 2022; Navarrete Villanueva et al., 2017).

Debido a un creciente interés hacia la relación entre el uso de medios virtuales y la salud mental, los profesionales e investigadores dirigen, cada vez más, la atención a un fenómeno de uso descontrolado y abusivo de medios y aparatos tecnológicos, internet y redes sociales virtuales, que permite evidenciar los aspectos característicos para un comportamiento adictivo (Kapus et al., 2021; Neverkovich et al., 2018; Rojas-Jara et al., 2018; Singh & Paliwal, 2020).

Este fenómeno es observado con mayor frecuencia en generaciones jóvenes, denominados nativos digitales, que crecieron usando dispositivos tecnológicos y están completamente familiarizados con su uso. Actualmente existe una preocupación generalizada en cuanto al excesivo uso de dispositivos tecnológicos y medios virtuales en la población joven, lo cual, inclusive, motivó a las mismas aplicaciones como Instagram y TikTok a desarrollar herramientas integradas para incentivar en sus usuarios la gestión del tiempo, invitándolos a descansar con cierta frecuencia y abandonar durante un rato las aplicaciones (Rebollo, 2022).

Lo anterior, considerando, por un lado, que el surgimiento del comportamiento adictivo en relación con diferentes estímulos desencadenantes es un fenómeno biopsicosocial complejo que debe incluir estudio de factores de riesgo y protectores, con el fin de orientar estrategias de prevención e intervención de las problemáticas psicosociales relacionadas con la adicción; y, por el otro, la creciente preocupación sobre el fenómeno del uso descontrolado de medios virtuales en los adolescentes (Srivastava & Bharti, 2020). Es importante orientar la atención a estos factores

asociados a su uso, con el fin de generar una orientación adecuada desde los ambientes familiares y escolares en el tema.

Centrándose en el tema del riesgo de adicción a internet y redes sociales virtuales, es importante subrayar que algunos autores han definido esta problemática como una consecuencia asociada a otras dificultades de base, como depresión (Karakose, 2022; Nowak et al., 2022; Yi & Li, 2021), trastornos de personalidad (Floros et al., 2014; Wu et al., 2016; Zadra et al., 2016), sintomatología ansiosa y estrés (Feng et al., 2019; Karakose, 2022), deficiencias en el autoestima y autoimagen (Blachnio et al., 2017), entre otras.

En cuanto a las habilidades sociales como factor relacionado con el uso de redes sociales virtuales, se presenta una evidencia investigativa contradictoria, ya que algunos autores indican que las deficiencias en las habilidades sociales actúan como factor de riesgo (Domínguez-Vergara & Ybañez-Carranza, 2016; Moral & Suárez, 2016), siendo el uso de internet y redes sociales virtuales visto como escape frente a las dificultades en las relaciones presenciales. Sin embargo, también hay estudios que no evidencian una relación entre estas variables, indicando que no hay relación entre las dificultades en las relaciones interpersonales de los adolescentes y el riesgo de adicción a internet (Peñalba Vicario & Imaz Roncero, 2019).

Es importante tener en cuenta que los adolescentes contemporáneos utilizan con alta frecuencia las redes sociales virtuales para la socialización y la construcción de relaciones interpersonales con sus pares, incluyendo los del ambiente inmediato (Srivastava & Bharti, 2020), lo cual lleva a la necesidad de profundizar en la relación entre el uso de redes sociales virtuales y las habilidades sociales, la cual podría ser más compleja. Algunos estudios recientes indican que los adolescentes que pertenecen a los países con un elevado nivel de uso de medios virtuales, y que llevan a cabo un intenso uso de redes sociales, reportan, también, un mayor nivel de apoyo por parte de sus amigos (Boer et al., 2020).

Por otro lado, el bienestar psicológico ha sido relacionado con el uso de internet y redes sociales virtuales, indicando algunos estudios que la adicción a internet tiene un efecto negativo en la satisfacción y compromiso vital (Shahnaz & Karim, 2014). Sin embargo, en el transcurso de los últimos años, debido a un creciente uso de medios virtuales, algunos autores indican que en muchos países el uso elevado de redes sociales virtuales puede llegar a ser un comportamiento adolescente normativo, contribuyendo de forma positiva en ciertos dominios específicos de su

bienestar (Hui et al., 2024; National Academies of Sciences, Engineering & Medicine, 2024). En este aspecto, el uso intensivo de redes sociales virtuales se relaciona de forma diferente con el bienestar subjetivo, dependiendo del área del bienestar y del contexto cultural de cada país. Sin embargo, cuando el uso de redes sociales se convierte en problemático, se observa afectación negativa frente al bienestar, al igual como sucede con otras adiciones comportamentales (Boer et al., 2020).

Teniendo en cuenta la situación de confianza con el uso de medios virtuales en los adolescentes contemporáneos, es importante no asumir una postura de negatividad frente al rol y efecto que pueden tener estos para dicha población, sino profundizar en el estudio del fenómeno con el fin de encaminar las orientaciones psicopedagógicas desde las edades más tempranas. Considerando lo anterior, el presente estudio se orientó a identificar las habilidades sociales y el bienestar subjetivo en estudiantes de básica secundaria en colegios privados y públicos del municipio la Ceja, Colombia, y su relación con el riesgo de adicción a redes sociales.

En cuanto al constructo de riesgo de adicción se tomaron como variables las características asociadas con un comportamiento problemático en el uso de redes sociales, como síntomas de comportamiento adictivo relacionados con la afectación de las actividades académicas y cotidianas, afectación de las horas de sueño, experimentación de las emociones negativas, debido a la privación en el uso de redes sociales e internet, entre otros; características del uso social de internet, como frecuencia de consulta, cantidad de fotos subidas, consulta de perfiles, entre otros; rasgos-frikis relacionados con los juegos en línea, y búsqueda y uso de información relacionada con la sexualidad; y, por último, nomofobia relacionada con el temor de estar fuera de la línea y la experimentación de estados emocionales negativos cuando esto sucede. Lo anterior, fue valorado por la Escala de riesgo de adicción-adolescente a las redes sociales e internet (ERA-RSI) (Peris et al., 2018).

El constructo de habilidades sociales, según la definición de Goldstein et al. (1980), se compone de habilidades básicas relacionadas con la comunicación básica y habilidades avanzadas, que permiten mantener diálogo, conversación y argumentación más complejos; también, se incluyen las habilidades relacionadas con el reconocimiento y manejo de los propios sentimientos y comprensión de las emociones de los demás; habilidades de solución de conflictos diferentes a la agresión; habilidades que permiten gestionar el estrés y planificar sus decisiones y actividades.

En cuanto al bienestar subjetivo se valoraron siete factores concernientes a: crecimiento personal, relacionados con el interés de aprender nuevas habilidades, conocimientos, experiencias y retos; relaciones auténticas con los demás, asociado a la facilidad de establecer contactos interpersonales; proyecto de vida, aspecto asociado con la claridad de metas y planes previstos al respecto del futuro; autoaceptación relacionada con aspectos tanto físicos como del ser; planes a futuro relacionado con la valoración positiva de los esfuerzos propios; rechazo personal que refleja grado de aceptación de si carácter y la forma de ser; y control personal, relacionado con la valoración de su propia habilidad de controlar sus impulsos, comportamiento y dominio del carácter. Para la evaluación de la percepción de los adolescentes sobre su bienestar se empleó la Escala de Bienestar Psicológico para Adolescentes (González-Fuentes & Andrade, 2016).

El presente estudio fue orientado por el objetivo de identificar las habilidades sociales y el bienestar subjetivo y su relación con el riesgo de adicción a redes sociales en estudiantes de básica secundaria en colegios privados y públicos del municipio La Ceja, Colombia. Se espera que los resultados evidenciados en el estudio permitan a los actores involucrados en el proceso educativo comprender un poco más el fenómeno de uso y abuso de redes sociales en la edad de adolescencia y desarrollar estrategias psicopedagógicas orientadas a prevenir el surgimiento de uso problemático de medios tecnológicos.

## Metodología

Tipo de estudio: Investigación de enfoque cuantitativo, de nivel correlacional y método no experimental, ex post facto.

Participantes: La población del estudio corresponde a los estudiantes de todos los colegios de la ciudad de La Ceja, departamento de Antioquia, Colombia, que consta de 6 colegios públicos y 2 privados, y cuya totalidad representa 2.058 estudiantes. Se realizó un muestreo aleatorio, estratificado, calculando la cantidad de la muestra representativa en cada colegio, según grados de estudio, con el nivel de confiabilidad de 95 % y precisión de 5 %. El tamaño final de la muestra fue de 324 estudiantes, con la proporción de muestreo por grados: noveno: N = 117, decimo: N = 110, once: N = 97, siendo 68.7 % de la muestra estudiantes de colegios públicos. 51.5 % corresponde al género masculino (n = 168) y 47.5 % al género femenino (n = 155). La media de

la edad de la muestra fue de  $M = 15.8$  ( $Dt = 1.5$ ). El mayor porcentaje de la muestra pertenecía al estrato socioeconómico medio (64.7 %), cuya configuración familiar predominante fue tradicional (ambos padres). Igualmente, la mayoría de la población cuenta con un celular propio (95.1 %), computador (62 %) e internet en su lugar de vivienda (81 %).

**Instrumentos:** En el estudio se empleó la Escala de riesgo de adicción-adolescente a las redes sociales e internet (ERA-RSI), elaborada y validada en la población de adolescentes españoles por Peris et al. (2018). La escala tiene formato de Likert, con 4 opciones de respuesta valorando factores como: rasgos-frikis, uso-social, síntomas-adicción y nomofobia, que explican el 46.48 % de la varianza, con la consistencia interna de  $\alpha = .90$ , siendo los valores de test-retest ubicados entre  $r = .76$  y  $r = .88$ . Alfa Cronbach de la escala en la muestra del presente estudio mostró una buena confiabilidad de  $\alpha = .84$  para total del instrumento, siendo  $\alpha = .79$  para la escala de síntomas,  $\alpha = .81$  para uso-social,  $\alpha = .76$  para rasgos-frikis y  $\alpha = .86$  para nomofobia.

Para evaluar la variable de habilidades sociales se empleó la Escala de habilidades sociales de Goldstein et al. (1980). La escala indico un  $\alpha = .97$  en la población ecuatoriana (Daza Macías, 2017). El cálculo de Alfa Cronbach de la Escala de habilidades sociales, en la muestra del presente estudio, presentó una buena confiabilidad:  $\alpha = .93$ , con valores para cada subescala:  $\alpha = .87$  para las habilidades sociales básicas,  $\alpha = .90$  para las habilidades sociales avanzadas,  $\alpha = .86$  para las habilidades relacionadas con sentimientos,  $\alpha = .91$  para las habilidades alternativas a la agresión,  $\alpha = .94$  para las habilidades para hacer frente al estrés y  $\alpha = .96$  para las habilidades de planificación.

Con el fin de valorar la percepción de los adolescentes sobre su bienestar psicológico, se utilizó la Escala de Bienestar Psicológico para Adolescentes, diseñada y validada en México por González-Fuentes y Andrade (2016). El instrumento de formato Likert, con el rango de respuestas entre 1 y 4, evalúa las dimensiones de relaciones positivas con otros, crecimiento personal, autoaceptación, propósito de vida, planes a futuro, control personal y rechazo personal. El instrumento cuenta con de 29 ítems, que explicaron el 60.51 % de la varianza total, con la confiabilidad total de escala de  $\alpha = .76$  y según subescalas: relaciones positivas con otros ( $\alpha = .81$ ), crecimiento personal ( $\alpha = .79$ ), autoaceptación ( $\alpha = .74$ ), propósito de vida ( $\alpha = .80$ ), planes a futuro ( $\alpha = .77$ ), control personal ( $\alpha = .83$ ) y rechazo personal ( $\alpha = .77$ ). El cálculo de Alfa Cronbach de la escala, en la muestra del presente estudio, presentó una confiabilidad de  $\alpha = .86$ .



**Procedimiento:** Para la selección de la muestra, inicialmente se contactó con cada colegio de la ciudad, solicitando el respectivo permiso y se procedió a realizar el muestreo aleatorio estratificado en cada colegio, según el cálculo de tamaño muestral correspondiente. Se realizó la aplicación de instrumentos a los estudiantes seleccionados bajo supervisión de investigadores y docentes de los colegios asignados.

**Análisis de información:** El análisis de distribución de variables valoradas en el estudio mostró una distribución no normal. Se utilizó la estadística descriptiva para identificar las medias y desviación típica de las variables. Para el contraste de variables, según los grupos de variables sociodemográficas, se utilizó el U de Mann-Whitney para el caso de dos grupos, y Kruscal-Wallis para más de dos grupos; para la correlación de variables, se empleó la correlación de Spearman. El análisis de resultados se realizó en el SPSS, versión 25.

**Consideraciones éticas:** El estudio se llevó a cabo siguiendo los reglamentos procedimentales, técnicos y éticos estipulados por la Resolución 8430 de 1993, del Ministerio de Salud de Colombia, y el Código Deontológico del Psicólogo. Se firmó el consentimiento informado con los estudiantes mayores de 18 años y con los respectivos acudientes, en caso de menores de edad. El estudio fue avalado por el Comité de Bioética de la universidad, con acto administrativo de febrero de 2021.

## **Resultados**

A continuación se presentan los resultados del estudio, iniciando por los estadísticos descriptivos de los valores de variables de estudio, continuando con su respectiva comparación intergrupo, según variables sociodemográficas de género, tipo de colegio (público y privado), estrato (nivel) socioeconómico, grado de estudio y tenencia de celular, computador y acceso a Internet en casa; concluyendo con la presentación de índices de correlación entre las variables de la escala de riesgo de adicción y habilidades sociales y bienestar psicológico.

## Riesgo de adicción a redes sociales e internet, habilidades sociales y bienestar subjetivo en los estudiantes de básica secundaria

En la Tabla 1 se observan los valores obtenidos en las variables de la escala de riesgo de adicción a redes sociales e internet según el género, acorde a los percentiles de los barremos de la prueba. En total de la escala, los puntajes tanto para hombres como mujeres se ubicaron en el percentil 75, sugiriendo la presencia de riesgo de adicción (Peris et al., 2018), lo cual indica la importancia de diseñar y adelantar estrategias relacionadas con el uso saludable y equilibrado de los medios virtuales desde los escenarios educativos en la población del presente estudio.

La variable de uso social presentó mayores puntajes (contactos con amigos, consulta de perfiles, subir fotos, entre otros), indicando valores más altos en mujeres (percentil 80), en comparación con los hombres (percentil 70).

El puntaje más bajo se obtuvo en la variable de rasgos frikis (uso de juegos virtuales, consulta de páginas eróticas y contactos sexuales virtuales), mostrando un valor más alto en los hombres (percentil 75), en comparación con las mujeres (percentil 60).

En cuanto a los síntomas de adicción, las mujeres mostraron un puntaje más alto (percentil 80) que los hombres (percentil 75), ubicándose ambos sexos en el rango de sospecha de riesgo. En cuanto a la nomofobia ambos sexos se ubicaron en el percentil 70.

Los barremos de la prueba establecen que puntuaciones directas  $\geq$  al percentil 95 revelan riesgo muy elevado de adicción a las redes sociales e internet; las puntuaciones  $\geq$  al percentil 85 indican riesgo de adicción; y la puntuación  $\geq$  al percentil 75 presenta la sospecha de riesgo de adicción (Peris et al., 2018).

**Tabla 1**

*Valores descriptivos riesgo de adicción a redes sociales e internet.*

Variabes	Mujeres M (Dt)	Percentil	Hombres M (Dt)	Percentil
Síntomas adicción	24.5 (3.6)	80	20.3 (4,5)	75
Uso social	27.4 (3.5)	80	21.6(2.8)	70
Rasgos frikis	9 (2.4)	60	11.2 (2.6)	75
Nomofobia	16.8 (3)	70	14.2 (2.4)	70
Total escala	76.8 (8.7)	75	68.7 (7.8)	75

Los puntajes en las habilidades sociales se ubicaron en el nivel medio, indicando la presencia de deficiencias en su desarrollo en la población de estudio y orientando atención hacia su respectivo fomento desde los espacios educativos.

Las variables de las habilidades sociales avanzadas ( $M = 2.4$  ( $Dt = .5$ ) y habilidades relacionadas con los sentimientos ( $M = 2.4$  ( $Dt = .5$ ) mostraron el menor puntaje, seguidas por habilidades sociales básicas ( $M = 2.5$  ( $Dt = .5$ ), habilidades alternativas a la agresión ( $M = 2.5$  ( $Dt = .5$ ) y habilidades para hacer frente al estrés ( $M = 2.5$  ( $Dt = .5$ ), finalizando con la variable de habilidades de planificación ( $M = 2.7$  ( $Dt = .5$ ), la cual mostró el mayor puntaje (Tabla 2).

Los puntajes en el bienestar psicológico indicaron una tendencia en las respuestas de los participantes que se ubicaron en un nivel medio y medio alto, en la puntuación de la escala en todas las variables constituyentes. La variable con menor puntaje fue la del control personal ( $M = 2.6$  ( $Dt = .6$ ), seguida por las de autoaceptación ( $M = 2.9$  ( $Dt = .6$ ), relaciones positivas con los demás ( $M = 2.9$  ( $Dt = .5$ ) y rechazo personal ( $M = 3$  ( $Dt = .7$ ), sugiriendo ciertas dificultades en la población de estudio. El mayor puntaje se identificó en las siguientes variables: planes a futuro ( $M = 3.4$  ( $Dt = .5$ ), crecimiento personal ( $M = 3.2$  ( $Dt = .4$ ) y proyecto de vida ( $M = 3.2$  ( $Dt = .5$ ), mostrando una mayor percepción del bienestar relacionado con estos aspectos (Tabla 2).

**Tabla 2**

*Valores descriptivos de las variables de habilidades sociales y bienestar psicológico*

<b>Habilidades sociales<sup>2</sup></b>	<b>M(Dt)</b>
Habilidades sociales básicas	2.5(.5)
Habilidades sociales avanzadas	2.4(.5)
Habilidades relacionadas con los sentimientos	2.4(.5)
Habilidades alternativas a la agresión	2.5(.5)
Habilidades para hacer frente al estrés	2.5(.5)
Habilidades de planificación	2.7(.5)
Total habilidades sociales	2.5(.4)
<b>Bienestar psicológico<sup>3</sup></b>	<b>M(Dt)</b>

<sup>2</sup> Para estimar la puntuación se empleó el valor de las respuestas de la escala de 1 a 5, donde puntuación de 1 indica una habilidad nunca usada, 2: habilidad usada pocas veces; 3: Habilidad utilizada bien alguna vez; 4: Habilidad usada a menudo bien; y 5: Habilidad usada bien siempre.

<sup>3</sup> Para estimar la puntuación se empleó el valor de las respuestas desde 1 a 4, donde puntuación de 1 a 2: bajo, de 2 a 3: medio; y de 3 a 4: alto.

Crecimiento personal	3.2(.4)
Relaciones positivas con otros	2.9(.5)
Proyecto de vida	3.2(.5)
Autoaceptación	2.9(.6)
Planes a futuro	3.4(.5)
Rechazo personal	3(.7)
Control personal	2.6(.6)
Total bienestar	3(.3)

**Comparación de riesgo de adicción a redes sociales e internet según variable sociodemográficas de género, nivel socioeconómico, grado de estudio, tenencia de celular, computador y acceso a Internet en casa en los estudiantes de básica secundaria**

La variable de género presentó asociación con el uso social (consultar perfiles, subir fotos, comunicarse con amigos, entre otros) a favor del género femenino ( $p = .001$ ), y la variable de rasgos frikis (uso de juegos virtuales, uso de páginas eróticas, grupos de interés) a favor de los hombres ( $p = .000$ ). Aunque en la variable de síntomas de adicción no se observó una diferencia significativa estadísticamente, se puede identificar una tendencia hacia más altos puntajes en el género femenino (Tabla 3).

**Tabla 3**

*Diferencias en riesgo de adicción según género*

Variables	Hombres (n=168) Me (RI)	Mujeres (n= 155) Me (RI)	U de Mann Whitney	Valor p
Síntomas de adicción	1.6(.8)	2 (.6)	11788.000	.141
Uso social	2(.6)	2.8(.7)	10303.500	.001
Rasgos frikis	1.8(.7)	1.1(.5)	8374.000	.000
Nomofobia	1.6(.6)	1.8(.9)	11782.500	.138
Total escala	1.8(.5)	1,8(.6)	12481.000	.520

La variable de estrato socioeconómico presentó asociación con la nomofobia, mostrando mayores puntajes en los estratos más altos ( $p = .034$ ). Aunque en otras variables constitutivas de la escala de riesgo de adicción no se observó diferencia significativa estadísticamente en los puntajes,

se puede identificar un aumento gradual en los puntajes con el mayor nivel socioeconómico (Tabla 4).

**Tabla 4**

*Diferencias en riesgo de adicción según estrato (nivel socioeconómico)*

Variables	1 (n=48) Me (RI)	2 (n=65) Me (RI)	3 (n=129) Me (RI)	4 (n=82) Me (RI)	Chi cuadrado	Valor p
Síntomas de adicción	1.7 (.4)	2 (.7)	2 (.7)	2.1 (.7)	7.014	.135
Uso social	1.8 (1.2)	2.1 (.6)	2 (.6)	2 (.5)	1.810	.771
Rasgos frikis	1.4 (.7)	1.5 (.7)	1.5 (.5)	1.5(.6)	1.092	.896
Nomofobia	1.5 (.3)	1.8 (1)	1.8 (.6)	1.8 (.6)	10.410	.034
Total escala	1.6 (.4)	1.8 (.6)	1.7 (.5)	1.8 (.4)	7.252	.123

*Nota.* los números 1, 2, 3 y 4 indican niveles correspondientes a estratos socioeconómicos en Colombia, siendo estrato 1 el más bajo y estrato 6 el más alto.

La variable grado de estudio de asoció con rasgos frikis ( $p = .000$ ), mostrando disminución de puntajes con avance en los grados de estudio. En otras variables, sin presentarse la diferencia significativa en los puntajes, se observa una tendencia hacia mayores puntajes en síntomas de adicción y nomofobia con el aumento de grado de estudio (Tabla 5).

**Tabla 5**

*Diferencias en riesgo de adicción según grado de estudio*

Variables	9 (n=117) Me (RI)	10 (n=107) Me (RI)	11 (n=97) Me (RI)	Chi cuadrado	Valor p
Síntomas de adicción	1.8(.7)	2(.7)	2(.7)	.309	.857
Uso social	2(.5)	2.1(.7)	2(.7)	1.805	.406
Rasgos frikis	1.5 (.7)	1.5(.5)	1.3(.4)	30.248	.000
Nomofobia	1.6(.6)	1.8(.8)	1.8(.9)	1.523	.467
Total escala	1.8(.5)	1.5(.5)	1.7(.5)	3.031	.220

*Nota.* 9, 10 y 11 indican los grados consecutivos de bachillerato, siendo el 11 último de la secundaria.

La variable de tenencia del celular presentó la relación con la variable de uso social, indicando un mayor riesgo de adicción a redes sociales virtuales en personas con tenencia del celular propio.

La totalidad de la escala de riesgo de adicción ( $p = .048$ ) y la variable de nomofobia ( $p = .014$ ) mostraron relación con la variable de tenencia del computador propio. Las variables de síntomas de adicción y uso social también presentaron mayores puntajes en los participantes que poseen un computador propio, aunque sin diferencia significativa estadísticamente.

En cuanto al acceso de internet en casa, las variables de rasgos frikis ( $p = .017$ ), síntomas de adicción ( $p = .000$ ) y la totalidad de la escala ( $p = .003$ ) presentaron puntajes con significancia estadística más altos a favor del grupo que cuenta con dicho acceso. Igualmente, las variables de nomofobia y uso social mostraron tendencia hacia mayores puntajes en el mismo grupo, aunque sin la significancia estadística (Tabla 6).

**Tabla 6**

*Diferencias en riesgo de adicción según tenencia de celular, computador y acceso a Internet en casa*

Variables	Tiene celular propio Me (RI)	No tiene celular propio Me (RI)	U de Mann Whitney	Valor p
Síntomas de adicción	2(.7)	1.9(.7)	2317.000	.657
Uso social	2.1(.6)	1.7(.7)	1778.500	.046
Rasgos frikis	1.5(.7)	1.5(.7)	2202.000	.445
Nomofobia	1.8(.7)	1.6(.9)	2465.500	.968
Total escala	1.8(.5)	1.8(.6)	2301.500	.627

  

Variables	Tiene computador propio Me (RI)	No tiene computador propio Me (RI)	U de Mann Whitney	Valor p
Síntomas de adicción	2 (.7)	1.8(.7)	11261.000	.125
Uso social	2.1(.6)	2(.5)	11610.000	.268
Rasgos frikis	1.5(.7)	1.5(.6)	12426.500	.905
Nomofobia	1.8(.8)	1.5 (.8)	10494.500	.014
Total escala	1.8(.5)	1.6(.8)	11015.000	.048

  

Variables	Tiene acceso a internet en casa Me (RI)	No tiene acceso a internet en casa Me (RI)	U de Mann Whitney	Valor p
Síntomas de adicción	2(.7)	1.7(.7)	5512.000	.000
Uso social	2.1(.6)	2(.6)	7495.000	.301
Rasgos frikis	1.5(.5)	1.3(.5)	6602.500	.017

Nomofobia	1.8(.7)	1.6(.8)	7276.000	.172
Total escala	1.8(.5)	1.6(.5)	6234.000	.003

Por último, los resultados del estudio indicaron que el tipo de colegio (público o privado) no se asoció con las puntuaciones en la escala del riesgo de adicción a medios virtuales.

## Correlación entre el riesgo de adicción a redes sociales e internet con las habilidades sociales y bienestar subjetivo en los estudiantes de básica secundaria

En cuanto a la correlación entre las habilidades sociales y las variables de riesgo de adicción, se identificó entre ambos constructos una correlación baja, positiva y estadísticamente significativa ( $r_s = .230/p = .000$ ).

Habilidades sociales básicas mostraron una correlación baja y positiva con síntomas de adicción ( $r_s = .228/p = .000$ ), uso social ( $r_s = .243/p = .000$ ), rasgos frikis ( $r_s = .120/p = .030$ ), nomofobia ( $r_s = .231/p = .000$ ) y la totalidad de la escala de riesgo de adicción ( $r_s = .282/p = .000$ ).

Las habilidades sociales avanzadas mostraron correlación baja y positiva con síntomas de adicción ( $r_s = .145/p = .009$ ), uso social ( $r_s = .280/p = .000$ ), nomofobia ( $r_s = .127/p = .034$ ) y total escala riesgo adicción ( $r_s = .217/p = .000$ ).

Habilidades relacionadas con los sentimientos presentaron correlación positiva y baja con síntomas de adicción ( $r_s = .158/p = .004$ ), uso social ( $r_s = .273/p = .000$ ), nomofobia ( $r_s = .228/p = .000$ ) y total escala riesgo adicción ( $r_s = .266/p = .000$ ).

Habilidades de planificación indicaron una correlación positiva y baja con síntomas de adicción ( $r_s = .123/p = .027$ ), uso social ( $r_s = .138/p = .013$ ), nomofobia ( $r_s = .129/p = .020$ ) y total de escala de riesgo adicción ( $r_s = .138/p = .013$ ).

Por último, habilidades para hacer frente al estrés mostraron correlación baja y positiva con uso social ( $r_s = .150/p = .009$ ), nomofobia ( $r_s = .141/p = .011$ ) y total escala riesgo adicción ( $r_s = .152/p = .013$ ) (Ver Tabla 7).

**Tabla 7**

*Índices de correlación entre las habilidades sociales y variables de riesgo de adicción*

	Total habilidades sociales	Habilidades sociales básicas	Habilidades sociales avanzadas	Habilidades relacionadas con los sentimientos	Habilidades para hacer frente al estrés	Habilidades de planificación
Total escala riesgo de adicción	.230**	.282**	.217**	.266**	.152**	.138*
Síntomas de adicción		.228**	.145**	.158**		.123**
Uso social		.243**	.280**	.273**	.150**	.138**
Rasgos frikis		.120**				
Nomofobia		.231**	.127*	.228**	.141*	.129*

*Nota.* Se empleó correlación Spearman.

\*\*  $p < 0.01$

\* $p < 0.05$

El total de la escala de riesgo de adicción no presentó una correlación significativa con el bienestar psicológico, sugiriendo la independencia entre estos constructos.

En cuanto a las variables constituyentes, se identificó una correlación negativa y baja entre control personal y síntomas de adicción ( $r_s = -.118/p = .033$ ), uso social ( $r_s = -.136/p = .014$ ), rasgos frikis ( $r_s = -.191/p = .001$ ) y nomofobia ( $r_s = -.176/p = .001$ ), indicando que la variable de control personal aparece como un factor protector para el riesgo de adicción a redes sociales e internet. Autoaceptación ( $r_s = -.110/p = .047$ ) y crecimiento personal ( $r_s = -.118/p = .033$ ) presentaron una correlación negativa y baja con síntomas de adicción. Y relaciones positivas con los demás se correlacionó de forma positiva con el uso social ( $r_s = .189/p = .001$ ) (Tabla 8).

**Tabla 8**

*Correlación entre variables de bienestar psicológico y riesgo de adicción*

	Crecimiento personal	Auto aceptación	Control personal	Relaciones positivas con otros
Total escala riesgo de adicción			-.190**	
Síntomas de adicción	-.118*	-.110*	-.203**	



Uso social	-.136**	.189**
Rasgos frikis	-.191**	
Nomofobia	-.176**	

*Nota.* Se empleó correlación Spearman.

\*\*  $p < 0.01$

\*  $p < 0.05$

## Discusión

Los adolescentes participantes del presente estudio se ubicaron en el nivel de sospecha de riesgo de adicción (puntuación  $\geq$  al percentil 75) en cuanto a la adicción a Internet y redes sociales, lo cual se relaciona con resultados reportados por los estudios en otros países como Egipto (Masoed et al., 2021), Hong Kong (Yu & Luo, 2021), Hungría (Kapus et al., 2021), Irán (Torkian et al., 2022) y México (Valencia Ortiz & Castaño Garrido, 2018).

Igualmente, se pudo observar un mayor nivel de riesgo de adicción en cuanto al uso de redes sociales y un menor nivel relacionado con las actividades de juegos en línea u otros usos de internet. La edad no fue una variable relevante, indicando que el riesgo de adicción ya está presente desde las edades tempranas y se mantiene sin cambios a medida que avanza la edad. En este aspecto es importante considerar que Colombia aparece como el primer país, en América Latina, y segundo, a nivel mundial, con mayores índices en el tiempo de uso de redes sociales (Pasquali, 2020), lo cual plantea la importancia de dirigir atención a la formación en el ámbito educativo orientada a generar cultura de uso de medios virtuales, especialmente redes sociales, en niños y adolescentes desde las edades tempranas. Esta formación debe llevarse a cabo tanto en colegios públicos como privados, dado que los resultados del presente estudio indicaron que no existe una diferencia significativa estadísticamente entre los colegios públicos y privados en cuanto al riesgo de adicción a medios virtuales.

Se pudo observar que hay diferencias en el uso de medios virtuales según género, siendo las mujeres usuarias más frecuentes de las redes sociales y los hombres utilizan más el internet para juegos en línea, páginas eróticas, entre otros (rasgos frikis) (Tabla 4), lo cual concuerda con lo encontrado en otros estudios (Kasahara et al., 2019; Krasnova et al., 2017).

Los resultados del presente estudio sugieren, también, que la variable del estrato socioeconómico se relaciona con algunos aspectos de adicción a medios virtuales y redes sociales,

aumentando este riesgo a medida que sube el nivel de vida económico de las familias de los adolescentes participantes del estudio (Tabla 6). Lo anterior, puede estar relacionado con un mayor acceso a tenencia de diferentes medios tecnológicos, como celular y computador propios y acceso a internet en casa, tal como indican, igualmente, los datos del presente estudio, mostrando que mayor acceso a estos medios tecnológicos se relaciona con un mayor riesgo de adicción a redes sociales (celular), nomofobia (computador), presencia de síntomas de adicción, juegos en línea y uso de páginas eróticas (acceso a internet en casa). Los estudios también indican que el mayor nivel económico está asociado con el mayor uso de medios virtuales (Mubarak et al., 2020), al igual como el creciente uso de medios tecnológicos (celular) se relaciona con un mayor abuso de internet (De-Sola Gutiérrez et al., 2016).

Las habilidades sociales en los adolescentes participantes del estudio se ubicaron en el nivel medio, indicando ciertas dificultades en la población de estudio y sugiriendo la necesidad de estimular estas habilidades desde los escenarios educativos, considerando que las habilidades sociales han sido resaltados por los investigadores como recursos personológicos importantes en la edad de adolescencia, cuyo óptimo desarrollo se ha relacionado con una mejor autoestima y autoconcepto (Caballo et al., 2018; Tacca Huamán et al., 2020), menor nivel de ansiedad (Caballo et al., 2014), mayor bienestar psicológico (Gómez-López et al., 2022), mayor percepción sobre la calidad de vida y satisfacción vital (Nesi de Mello et al., 2019; Romero-Oliva et al., 2017), entre otras incidencias positivas.

En cuanto a la relación entre las habilidades sociales y el riesgo de adicción a internet y redes sociales virtuales, el presente estudio reveló la presencia de correlación positiva entre las habilidades sociales y uso de redes sociales virtuales.

Estos resultados difieren de lo indicado por otros autores que presentan una correlación negativa entre estos constructos, sustentando la hipótesis de que el uso de redes sociales virtuales actúa como una vía de escape o compensación para adolescentes que tienen deficiencias en las habilidades sociales, indicando que las dificultades en el desenvolvimiento en el mundo real podrían estar relacionados con adicción a redes sociales virtuales (Domínguez-Vergara & Ybañez-Carranza, 2016; Moral & Suárez, 2016). Igualmente, hay estudios que indican que no existe relación entre el riesgo de adicción a internet y redes sociales virtuales y las dificultades en las relaciones interpersonales (Peñalba Vicario & Imaz Roncero, 2019).

En este orden de ideas, es importante considerar esta diferencia de los hallazgos del presente estudio con los datos obtenidos en las investigaciones previas, a la luz de los hallazgos actuales que indican que el uso de redes sociales virtuales en los adolescentes contemporáneos se ha vuelto parte de su cotidianidad y prácticamente una herramienta indispensable para la comunicación con sus pares, incluso del ambiente inmediato (Srivastava & Bharti, 2020). Por ejemplo, Dans Álvarez-de-Sotomayor et al. (2021), a partir de un estudio realizado en España, muestran que los adolescentes establecen contactos en redes sociales virtuales con un elevado número de personas de su misma edad y entorno próximo (27.9 % tiene más de 500 contactos); además, una cuarta parte de los adolescentes reporta que tiene más de 100 amigos en las redes sociales virtuales. Lo anterior, indica que para llevar a cabo este tipo de interacciones por medios virtuales es indispensable contar con un buen nivel de manejo de las habilidades sociales, de la misma forma como sería de manera presencial. Incluso, algunos autores resaltan que las redes sociales virtuales en la actualidad emergen como un núcleo primario de socialización e influyen de forma bastante significativa en la construcción de la identidad juvenil (Ballesteros Guerra & Picazo Sánchez, 2019), siendo, también, un medio para aumentar y fortalecer las relaciones sociales y de amistad con sus pares (Orosco Fabian & Pomasunco Huaytalla, 2020). Según Martín Martín (2016), el uso de redes sociales para los adolescentes, nativos digitales, puede permitir superar el aislamiento, timidez o fobia social, siempre y cuando se establezcan relaciones seguras y sanas.

En esta línea de hallazgos, el presente estudio indicó también que las relaciones positivas con los otros, como aspecto que hace parte del bienestar psicológico de los participantes, se relacionó de forma positiva con el uso social de los medios virtuales.

Desde este punto de vista, se puede inferir que el mayor uso de redes sociales implica también la necesidad de contar con un buen nivel de habilidades sociales, lo cual permite desenvolverse con mayor soltura y eficiencia en el mundo de contactos sociales virtuales. De hecho, sería importante que los adolescentes cuenten con buenas habilidades sociales para poder orientarse de forma adecuada en sus contactos y relaciones sociales virtuales, siendo este mundo aún más propenso en cuanto a la emergencia de actitudes agresivas, ciberacoso, engaño, entre otros (Sanjuan, 2019; Orosco Fabian & Pomasunco Huaytalla, 2020).

En este aspecto, los adolescentes de la muestra del presente estudio que manifestaron mayor tendencia en el uso de redes sociales virtuales también presentaron mejores habilidades sociales, dato que sugiere que el riesgo de adicción a medios virtuales puede estar asociado, como en caso de otras adicciones, a otros factores como, por ejemplo, la habilidad de control ejecutivo del comportamiento (Giraldo Giraldo et al., 2021; Kräplin et al., 2022). En línea con lo anterior, entre los hallazgos del presente estudio se evidenció la correlación inversamente proporcional entre el aspecto de control personal, como parte del constructo del bienestar psicológico (relacionado con la habilidad para controlar los impulsos, emociones y comportamiento) y los aspectos concernientes al riesgo de adicción a internet y redes sociales virtuales, como nomofobia, , síntomas de adicción, uso social y rasgos frikis.

También, se identificó que el menor nivel del crecimiento personal y de autoaceptación (como aspectos constitutivos del bienestar psicológico) se asoció con mayores síntomas de adicción en el uso de internet y redes sociales virtuales. En este sentido, los anteriores aspectos personales representan los factores de riesgo a nivel personal que se han identificado, también, en otros estudios como asociados a comportamientos adictivos (González-López & Naranjo-Fundora, 2013).

Sin embargo, el bienestar psicológico a nivel general no presentó una correlación significativa con la escala de riesgo de adicción, lo cual sugiere la independencia entre estos dos constructos. En este aspecto existen posturas y resultados investigativos contradictorios. Por un lado, hay estudios previos que indican una incidencia negativa del uso intenso o problemático de redes sociales virtuales e internet en el bienestar de adolescentes (Bell et al., 2015; Valerio Ureña & Serna Valdivia, 2018; Twenge & Campbell, 2019), pero, también, hay otros estudios que indican que esta relación es muy pequeña, e incluso intrascendente (Orben & Przybylski, 2019), incluyendo estudios longitudinales que muestran evidencia de que el aumento del tiempo dedicado a las redes sociales no está asociado con un aumento de los problemas de salud mental a lo largo del desarrollo en la adolescencia (Coyne et al., 2020).

Al respecto de lo anterior, es importante considerar que algunos autores, a partir de las revisiones sistemáticas de la literatura relacionada con el tema, indican que al parecer existe una idea preconcebida sobre el efecto negativo del uso de redes sociales en la salud mental y bienestar psicológico de las personas, especialmente los adolescentes (Keles et al., 2020; Schønning et al.,

2020). Esta visión negativa podría deberse al fenómeno de “pánico moral” que ha acompañado el surgimiento de nuevas tecnologías como la radio, televisión y ahora medios virtuales (Mueller, 2019), y también, al aumento de informes sobre los problemas de salud mental entre los adolescentes en el mismo período en que se introdujeron y se generalizaron las redes sociales (Birkjær & Kaats, 2019).

Por otro lado, considerando la teoría de normalización (Sznitman et al., 2016), se puede observar que lo que se ha considerado como un uso intenso de redes sociales virtuales, hace unos años, se ha convertido en una norma para adolescentes actuales, indicando, también, variaciones entre países con mayor o menor uso de medios tecnológicos (Boer et al., 2020). Estos cambios en la dependencia con la virtualidad introducen también efectos diferentes en cuanto a su relación con el bienestar en los adolescentes, ya que los comportamientos considerados anteriormente como de riesgo, se pueden normalizar y, en consecuencia, representar a adolescentes convencionales sin perfiles problemáticos (Sznitman et al., 2016), relacionándose de forma positiva con su respectivo bienestar psicológico. Con el fin de superar una visión sesgada y negativa frente al impacto de uso de internet y redes sociales virtuales, es necesario considerar los aspectos contextuales, permitiendo una mayor comprensión del fenómeno, ya que, tal como plantean Schønning et al. (2020), la relación entre las redes sociales y la salud mental es compleja, y el uso de las redes sociales puede ser beneficioso para mantener amistades y enriquecer la vida social (Coyne et al., 2020; Birkjær & Kaats, 2019; Orben, 2020).

Por último, es importante resaltar que el presente estudio representa importantes implicaciones prácticas para el ámbito educativo, ya que orienta atención hacia la necesidad de fomentar en los adolescentes las habilidades para un uso saludable de la tecnología. Se evidencia la gran relevancia de una formación integral para los estudiantes y sus familias orientada a la alfabetización para el uso saludable de la tecnología, lo cual implica dotar a las personas de las habilidades necesarias para utilizar la tecnología de manera consciente, equilibrada y segura; educar sobre la importancia del bienestar digital y cómo el uso excesivo de la tecnología puede afectar la salud mental y proporcionar estrategias para mantener un equilibrio saludable.

Considerando la importancia de las relaciones interpersonales en la adolescencia, el estudio sustenta un valor agregado en este aspecto, ya que permite aproximarse a la comprensión del uso saludable de las redes sociales en esta edad, con el fin de promover un desarrollo positivo y

equilibrado, adoptando un enfoque proactivo desde los ambientes educativos, lo que evidencia la importancia de una formación socioemocional como factor protector frente al riesgo de adicción, asociado al uso de medios virtuales.

## Limitaciones del estudio

Como limitación del estudio podría considerarse la composición de la muestra, donde la mayoría de los participantes son de nivel socioeconómico medio y con prevalencia de familias tradicionales. Sería importante ampliar la muestra a otros estratos y otros tipos de familias, al igual considerar las pautas de supervisión en cuanto al uso de internet y redes sociales empleadas por los padres. Además, el corte cuantitativo no permite profundizar en la percepción que tienen los mismos adolescentes sobre el tema, por lo cual se recomienda continuar con la segunda fase cualitativa, con el fin de ahondar en la comprensión del fenómeno de uso de redes sociales virtuales en la adolescencia.

## Conclusiones

Los resultados del presente estudio permiten visualizar que el manejo de redes sociales virtuales requiere de un buen desarrollo de las habilidades sociales, siendo los medios virtuales en el mundo contemporáneo una herramienta indispensable para el proceso de socialización de las generaciones jóvenes. El internet y la virtualidad a nivel general es solo una herramienta que puede ocasionar tanto efecto negativo como positivo, dependiendo de su respetivo uso. Se han resaltado efectos positivos del uso de redes sociales virtuales para los adolescentes como, por ejemplo, una más amplia conexión social, ampliación de la perspectiva, en cuanto a la consciencia social, cultural y política, comprensión de la diversidad, oportunidades de aprendizaje, creatividad y expresión personal, entre otros. Sin embargo, la virtualidad, en función de sus varias características que fomentan el facilismo y superficialidad, puede ocasionar efectos negativos en las actitudes y los comportamientos de los niños y adolescentes, como, también, facilitar la exposición a contenidos inapropiados, el ciberacoso o la adicción, comparación social y baja autoestima, entre otros. Por tanto, es fundamental que los adolescentes utilicen las redes sociales de manera

responsable y que los padres y educadores les ofrezcan orientación y supervisión adecuadas. En la sociedad contemporánea es indispensable promover en los adolescentes, desde los escenarios educativos, diferentes habilidades relacionadas con el funcionamiento ejecutivo, manejo de inteligencia emocional, gestión del tiempo, habilidades para la vida, entre otros, como prevención frente a los comportamientos adictivos, que pueden surgir en esta edad evolutiva, incluyendo el uso problemático de internet y redes sociales virtuales.

### **Reconocimientos**

Se realiza un agradecimiento a las instituciones educativas del municipio de La Ceja, departamento de Antioquia, Colombia, por permitir la participación de sus estudiantes en el estudio.

### **Declaración de conflicto de intereses**

Los autores no tienen conflictos de intereses que declarar.

### **Financiación**

Este estudio no ha sido financiado por institución alguna.

### **Referencias**

Almanza Barros, K., García Lambraño, Sh., & Zabala Vásquez, D. (2021). *Relación entre el nivel de riesgo de adicción a redes sociales (Facebook e Instagram) y los autoesquemas (autoimagen, autoconcepto y autoestima) de 30 adolescentes entre 17 y 20 años de edad de la Universidad de Antioquia (Seccional Bajo Cauca)* [Trabajo de grado, Universidad de Antioquia]. Repositorio digital institucional. [https://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/20249/1/AlmanzaKatherin\\_2021\\_RiesgodeAdicci%C3%B3n\\_Redessociales\\_Autoesquemas.pdf](https://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/20249/1/AlmanzaKatherin_2021_RiesgodeAdicci%C3%B3n_Redessociales_Autoesquemas.pdf)

- Akram, W., & Kumar, R. (2017). A Study on positive and negative effects of social media on society [Un estudio sobre los efectos positivos y negativos de las redes sociales en la sociedad]. *International Journal of Computer Sciences and Engineering* 5(10), 347-354, <https://doi.org/10.26438/ijcse/v5i10.351354>
- Ballesteros Guerra, J., & Picazo Sánchez, L. (2019). *Las Tic y su influencia en la socialización de los adolescentes*. Centro Reina Sofía sobre Adolescencia y Juventud. <https://doi.org/10.5281/zenodo.3626905>
- Bell, V., Bishop, D. V., & Przybylski, A. K. (2015). The debate over digital technology and young people [El debate sobre la tecnología digital y los jóvenes]. *BMJ*, 351, Article h3064. <https://doi.org/10.1136/bmj.h3064>
- Birkjær, M., & Kaats, M. (2019). *Does social media Really Pose a Threat to Young People's Well-Being?* [¿Las redes sociales realmente representan una amenaza para el bienestar de los jóvenes?]. Nordic Council of Ministers. <https://doi.org/10.6027/Nord2019-030>
- Blachnio, A., Przepiorka, A., Senol-Durak, E., Durak, M., & Sherstyuk, L. (2017). The role of personality traits in Facebook and Internet addictions: A study on Polish, Turkish, and Ukrainian samples [El papel de los rasgos de personalidad en las adicciones a Facebook e Internet: un estudio sobre muestras polacas, turcas y ucranianas]. *Computers in Human Behavior*, 68, 269-275. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.11.037>
- Boer, M., van den Eijnden, R. J. J. M., Boniel-Nissim, M., Wong, S.-L., Inchley, J. C., Badura, P., Craig, W. M., Gobina, I., Kleszczewska, D., Klanšček, H. J., & Stevens, G. W. J. M. (2020). Adolescents' intense and problematic social media use and their well-being in 29 countries [El uso intenso y problemático de las redes sociales por parte de los adolescentes y su bienestar en 29 países]. *Journal of Adolescent Health*, 66(6), S89–S99. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.02.04>
- Caballo, V., Salazar, I., Antona, C., Bas, P., Iruiria, M., Piqueras, J., & Salavera, C. (2018). La autoestima y su relación con la ansiedad social y las habilidades sociales. *Behavioral Psychology*, 26(1), 23-53. <https://www.behavioralpsycho.com/producto/la-autoestima-y-su-relacion-con-la-ansiedad-social-y-las-habilidades-sociales/>
- Caballo, V., Salazar, I., Iruiria, M., Olivares, P., & Olivares, J. (2014). Relación de las habilidades sociales con la ansiedad social y los estilos/trastornos de la personalidad. *Behavioral*



*Psychology*, 22(3), 401-422. [https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2019/08/02-Caballo\\_Relacion\\_22-3oa-1.pdf](https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2019/08/02-Caballo_Relacion_22-3oa-1.pdf)

Congreso de la República de Colombia. (2006, septiembre 6). *Ley 1090*, por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología, se dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones.

[https://www.unisabana.edu.co/fileadmin/Archivos\\_de\\_usuario/Documentos/Documentos\\_Investigacion/Docs\\_Comite\\_Etica/Ley\\_1090\\_2006\\_-\\_Psicologia\\_unisabana.pdf](https://www.unisabana.edu.co/fileadmin/Archivos_de_usuario/Documentos/Documentos_Investigacion/Docs_Comite_Etica/Ley_1090_2006_-_Psicologia_unisabana.pdf)

Coyne, S. M., Rogers, A. A., Zurcher, J. D., Stockdale, L., & Booth, M. (2020). Does time spent using social media impact mental health? an eight-year longitudinal study [¿El tiempo dedicado a utilizar las redes sociales afecta la salud mental? un estudio longitudinal de ocho años]. *Computers in Human Behavior*, 104, Article 106160. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.106160>

Dans Álvarez-de-Sotomayor, I., Muñoz-Carril, P.-C., & González Sanmamed, M. (2021). Hábitos de uso de las redes sociales en la adolescencia: desafíos educativos. *Revista Fuentes*, 23(3), 280-295. <https://doi.org/10.12795/revistafuentes.2021.15691>

Daza Macías, E. (2017). *Adaptación de la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein en Ecuador*. [Tesis de grado, Universidad Central del Ecuador]. Repositorio digital institucional. <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/12870/1/T-UCE-0007-PPS010.pdf>

Dehghani, A., Kojuri, J., Dehghani, M. R., Keshavarzi, A., & Najafipour, S. (2019). Experiences of students and faculty members about using virtual social networks in education: A qualitative content analysis [Experiencias de estudiantes y profesores sobre el uso de redes sociales virtuales en educación: un análisis de contenido cualitativo]. *Journal of Advances in Medical Education & Professionalism*, 7(2), 86-94. <https://doi.org/10.30476/JAMP.2019.44712>

De-Sola Gutiérrez, J., Rodríguez de Fonseca, F., & Rubio, G. (2016). Cell-Phone Addiction: A Review [Adicción al teléfono celular: una revisión]. *Frontiers in Psychiatry*, 7. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2016.00175>

- Domínguez-Vergara, J., & Ybañez-Carranza, Y. (2016, julio-diciembre). Adicción a las redes y habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa privada. *Propósitos y Representaciones*, 4 (2), 181-230. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2016.v4n2.122>
- Dwivedi, Y. K., Ismagilova, E., Rana, N. P., & Raman, R. (2023). Social Media Adoption, Usage and Impact in Business-To-Business (B2B) Context: A State-Of-The-Art Literature Review [Adopción, uso e impacto de las redes sociales en el contexto de empresa a empresa (B2B): una revisión de la literatura de vanguardia]. *Information Systems Frontiers*, 25, 971-993. <https://doi.org/10.1007/s10796-021-10106-y>
- Espinel González, S. P., & Leguizamón González, M. C. (2022, septiembre-diciembre). Adicción a Internet en tiempos de COVID-19. Programa de prevención. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, (67), 191-216. <https://doi.org/10.35575/rvucn.n67a8>
- Feng, Y., Ma, Y., & Zhong, Q. (2019). The Relationship Between Adolescents' Stress and Internet Addiction: A Mediated-Moderation Model [La relación entre el estrés de los adolescentes y la adicción a Internet: un modelo de moderación mediada]. *Frontiers in Psychology*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02248>
- Floros, G., Siomos, K., Stogiannidou, A., Giouzepas, I., & Garyfallos, G. (2014). Comorbidity of psychiatric disorders with Internet addiction in a clinical sample: The effect of personality, defense style and psychopathology [Comorbilidad de los trastornos psiquiátricos con la adicción a Internet en una muestra clínica: el efecto de la personalidad, el estilo de defensa y la psicopatología]. *Addictive Behaviors*, 39(12), 1839-1845, <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2014.07.031>
- Giraldo Giraldo, Y., Moreno Montoya, J. F., Madrigal Zuluaga, N., Alzate Echavarría, M., Torres Zapata, C., Hincapié Aguirre, N., Pérez Palacio, A. C., Salgado Pérez, A., & Morales Betancur, J. (2021). Relación entre el uso de redes sociales y las funciones ejecutivas. *Poiésis*, (40), 57-70. <https://doi.org/10.21501/16920945.404>
- Goldstein, A., Sprafkin, R., Gershaw, J., & Klein, P. (1980). *Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia: Un programa de enseñanza*. Ediciones Martínez Roca, S. A., [https://www.academia.edu/36322793/Habilidades\\_sociales\\_y\\_autocontrol\\_en\\_la\\_adolescencia\\_Goldstein\\_Sprafkin\\_Gershaw\\_y\\_Klein](https://www.academia.edu/36322793/Habilidades_sociales_y_autocontrol_en_la_adolescencia_Goldstein_Sprafkin_Gershaw_y_Klein)

- Gómez-Gómez, M. (2023, mayo-agosto). La innovación y la tecnología como elementos claves en el contexto de educación superior. *Revista Virtual Universidad Católica Del Norte*, (69), 1-6. <https://doi.org/10.35575/rvcn.n69a1>
- Gómez-López, M., Viejo, C., Romera, E. M., & Ortega-Ruiz, R. (2022). Psychological Well-Being and Social Competence During Adolescence: Longitudinal Association Between the Two Phenomena [Bienestar psicológico y competencia social durante la adolescencia: asociación longitudinal entre ambos fenómenos]. *Child Indicators Research*, 15, 1043-1061. <https://doi.org/10.1007/s12187-021-09899-w>
- González-Fuentes, M., & Andrade, P. (2016). Escala de Bienestar Psicológico para Adolescentes. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*, 42(2), 69-83. [https://doi.org/10.21865/RIDEP42\\_69](https://doi.org/10.21865/RIDEP42_69)
- González-López, A., & Naranjo-Fundora, W. (2013, abril-junio). ¿Cuáles son los factores de riesgo adictivo en la adolescencia? Apuntes para maestros de la enseñanza media. *EduSol*, 13(43), 11-21. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=475748682002>
- Hui, E., Singh, S., Lin, P. K. F., & Dillon, D. (2024). Social Media Influence on Emerging Adults' Prosocial Behavior: A Systematic Review [Influencia de las redes sociales en el comportamiento prosocial de los adultos emergentes: una revisión sistemática]. *Basic and Applied Social Psychology*, 46(4), 239-265. <https://doi.org/10.1080/01973533.2024.2342396>
- Hurnyak, I., & Kordonska, A. (2020). Virtuality as a precondition and necessity for the mankind development [La virtualidad como condición previa y necesidad para el desarrollo de la humanidad]. *International Journal of Innovation*, 8(3), 373-391. <https://doi.org/10.5585/iji.v8i3.16010>
- Jeong, H., & Shin, K. (2022). How Does Adolescents' Usage of social media Affect Their Dietary Satisfaction? [¿Cómo afecta el uso de las redes sociales por parte de los adolescentes a su satisfacción dietética?]. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(6), Article 3621, <https://doi.org/10.3390/ijerph19063621>
- Kapus, K., Nyulas, R., Nemeskeri, Z., Zadori, I., Muity, G., Kiss, J., Feher, A., Fejes, E., Tibold, A., & Feher, G. (2021). Prevalence and Risk Factors of Internet Addiction among Hungarian High School Students [Prevalencia y factores de riesgo de la adicción a Internet entre

- estudiantes de secundaria húngaros]. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(13), Article 6989. <https://doi.org/10.3390/ijerph18136989>
- Karakose, T. (2022). Assessing the Relationships between Internet Addiction, Depression, COVID-19-Related Fear, Anxiety, and Suspicion among Graduate Students in Educational Administration: A Structural Equation Modeling Analysis [Evaluación de las relaciones entre la adicción a Internet, la depresión, el miedo, la ansiedad y la sospecha relacionados con COVID-19 entre estudiantes de posgrado en administración educativa: un análisis de modelos de ecuaciones estructurales]. *Sustainability*, 14(9), Article 5356. <https://doi.org/10.3390/su14095356>
- Kasahara, G. M., Houlihan, D., & Estrada, C. (2019). Gender differences in social media use and cyberbullying in Belize: A Preliminary report [Diferencias de género en el uso de las redes sociales y el ciberacoso en Belice: un informe preliminar]. *International Journal of Psychological Studies*, 11(2). <http://dx.doi.org/10.5539/ijps.v11n2p32>
- Keles, B., McCrae, N., & Grealish, A. (2020). A systematic review: the influence of social media on depression, anxiety and psychological distress in adolescents [Una revisión sistemática: la influencia de las redes sociales en la depresión, la ansiedad y el malestar psicológico en adolescentes]. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25, 79-93, <https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1590851>
- Kräplin, A., Joshanloo, M., Wolff, M., Krönke, K-M., Goschke, T., Bühringer, G., & Smolka, M.N. (2022). The relationship between executive functioning and addictive behavior: new insights from a longitudinal community study [La relación entre el funcionamiento ejecutivo y el comportamiento adictivo: nuevos conocimientos de un estudio comunitario longitudinal]. *Psychopharmacology*, 239, 3507-3524. <https://doi.org/10.1007/s00213-022-06224-3>
- Krasnova, H., Veltri, N. F., Eling, N., & Buxmann, P. (2017). Why men and women continue to use social networking sites: The role of gender differences [Por qué hombres y mujeres siguen utilizando las redes sociales: el papel de las diferencias de género]. *Journal of Strategic Information Systems*, 26(4), 261-284, <http://dx.doi.org/10.1016/j.jsis.2017.01.004>

- Martín Martín, M. (2016). *Cambios psicosociales en los adolescentes actuales. Incidencia del uso de las redes sociales* [Tesis de doctoral, Universidad Complutense de Madrid]. Repositorio digital institucional. <https://eprints.ucm.es/37737/>
- Masoed, E. S., El Aal Thabet Omar, R., Abo El Magd, A., & Shawky Elashry, R. (2021). Social media addiction among adolescents: Its relationship to sleep quality and life satisfaction [Adicción a las redes sociales entre adolescentes: su relación con la calidad del sueño y la satisfacción con la vida]. *International Journal of Research in Paediatric Nursing*, 3(1), 69-78. <https://www.paediatricnursing.net/archives/2021.v3.i1.B.59>
- Ministerio de Salud de Colombia (1993, octubre 4). *Resolución número 8430*, por la cual se establecen las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud. <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/RESOLUCION-8430-DE-1993.PDF>
- Moral, M., & Suárez, C. (2016). Factores de riesgo en el uso problemático de internet y del teléfono móvil en adolescentes españoles. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 7(2), 69-78. <https://doi.org/10.1016/j.rips.2016.03.001>
- Mubarak, F., Suomi, R., & Kantola, S.-P. (2020). Confirming the links between socio-economic variables and digitalization worldwide: the unsettled debate on digital divide [Confirmando los vínculos entre las variables socioeconómicas y la digitalización en todo el mundo: el debate inestable sobre la brecha digital]. *Journal of Information, Communication and Ethics in Society*, 18(3), 415-430. <https://doi.org/10.1108/JICES-02-2019-0021>
- Mueller, M. (2019). Challenging the social media Moral Panic: Preserving Free Expression under Hypertransparency [Desafiando el pánico moral en las redes sociales: preservando la libre expresión bajo hipertransparencia]. *Policy Analysis*, (876). <https://www.cato.org/policy-analysis/challenging-social-media-moral-panic-preserving-free-expression-under#introduction>
- National Academies of Sciences, Engineering & Medicine (2024). *Social Media and Adolescent Health*. The National Academies Press. <https://doi.org/10.17226/27396>
- Navarrete Villanueva, D., Castel Feced, S., Romanos Calvo, B., & Bruna Barranco, I. (2017, julio-diciembre). Influencia negativa de las redes sociales en la salud de adolescentes y adultos

jóvenes: una revisión bibliográfica. *Psicología y Salud*, 27(2), 255-267, <https://psicologiaysalud.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/2531/4413>

Nesi de Mello, L., Trintin-Rodrigues, V., & Andretta, I. (2019). Relation between social skills and life satisfaction by adolescents and use of applications for communication [Relación entre habilidades sociales y satisfacción con la vida en adolescentes y uso de aplicaciones para la comunicación]. *Quaderns de Psicologia*, 21(1), Article e1463. <https://doi.org/10.5565/rev/qpsicologia.1463>

Neverkovich, S., Bubnova, I., Kosarenko, N., Sakhieva, R., Sizova, Z., Zakharova, V., & Sergeeva, M. (2018). Students' Internet Addiction: Study and Prevention [Adicción a Internet de los estudiantes: estudio y prevención]. *Journal of Mathematics, Science and Technology Education*, 14(4), 1483-1495. <https://doi.org/10.29333/ejmste/83723>

Nowak, M., Rachubińska, K., Starczewska, M., & Grochans, E. (2022). Seeking relationships between Internet addiction and depressiveness, daytime sleepiness, as well as perceived social support in young adults [Buscando relaciones entre la adicción a Internet y la depresión, la somnolencia diurna y el apoyo social percibido en adultos jóvenes]. *European Review for Medical and Pharmacological Sciences*, 26(4), 1374-1381. [https://doi.org/10.26355/eurrev\\_202202\\_28130](https://doi.org/10.26355/eurrev_202202_28130)

Olecká, I., Trochtová, L., Pospíšil, J., & Pospíšilová, H. (2022). Social Networking as Leisure: An Attempt to Conceptualize Liquid Leisure [Las redes sociales como ocio: un intento de conceptualizar el ocio líquido]. *Sustainability*, 14(9), Article 5483. <https://doi.org/10.3390/su14095483>

Orben, A. (2020). Teenagers, screens and social media: a narrative review of reviews and key studies [Adolescentes, pantallas y redes sociales: una revisión narrativa de reseñas y estudios clave]. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 55, 407-414, <https://doi.org/10.1007/s00127-019-01825-4>

Orben, A., & Przybylski, A. K. (2019). The association between adolescent well-being and digital technology use [La asociación entre el bienestar de los adolescentes y el uso de la tecnología digital]. *Nature Human Behaviour*, 3, 173-182. <https://doi.org/10.1038/s41562-018-0506-1>

- Orosco Fabian, J. R., & Pomasunco Huaytalla, R. (2020). Adolescentes frente a los riesgos en el uso de las TIC. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 22(1), 1-13, <https://doi.org/10.24320/redie.2020.22.e17.2298>
- Pasquali, M. (2020). Los países con los usuarios más adictos a las redes sociales. *Statista.com*. <https://es.statista.com/grafico/20744/tiempo-de-uso-de-redes-sociales-por-pais/>
- Peñalba Vicario, A., & Imaz Roncero, C. (2019, julio-septiembre). Dificultades en las relaciones interpersonales y Fear of Missing Out: ¿predictores del riesgo de adicción a las redes sociales? *Revista de Psiquiatría Infanto-Juvenil*, 36(3), 6-20. <https://doi.org/10.31766/repisij.v36n3a2>
- Peris, M., Maganto, C., & Garaigordobil, M. (2018). Escala de riesgo de adicción-adolescente a las redes sociales e internet: fiabilidad y validez (ERA-RSI). *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 5(2), 30-36, <https://doi.org/10.21134/rpcna.2018.05.2.4>
- Portillo-Reyes, V. Ávila-Amaya, J. A., & Capps, J. W. (2021). Relación del Uso de Redes Sociales con la Autoestima y la Ansiedad en Estudiantes Universitarios. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 3(1), 139-149. <https://revistacneipne.org/index.php/cneip/article/view/116>
- Rebollo, C. (2022, 9 de junio). TikTok anima a los adolescentes a evitar el uso excesivo de su aplicación. *El País*. <https://elpais.com/tecnologia/2022-06-09/tiktok-anima-a-los-adolescentes-a-evitar-el-uso-excesivo-de-su-aplicacion.html#:~:text=Los%20usuarios%20de%20la%20plataforma,despu%C3%A9s%20de%20leer%20el%20aviso>
- Rojas-Jara, C., Ramos-Vera, J., Pardo-González, E., & Henríquez-Caroca, F. (2018, julio-diciembre). Adicción a internet en adolescentes: una breve revisión. *Drugs and Addictive Behavior*, 3(2), 267-281. <http://dx.doi.org/10.21501/24631779.2876>
- Romero-Oliva, C., Nunes, C., Montilla Coronado, C., Lemos, I., Gómez, Á. H., & Ayala-Nunes, L. (2017). Calidad de vida y competencias sociales: un estudio comparativo entre adolescentes nativos e inmigrantes de España y Portugal. *Universitas Psychologica*, 16(3), 1-11. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy16-3.cvcs>
- Sanjuan, C. (2019). *Violencia Viral. Análisis de la violencia contra la infancia y la adolescencia en el entorno digital*. Save the Children. <https://bit.ly/3coUpQb>

- Schønning, V., Hjetland, G., Aarø, L., & Skogen, J. (2020). Social Media Use and Mental Health and Well-Being Among Adolescents. A Scoping Review [Uso de redes sociales y salud mental y bienestar entre adolescentes. Una revisión del alcance]. *Frontiers in Psychology, 11*. <http://dx.doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01949>
- Shahnaz, I., & Karim, R. (2014). The Impact of Internet Addiction on Life Satisfaction and Life Engagement in Young Adults [El impacto de la adicción a Internet en la satisfacción con la vida y el compromiso con la vida en los adultos jóvenes]. *Universal Journal of Psychology 2*(9), 273-284. <http://dx.doi.org/10.13189/ujp.2014.020902>
- Singh, S., & Paliwal, M. (2020). Exploring the problem of Internet Addiction: A Review and Analysis of Existing Literature [Explorando el problema de la adicción a Internet: una revisión y análisis de la literatura existente]. *Journal of Wellbeing Management and Applied Psychology 3*(1), 11-20. <http://koreascience.or.kr/article/JAKO202034352408227.page>
- Srivastava, M., & Bharti, J. (2020). Impact of Social Networking Sites on Adolescents: Review Based Perspectives [Impacto de los sitios de redes sociales en los adolescentes: perspectivas basadas en revisiones]. *International Journal of Advances in Engineering and Management, 2*(3), 803-811. [https://www.researchgate.net/profile/Jaya-Bharti-5/publication/352718043\\_Impact\\_of\\_Social\\_Networking\\_Siteson\\_Adolescents\\_Review\\_Based\\_Perspectives/links/60d5295f299bf1ea9ebabda9/Impact-of-Social-Networking-Siteson-Adolescents-Review-Based-Perspectives.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Jaya-Bharti-5/publication/352718043_Impact_of_Social_Networking_Siteson_Adolescents_Review_Based_Perspectives/links/60d5295f299bf1ea9ebabda9/Impact-of-Social-Networking-Siteson-Adolescents-Review-Based-Perspectives.pdf)
- Sznitman, S. R., Zlotnick, C., & Harel-Fisch, Y. (2016). Normalisation theory: Does it accurately describe temporal changes in adolescent drunkenness and smoking? [Teoría de la normalización: ¿Describe con precisión los cambios temporales en la embriaguez y el tabaquismo de los adolescentes?]. *Drug and Alcohol Review, 35*(4), 424-432. <https://doi.org/10.1111/dar.12351>
- Tacca Huamán, D. R., Cuarez Cordero, R., & Quispe Huaycho, R. (2020). Habilidades Sociales, Autoconcepto y Autoestima en Adolescentes Peruanos de Educación Secundaria. *International Journal of Sociology of Education, 9*(3), 293-324, <http://doi.org/10.17583/rise.2020.5186>
- Torkian, S., Malek Mohammadi, N., Mohammadzadeh, M., & Shahesmaeili, A. (2022). Virtual Social Networks Addiction and High - Risk Group among Health Science Students in Iran:



- A Latent Class Analysis [Adicción a las redes sociales virtuales y grupo de alto riesgo entre estudiantes de ciencias de la salud en Irán: un análisis de clase latente]. *Iranian Journal of Health Sciences*, 10(1), 1-9, <http://dx.doi.org/10.18502/jhs.v10i1.9105>
- Twenge, J. M., & Campbell, W. K. (2019). Media use is linked to lower psychological well-being: evidence from three datasets [El uso de los medios está relacionado con un menor bienestar psicológico: evidencia de tres conjuntos de datos]. *Psychiatric Quarterly*, 90(2), 311-331. <http://dx.doi.org/10.1007/s11126-019-09630-7>
- Valencia Ortiz, R., & Castaño Garrido, C. (2018). Use and abuse of social media by adolescents: a study in Mexico. Pixel-Bit [Uso y abuso de las redes sociales por parte de adolescentes: un estudio en México. Bit de píxel]. *Revista de Medios y Educación*, (54), 7-28. <https://recyt.fecyt.es/index.php/pixel/article/view/67221>
- Valerio Ureña, G., & Serna Valdivia, R. (2018). Redes sociales y bienestar psicológico del estudiante universitario. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 20(3), 19-28. <https://doi.org/10.24320/redie.2018.20.3.1796>
- Wu J. Y., Ko H. C., & Lane H. Y. (2016). Personality disorders in female and male college students with Internet addiction [Trastornos de la personalidad en estudiantes universitarios mujeres y hombres con adicción a Internet]. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 204(3), 221-225. <https://doi.org/10.1097/NMD.0000000000000452>
- Yi, X., & Li, G. (2021). The Longitudinal Relationship between Internet Addiction and Depressive Symptoms in Adolescents: A Random-Intercept Cross-Lagged Panel Model [La relación longitudinal entre la adicción a Internet y los síntomas depresivos en adolescentes: un modelo de panel cruzado con intercepción aleatoria]. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(24), Article 12869. <https://doi.org/10.3390/ijerph182412869>
- Yu, L., & Luo, T. (2021). Social Networking Addiction Among Hong Kong University Students: Its Health Consequences and Relationships with Parenting Behaviors [Adicción a las redes sociales entre estudiantes de la Universidad de Hong Kong: sus consecuencias para la salud y sus relaciones con los comportamientos de los padres]. *Frontiers in Public Health*, 8, Article 555990. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2020.555990>

Zadra, S., Bischof, G., Besser, B., Bischof, A., Meyer, C., John, U., & Rumpf, H. J. (2016). The association between Internet addiction and personality disorders in a general population-based sample [La asociación entre la adicción a Internet y los trastornos de la personalidad en una muestra de población general]. *Journal of Behavioral Addictions*, 5(4), 691-699. <https://doi.org/10.1556/2006.5.2016.086>