

FACTORES QUE INFUYEN EN LA ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES EN ADOLESCENTES

Andrea Naveda Meléndez¹

 <https://orcid.org/0009-0002-7224-3215>

Sofía Naveda Meléndez²

 <https://orcid.org/0009-0007-3609-6402>

Omar Naveda Romero³

 <https://orcid.org/0000-0002-1900-850X>

Recibido: 23-10-2025

Aceptado: 23-11-2025

RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo identificar los factores asociados a la adicción a las redes sociales en adolescentes. Mediante un diseño transversal cuantitativo, descriptivo de campo, se aplicó una encuesta estructurada a 189 adolescentes, evaluando la adicción a redes sociales, variables sociodemográficas —edad, sexo, nivel educativo, estado civil de los padres, número de hermanos y actividades recreativas— y factores psicológicos que incluyeron autoestima (Test de Rosenberg), ansiedad estado-rasgo (Inventario STAIC) y calidad de la comunicación con los padres. Se realizaron análisis de fiabilidad (Alfa de Cronbach), adecuación muestral (KMO y esfericidad de Bartlett) y un modelo de regresión lineal multivariable para examinar las relaciones entre variables. Los resultados mostraron adecuada consistencia interna y validez en los instrumentos utilizados. El análisis de regresión reveló que diferentes dimensiones de la adicción a redes sociales se asociaron de manera diferencial con factores psicológicos, familiares y sociodemográficos. La obsesión por las redes sociales estuvo relacionada con mayores niveles de ansiedad, menor autoestima, menor nivel educativo y dificultades en la comunicación con la madre. La falta de control personal se vinculó con menor autoestima, menor nivel educativo, mayor ansiedad estado-rasgo y el sexo femenino. Por su parte, el uso excesivo se asoció con menor apertura en la comunicación con el padre, menor autoestima, mayor nivel educativo y el sexo masculino. En conclusión, la ansiedad, la autoestima, el nivel educativo, la calidad de la comunicación con ambos progenitores y el sexo del adolescente emergen como factores independientes asociados a distintas dimensiones de la adicción a redes sociales. Estos hallazgos subrayan la relevancia de considerar tanto aspectos individuales como relacionales en el diseño de intervenciones preventivas y terapéuticas dirigidas a esta problemática en la adolescencia, destacando la necesidad de un abordaje integral que considere la diversidad de factores que convergen en el uso problemático de las tecnologías digitales.

Palabras clave: redes sociales, adicción, adolescentes.

¹ Licenciada en Psicología – Universidad “Yacambú”

² Estudiante VII semestre en Ciencia Política – Universidad “Fermín Toro”

³ Pediatra intensivista en Clínica “Santa Cruz”

FACTORS THAT INFLUENCE SOCIAL MEDIA ADDICTION AMONG ADOLESCENTS

ABSTRACT

The present study aimed to identify factors associated with social media addiction in adolescents. Using a quantitative cross-sectional design, descriptive and field research, a structured survey was administered to 189 adolescents, assessing social media addiction, sociodemographic variables—age, sex, educational level, parents' marital status, number of siblings, and recreational activities—and psychological factors, including self-esteem (Rosenberg Self-Esteem Scale), state-trait anxiety (STAIC Inventory), and quality of communication with parents. Reliability analyses (Cronbach's alpha), sample adequacy (KMO and Bartlett's sphericity), and a multivariable linear regression model were conducted to examine the relationships between variables. The results showed adequate internal consistency and validity in the instruments used. Regression analysis revealed that different dimensions of social media addiction were differentially associated with psychological, familial, and sociodemographic factors. Obsession with social media was related to higher levels of anxiety, lower self-esteem, lower educational level, and difficulties in communication with the mother. Lack of personal control was linked to lower self-esteem, lower educational level, higher state-trait anxiety, and being female. In turn, excessive use was associated with less openness in communication with the father, lower self-esteem, higher educational level, and being male. In conclusion, anxiety, self-esteem, educational level, the quality of communication with both parents, and the adolescent's sex emerge as independent factors associated with different dimensions of social media addiction. These findings highlight the importance of considering both individual and relational aspects in the design of preventive and therapeutic interventions aimed at this issue in adolescence, emphasizing the need for a comprehensive approach that takes into account the diversity of factors involved in problematic use of digital technologies.

Keywords: social media, addiction, adolescents.

INTRODUCCIÓN

Es irrefutable que, con el advenimiento y desarrollo del internet, y consecuentemente, el crecimiento de las redes sociales, se ha alcanzado un nuevo nivel en las comunicaciones. Su uso generalizado ha incrementado la facilidad de la comunicación interpersonal entre individuos y los procesos de socialización; sin embargo, también ha llevado a que la adicción a las redes sociales surja como un problema.

Hay autores que se inclinan a considerar la adicción a medios virtuales como un problema primario, siendo una variante de posibles trastornos de comportamiento adictivo (Fuentes & Armas, 2018). La última versión del Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales, quinta edición (DSM-5), ha reconocido el posible impacto negativo de la adicción a las actividades relacionadas con internet en el bienestar de un individuo al reconocer el trastorno por

juego en internet como un trastorno tentativo (Asociación Estadounidense de Psiquiatría, 2013). La adicción a las redes sociales se ha constituido como un problema emergente que se puede definir como un uso excesivo y compulsivo de las plataformas de redes sociales que interfiere con la vida diaria y genera consecuencias negativas en el bienestar físico, social y mental (Andreassen, 2015).

Numerosos estudios han explorado las variables que impulsan el comportamiento de los usuarios de redes sociales, atribuyendo dicho comportamiento a la interacción de elementos psicológicos, influenciadores sociales y predisposición a la adicción a las redes sociales (Peris et al., 2020; Rodríguez-Sabiote et al., 2024). Se ha descrito un modelo de factor dual en el uso de las redes sociales entre adolescentes (Franchina et al., 2018). Este modelo postula que los usuarios pueden usar las redes sociales para gestionar tanto los afectos positivos como los negativos. El afecto positivo aumenta la satisfacción. El afecto negativo, que denota emociones angustiantes, donde los usuarios podrían usar las redes sociales de forma refleja para contrarrestar sus sentimientos negativos. Si estas estrategias se vuelven compulsivas, podrían fomentar la adicción a las redes sociales.

Uno de los grupos más estudiados en la adicción a las redes sociales es el de los adolescentes, tomando en cuenta como punto de partida, el desarrollo del adolescente asociado a la construcción de su identidad juvenil en el contexto de un nuevo paradigma comunicacional, el de la cibercomunicación, donde el límite entre lo público y lo privado se torna cada vez más difuso (Arab & Díaz, 2015).

La relación entre la adicción a las redes sociales y las variables que pueden explicar esta adicción es muy compleja. La adicción a las redes sociales puede verse influenciada por diversos factores, como las influencias culturales, el estrés por ser ignorado por los amigos, el estrés tecnológico o el miedo a perder el contacto (Fabris et al., 2020), la depresión, la intimidación, el ciberacoso y la autoestima (Shafi, 2021), la ansiedad y el aislamiento social o por variables de control, como el género, el nivel educativo y la edad (Mahamid, 2018). Además, hay estudios longitudinales que han explorado la relación a largo plazo de la influencia parental en el comportamiento en línea. Los hallazgos sugieren que los conflictos en la comunicación entre padre/madre con los adolescentes podría tener un impacto en las conductas problemáticas con el uso de redes sociales, resaltando el papel de las relaciones parentales tempranas en la predicción de la adicción a las redes sociales (Demers et al., 2024).

Diversos estudios se han llevado a cabo para el desarrollo de instrumentos que permitan cuantificar el grado de adicción a las redes sociales, estas son denominadas escalas de adicción a las redes sociales (EARS). Por ello, algunas investigaciones se han centrado en desarrollar un instrumento psicométricamente robusto para evaluar la adicción a las redes sociales, como la Escala de Adicción a Facebook de Bergen (Andreassen et al., 2012) y el Cuestionario de Intrusión de Facebook (Elphinston & Noller, 2011). También se ha descrito el cuestionario de adicción a las redes sociales para adolescentes de Rosero et al. (2022). Cada una de estas escalas posee diferentes propiedades psicométricas, pero con un único fin, cuantificar el nivel de adicción a las redes sociales.

En consecuencia, el objetivo primario de este estudio fue determinar factores predictores de adicción a las redes sociales en un grupo de adolescentes. Se planteó la hipótesis de que algunas características psicológicas y sociodemográficas de los adolescentes están asociadas con valores cuantificables de adicción a las redes sociales. El resultado principal fue la identificación de estos predictores, explorando, además la utilización sistemática de una EARS.

MATERIALES Y MÉTODOS

Diseño, Población y muestra

Se llevó a cabo un estudio descriptivo transversal cuantitativo realizado en la ciudad de Barquisimeto, estado Lara, Venezuela, entre enero del año 2023 y julio del 2025. Donde fue realizada una encuesta que incluyó una EARS en un grupo de 189 adolescentes. A través de un muestreo no probabilístico consecutivo fueron evaluados adolescentes con edades comprendidas entre 13 y 19 años, que acudieron a consulta de psicología o pediatría. Fueron excluidos adolescentes con dificultades de comprensión lectora, discapacidades intelectuales o físicas que impidieran la correcta comprensión y ejecución de respuestas en los autoinformes, y aquellos que negaron su consentimiento. Los adolescentes incluidos en el estudio acudieron por afecciones leves, como enfermedades respiratorias, afecciones gastrointestinales o genitourinarias, y alergia o atopia; o por problemas psicológicos, incluidos: cambios en el estado de ánimo, ira, autolesiones, evitación y aislamiento, ansiedad, o acoso escolar.

Para el cálculo del tamaño de la muestra se utilizó el programa *G*Power* versión 3.1.9. Con el que para la realización de una regresión lineal múltiple con test F, con modelo fijo y R2 desviado de 0, con un tamaño de efecto f^2 de 0,15 (medio); un nivel de significancia de 0,05

(error α); una potencia de 0,95 (95%) y un número de predictores estimados de 13, el tamaño de la muestra fue calculado en 189 sujetos.

Procedimiento de recolección de datos

Cada adolescente y su representante fueron abordados durante la consulta de psicología o pediatría y se les explicó el propósito del estudio y sus objetivos. A aquellos dispuestos a colaborar se les aplicó una encuesta. La encuesta incluyó una EARS, un conjunto de factores con una influencia potencial sobre la adicción a las redes sociales en adolescentes (sociodemográficos y psicológicos) y el consentimiento informado.

La encuesta autoadministrada se aplicó en dos contextos: sala de consulta de psicología y en consultorio de pediatría, en ambos casos, salas privadas. Antes de la aplicación de la encuesta, se le solicitó el consentimiento informado de los adultos a cargo de los menores, y el consentimiento de los propios adolescentes. Previo a la aplicación de los instrumentos, se leyó las instrucciones y se aseguró la comprensión del adolescente. Se explicó que no hay respuestas buenas o malas. Si durante la administración de los cuestionarios surgían preguntas sobre el llenado o sobre algún término que no se conociera, se suministró la información necesaria en un lenguaje apropiado, con el cuidado de no influir en las respuestas. Dado el caso de que alguna pregunta ocasionara alguna incomodidad o ansiedad en el adolescente, se habló con el participante para ofrecer la ayuda necesaria.

También se les explicó que tenían derecho a interrumpir en cualquier momento la prueba sin tener ningún tipo de consecuencia. Hubo una revisión final del protocolo, basados en que los ítems con omisiones o con respuestas dobles dejaban invalidada la encuesta. Asimismo, se contó con dos sobres, uno para la lista de participantes con el código de identificación, para asegurar la confidencialidad, y otro para el protocolo mismo, el cual no contó con la solicitud de ninguna información de identificación del adolescente o de sus representantes.

Variables y mediciones

Las variables del estudio quedan comprendidas en la EARS (variable dependiente) y un conjunto estimado de factores potenciales sociodemográficos y psicológicos (variables independientes) que podrían estar relacionados con la adicción a redes sociales. La encuesta general comprendió las siguientes escalas, donde, además, se incluyeron los factores psicológicos estimados:

- EARS adaptada por Rosero, Eraso, Villalobos-Galvis, & Herrera-López (2022). Está compuesta por 24 ítems tipo *Likert*, con 5 opciones de respuesta (0= nunca, 1= casi nunca, 2= algunas veces, 3= casi siempre, 4= siempre) que se organiza en 3 sub-escalas: a) Obsesión por las redes sociales (10 ítems), que alude al compromiso mental con las redes sociales, pensar constantemente y fantasear con ellas, así como el efecto negativo causado por la falta de acceso a ellas; b) Falta de control personal en el uso de las redes sociales (6 ítems), referidos a la preocupación por la carencia de control o interrupción en el uso de las redes sociales y el descuido de los compromisos académicos; y c) Uso excesivo de las redes sociales (8 ítems), referido a las dificultades para manejar la frecuencia y duración del uso de las redes sociales. El puntaje está relacionado directamente con cada factor, por lo que a mayor puntaje, mayor intensidad de dicho factor. En el estudio previo original mostró un Alfa de *Cronbach* de 0,93 para obsesión por las redes sociales; 0,82 para falta de control personal y 0,89 para uso excesivo de las redes sociales (Rosero et al., 2022). De acuerdo con estos autores, se puede considerar que las personas con puntaje total de la EARS en el percentil 80 (45-51 puntos), tienen un riesgo moderado de adicción, y los del percentil 90 (52 – 68 puntos) o superior pueden tener riesgo muy elevado de adicción.
- El test de *Rosenberg* (Rosenberg, 1969) fue la escala utilizada para determinar autoestima personal, en su adaptación al español de Atienza et al. (2000). Consta de 10 ítems, cinco están enunciados de forma positiva y cinco de forma negativa, con una escala de 1 a 4 puntos, con una dispersión posible del puntaje que oscila entre 10 y 40 puntos, donde a menor puntaje existe menores niveles de autoestima. En la adaptación española según el autor el Alfa de *Cronbach* fue de 0,86.
- El inventario de ansiedad rasgo y estado (IDARE) utilizado fue la versión en español del STAI (*State-Trait Anxiety Inventory*) hecha por Spielberger y Díaz-Guerrero (1975). Es un inventario para evaluar dos tipos de ansiedad y consta de 40 aseveraciones: 20 evalúan la ansiedad-rasgo y 20, la ansiedad-estado. El sujeto debe responder a una de cuatro opciones: 1: casi nunca, 2: algunas veces, 3: frecuentemente y 4: casi siempre para la escala de ansiedad-rasgo; y 1: no, 2: un poco, 3: bastante y 4: mucho, para la escala de ansiedad-estado. Las respuestas se califican con 1, 2, 3 y 4 en los reactivos positivos (a mayor puntuación, mayor ansiedad) y 4, 3, 2 y 1 en los reactivos negativos (a mayor puntuación, menor ansiedad). Para el puntaje de ansiedad-estado se suman los ítems: 3, 4,

6, 7, 9, 12, 13, 14, 17 y 18 para un total A y los ítems: 1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19 y 20 para un total B. De esta manera, el puntaje total para ansiedad-estado es igual a $(\text{total A} - \text{total B}) + 50$. En el caso del puntaje total para ansiedad-rasgo, el total A esta conformado por la suma de los ítems: 22, 23, 24, 25, 28, 29, 31, 32, 34, 35, 37, 38 y 40; y el total B por la suma de los ítems: 21, 26, 27, 30, 33, 36 y 39. Así, el puntaje total para ansiedad-rasgo es igual a: $(\text{total A} - \text{total B}) + 35$. Ambas sub-escalas, tanto ansiedad-estado, como ansiedad-rasgo, tienen una dispersión posible del puntaje que oscila entre 20 y 80 puntos, donde a mayor puntaje existe mayores niveles de ansiedad. En el inventario adaptado original el alfa de *Cronbach* para los ítems de ansiedad rasgo mostraron un alfa de 0,90; y en los ítems de ansiedad estado se alcanzó un alfa de 0,94.

- La escala de comunicación padres-hijos adolescentes aplicada en el estudio fue la desarrollada por Barnes y Olson (1982), adaptada al español por Musitu et al. (2001) y versionada posteriormente por Urías-Aguirre et al. (2023). Esta es una escala autoadministrada que analiza el tipo de comunicación entre padres e hijo/as adolescentes por pares (madre-hijo/a y padre-hijo/a), utilizando los mismos reactivos para evaluar la comunicación con ambos progenitores. La respuesta es tipo *Likert* con cinco opciones de respuesta que van de 1 = nunca a 5 = siempre. Está integrada por 15 reactivos que se dividen en dos factores: apertura en la comunicación con 10 ítems (presencia de una comunicación efectiva, que promueve la autonomía, con libre intercambio de mensajes, entendimiento y con satisfacción), donde a mayor puntaje mayor apertura en la comunicación; y problemas en la comunicación con 5 ítems (comunicación inadecuada, altamente crítica o dañina, con desinterés por transmitir información), donde a mayor puntaje, mayores problemas de comunicación. La versión de Urías-Aguirre et al. (2023) mostró un alfa de 0,85 en el factor de apertura en la comunicación para la madre y de 0,89 para el padre. En el factor de problemas en la comunicación, el alfa fue de 0,62 para la madre, y de 0,60 para el padre. La medida de *Kaiser-Meyer-Olkin* fue superior a 0,91 en todos los factores.

Los factores sociodemográficos evaluados fueron: edad, sexo (femenino y masculino), nivel educativo, estatus de los padres (juntos o separados), número de hermanos y actividad recreacional. El nivel educativo fue el máximo nivel académico alcanzado por el adolescente al momento de la aplicación de los instrumentos: 1° a 5° año de educación secundaria y cualquier

nivel de educación superior. En cuanto al número de hermanos se consideró solo a aquellos con los que el adolescente convivía. Se consideró actividad recreacional a la pertenencia y realización de algún deporte organizado, con prácticas de al menos dos veces a la semana, o a la asistencia a actividades como: teatro, música, danza o arte, al menos dos veces por semana, en los últimos tres meses antes de la aplicación de los instrumentos.

Plan de análisis

El programa SPSS Statistics®, versión 17.0, se utilizó en el análisis estadístico. Las escalas utilizadas fueron sometidas a un análisis de confiabilidad mediante el método de consistencia interna a través del Coeficiente Alfa de *Cronbach*. Además, de una medida estadística de idoneidad de los datos en un análisis factorial de *Kaiser-Mayer-Olkin* (KMO) y un test de esfericidad de *Bartlett*. El análisis descriptivo incluyó medias y desviación estándar (DE) para variables cuantitativas y porcentajes para variables cualitativas. Finalmente, para explorar los factores que podrían influir en la adicción a las redes sociales se realizó un análisis multivariable con modelo de regresión lineal en el que se incluyeron todas las variables sociodemográficas y psicológicas que fueron estimadas para evaluar su relación con la EARS (variable dependiente) como co-variables de la regresión. Se consideró significativo toda $p < 0,05$.

Se cumplió con las condiciones para la realización de una regresión lineal multivariable: linealidad, normalidad, homocedasticidad, independencia y ausencia de colinealidad. Para la introducción de las variables independientes en el modelo se utilizó un método de: pasos sucesivos, con la finalidad de obtener la mejor ecuación de regresión lineal dependiendo de la inclusión en el modelo de las variables independientes en función del estadístico *F*. Se calculó además una prueba de ajuste del modelo con R^2 .

Aspectos éticos

El estudio se realizó basado en el Capítulo I de los deberes éticos en el área de la investigación y del Capítulo III de los deberes éticos relativos a recursos e instrumentos de trabajo psicológico del Código de ética profesional de la Federación de Psicólogos de Venezuela (Federación de Psicólogos de Venezuela, 2013). Se utilizó un formulario de consentimiento informado para la participación voluntaria de los sujetos incluidos en el estudio y de sus representantes legales. Los datos y resultados de la investigación fueron gestionados exclusivamente por los investigadores. Se garantizó la confidencialidad de los datos recolectados y el anonimato de los participantes.

RESULTADOS

La EARS de Rosero et al. (2022) resultó estable y confiable, mostrando un Alfa de *Cronbach* en obsesión por las redes sociales de 0,83 con KMO de 0,87; en falta de control personal en el uso de redes sociales de 0,83 con KMO de 0,86 y en uso excesivo de redes sociales de 0,81 con KMO de 0,86; todas las pruebas de esfericidad de *Barlett* presentaron $p < 0,0001$. Del mismo modo, el test de *Rosenberg*, el IDARE y la escala de comunicación padres-hijos adolescentes de Urías-Aguirre et al. (2023) mostraron una alta fiabilidad y una buena adecuación muestral (Tabla 1).

Tabla 1.

Fiabilidad y adecuación muestral de las escalas utilizadas en el estudio.

ESCALAS	Alfa de <i>Cronbach</i>	KMO	Esfericidad de <i>Bartlett</i>
EARS de Rosero y colaboradores			
Obsesión por las redes sociales	0,83	0,87	χ^2 Esfericidad=462,393 gl=45; $p < 0,0001$
Falta de control personal en el uso de las redes sociales	0,83	0,86	χ^2 Esfericidad=360,940 gl=15; $p < 0,0001$
Uso excesivo de las redes sociales	0,81	0,86	χ^2 Esfericidad=367,726 gl=28; $p < 0,0001$
Autoestima			
Test de <i>Rosenberg</i>	0,88	0,92	χ^2 Esfericidad=675,748 gl=45; $p < 0,0001$
IDARE			
Ansiedad-estado	0,71	0,72	χ^2 Esfericidad=495,287 gl=190; $p < 0,0001$
Ansiedad-rasgo	0,72	0,72	χ^2 Esfericidad=455,311 gl=190; $p < 0,0001$
Escala de comunicación padres-hijos adolescentes			
Madre:			
Apertura en la comunicación	0,78	0,85	χ^2 Esfericidad=321,517 gl=45; $p < 0,0001$
Problemas en la comunicación	0,71	0,73	χ^2 Esfericidad=170,745 gl=10; $p < 0,0001$

Padre:			
Apertura en la comunicación	0,78	0,83	χ^2 Esfericidad=335,071 gl=45; $p<0,0001$
Problemas en la comunicación	0,72	0,75	χ^2 Esfericidad=176,402 gl=10; $p<0,0001$

EARS: Escala de adicción a las redes sociales
IDARE: Inventario de ansiedad rasgo y estado
KMO: índice de adecuación muestral de *Kaiser-Meyer-Olkin*
gl: grados de libertad

La media de edad de los adolescentes fue de $15,7 \pm 2,1$ años. El 54,0% fueron de sexo femenino. El 26,5% cursaba 3° año de educación secundaria y 6,9% educación superior. El 13,2% tenían padres separados. El 33,3% eran hijos únicos. El 11,1% realizaba alguna actividad recreacional. Los demás factores sociodemográficos evaluados en la población estudiada están descritos en la Tabla 2.

Tabla 2.

Factores sociodemográficos evaluados en la población de estudio.

VARIABLES	N = 189	%
Edad en años, media (DE)	15,7 (2,1)	---
Sexo		
Masculino	87	46,0
Femenino	102	54,0
Nivel educativo		
1° año	29	15,3
2° año	38	20,1
3° año	50	26,5
4° año	30	15,9
5° año	29	15,3
Educación superior	13	6,9
Estatus de los padres		
Juntos	164	86,8
Separados	25	13,2
Número de hermanos		
Ninguno	63	33,3
1	51	27,0
2	54	28,6
3 o más	21	11,1
Actividad recreacional	21	11,1

La media del test de *Rosenberg* para evaluar autoestima fue de $33,4 \pm 5,0$. La media de la subescala de ansiedad-rasgo fue de $53,5 \pm 5,0$ y de ansiedad estado $50,4 \pm 4,9$. La media de la

subescala de problemas de comunicación con la madre fue de $13,9 \pm 4,4$ y con el padre de $17,4 \pm 4,7$. En cuanto a la EARS, las medias de las subescalas: obsesión por las redes sociales, falta de control personal en el uso de redes sociales y uso excesivo de las redes sociales fueron: $29,0 \pm 7,7$; $14,5 \pm 5,7$ y $21,0 \pm 6,2$ respectivamente. Para el puntaje total de la EARS la media fue de $64,5 \pm 12,0$ con un 84,1% del total de adolescentes con puntajes en el percentil 90 o superior. Los demás factores psicológicos evaluados en la población estudiada están descritos en la Tabla 3.

Tabla 3.

Factores psicológicos evaluados en la población de estudio.

VARIABLES	Mínimo	Máximo	Media	DE
Autoestima				
Test de Rosenberg ^a	11	39	33,4	5,0
IDARE^b				
Ansiedad-rasgo	39	65	53,5	5,0
Ansiedad-estado	37	62	50,4	4,9
Escala de comunicación padres-hijos adolescentes^c				
Madre				
Apertura en la comunicación	13	45	30,8	7,1
Problema en la comunicación	5	22	13,9	4,4
Padre				
Apertura en la comunicación	10	43	26,7	8,2
Problema en la comunicación	5	24	17,4	4,7
EARS^d				
Obsesión por las redes sociales	10	39	29,0	7,7
Falta de control personal en el uso de redes sociales	1	24	14,5	5,7
Uso excesivo de las redes sociales	6	32	21,0	6,2
EARS puntaje total ^e	34	86	64,5	12,0

^aTest de Rosenberg (Rosenberg, 1969), adaptado al español por Atienza y colaboradores (2000).

^bInventario de ansiedad rasgo y estado de Spielberger y Díaz-Guerrero (1975).

^cEscala de comunicación padres-hijos adolescentes de Uría y colaboradores (2023).

^dEscala de adicción a las redes sociales de Rosero y colaboradores (2022).

^eEARS con percentil 90 o superior: 84,1% de los encuestados.

La Tabla 4 muestra los factores asociados a obsesión por las redes sociales. En ella se observa que los factores independientes en la población estudiada fueron: Ansiedad-rasgo ($B=0,620$; IC95%: $0,428 - 0,812$; $p<0,0001$), autoestima ($B=-0,329$; IC95%: $-0,521 - -0,137$; $p=0,001$), nivel educativo ($B=-0,919$; IC95%: $-1,561 - -0,277$; $p=0,005$) y problemas en la comunicación con la madre ($B=0,217$; IC95%: $0,004 - 0,430$; $p=0,046$). La R^2 fue de 0,325; lo que significa que el 32,5% de la varianza observada en obsesión por las redes sociales queda

explicada por las variables incluidas en el modelo. Con coeficientes positivos, para ansiedad-rasgo y problemas en la comunicación con la madre, por lo que, a mayor nivel de estos factores, mayor obsesión por las redes sociales. Por el contrario, el test de *Rosenberg* y el nivel educativo mostraron coeficientes negativos, por lo que su relación resulta inversa. De esta forma, a menor autoestima y a menor nivel educativo, mayores niveles de obsesión por las redes sociales.

Tabla 4.

Factores asociados a obsesión por las redes sociales en adolescentes según análisis de regresión lineal multivariable.

Variable	Coeficiente (B)	E.T.(B)	IC 95% (B)		t	p
			Límites Inferior	Límites Superior		
Constante	6,642	7,012	-7,193	20,476	0,947	0,345
Ansiedad-rasgo	0,620	0,097	0,428	0,812	6,372	<0,0001
Autoestima (Test de Rosenberg)	-0,329	0,097	-0,521	-0,137	-3,377	0,001
Nivel educativo	-0,919	0,325	-1,561	-0,277	-2,825	0,005
Problemas en la comunicación con la madre	0,217	0,108	0,004	0,430	2,012	0,046
	Suma de cuadrados	g.l	Media cuadrática		F	p
Regresión	3628,887	4	907,222		22,198	<0,0001
Residual	7519,854	184	40,869			
Total	11148,741	188				

$R^2 = 0,325$

B: Coeficiente Beta de confianza

E.T (B): Error típico de B

IC: Intervalo

t: Prueba t libertad

F: Estadística F

g.l: Grados de libertad

La Tabla 5 muestra los factores asociados a la falta de control personal en el uso de redes sociales. En ella se observa que los factores independientes en la población estudiada fueron: Autoestima (B=-0,244; IC95%: -0,390 – -0,097; $p=0,001$), nivel educativo (B=-0,914; IC95%: -1,390 – -0,437; $p<0,0001$), ansiedad-rasgo (B=0,260; IC95%: 0,118 – 0,402; $p<0,0001$), sexo femenino (B=2,092; IC95%: 0,706 – 3,478; $p=0,003$) y ansiedad-estado (B=0,186; IC95%: 0,040 – 0,332; $p=0,013$). La R^2 fue de 0,338; lo que significa que el 33,8% de la varianza observada en la falta de control personal en el uso de redes sociales queda explicada por las variables incluidas

en el modelo. Con coeficientes positivos, para ansiedad-rasgo, sexo femenino y ansiedad-estado por lo que a mayor ansiedad-rasgo, a mayor ansiedad-estado y las adolescentes femeninas, hay mayor falta de control personal en el uso de las redes sociales. Por el contrario, el test de *Rosenberg* y el nivel educativo mostraron coeficientes negativos. De esta forma, a menor autoestima y a menor nivel educativo, se asocian mayores niveles de falta de control personal en el uso de redes sociales.

Tabla 5.

Factores asociados a falta de control personal en el uso de redes sociales en adolescentes según análisis de regresión lineal multivariable.

Variable	Coeficiente (B)	E.T.(B)	IC 95% (B)		t	p
			Límites Inferior	Límites Superior		
Constante	1,072	6,455	-11,665	13,808	0,166	0,868
Autoestima (Test de Rosenberg)	-0,244	0,074	-0,390	-0,097	-3,279	0,001
Nivel educativo	-0,914	0,242	-1,390	-0,437	-3,782	<0,0001
Ansiedad-rasgo	0,260	0,072	0,118	0,402	3,604	<0,0001
Sexo femenino	2,092	0,702	0,706	3,478	2,979	0,003
Ansiedad-estado	0,186	0,074	0,040	0,332	2,514	0,013
	Suma de cuadrados	g.l	Media cuadrática		F	p
Regresión	2081,793	5	416,359		18,660	<0,0001
Residual	4083,350	183	22,313			
Total	6165,143	188				

$R^2 = 0,338$

B: Coeficiente Beta de confianza

E.T (B): Error típico de B

IC: Intervalo

t: Prueba t libertad

F: Estadística F

g.l: Grados de

La Tabla 6 muestra los factores asociados al uso excesivo de las redes sociales. En ella se observa que los predictores en la población estudiada fueron: Apertura en la comunicación con el padre (B=-0,286; IC95%: -0,382 – -0,189; $p<0,0001$), autoestima (B=-0,357; IC95%: -0,518 – -0,196; $p<0,0001$), nivel educativo (B=0,939; IC95%: 1,479 – 3,427; $p=0,001$) y sexo masculino (B=2,655; IC95%: 1,055 – 3,274; $p=0,001$). La R^2 fue de 0,256; lo que significa que el 25,6% de la varianza observada en uso excesivo de las redes sociales queda explicada por las variables

incluidas en el modelo. Con coeficientes positivos, para nivel educativo y sexo masculino por lo que, a mayor nivel educativo y adolescentes masculinos, mayor uso excesivo de las redes sociales. Por el contrario, la apertura en la comunicación con el padre y el test de *Rosenberg* mostraron coeficientes negativos. De esta forma, los adolescentes con menor apertura en la comunicación con el padre y con menor autoestima, mostraron mayores niveles de uso excesivo de las redes sociales.

Tabla 6.

Factores asociados al uso excesivo de las redes sociales en adolescentes según análisis de regresión lineal multivariable.

Variable	Coeficiente (B)	E.T.(B)	IC 95% (B)		t	p
			Límites Inferior	Límites Superior		
Constante	39,018	3,283	32,540	45,495	11,885	<0,0001
Apertura en la comunicación con el padre	-0,286	0,049	-0,382	-0,189	-5,849	<0,0001
Autoestima (Test de Rosenberg)	-0,357	0,082	-0,518	-0,196	-4,374	<0,0001
Nivel educativo	0,939	0,274	0,398	1,479	3,427	0,001
Sexo masculino	2,655	0,811	4,255	1,055	3,274	0,001
	Suma de cuadrados	g.l	Media cuadrática		F	p
Regresión	1875,522	4	468,881		15,838	<0,0001
Residual	5447,430	184	29,606			
Total	7322,952	188				

$R^2 = 0,256$

B: Coeficiente Beta de confianza

E.T (B): Error típico de B

IC: Intervalo

t: Prueba t libertad

F: Estadística F

g.l: Grados de

DISCUSIÓN

La exposición continua a las redes sociales facilitada por los dispositivos móviles plantea preguntas sobre su impacto emocional y psicológico sobre los usuarios, sobre todo entre adolescentes. Las redes sociales se han convertido en un nuevo entorno de socialización grupal para los adolescentes. Sin embargo, el uso excesivo de sitios de redes sociales puede tener

consecuencias no deseadas, como estados de ánimo negativos, problemas de concentración y menos interés en pasar tiempo con amigos y familiares (Ostovar et al., 2016).

En este estudio se logró establecer una combinación de variables sociodemográficas y psicológicas que pueden influir en el uso problemático y en la adicción a las redes sociales entre adolescentes. En los modelos de regresión se identificaron como factores asociados a la adicción a las redes sociales: la ansiedad -estado y rasgo-, la autoestima, el nivel educativo, los problemas en la comunicación con la madre, la falta de apertura en la comunicación con el padre, y el sexo, tanto femenino, como masculino.

También es importante destacar que el 84,1% de los adolescentes encuestados presentaron puntajes en el percentil 90 o superior de la EARS, por lo que se considera que tienen un riesgo elevado de adicción a las redes sociales. A pesar de los diferentes criterios que pueden emplearse en la literatura revisada para definir adicción a las redes sociales, estos datos son similares a los reportados en la literatura (Sakina & Amean, 2025; Victor et al., 2024). Sin embargo, también hay reportes con cifras más bajas (Caner et al., 2022; Ciacchini et al., 2023).

Diversas investigaciones han establecido una asociación entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad (Ghozali et al., 2024; Vannucci et al., 2017). Al igual que en esta investigación donde al incrementarse los niveles de ansiedad, aumentó el nivel de adicción a las redes sociales. Los mecanismos que podrían explicar esta asociación podrían ser diversos. Un posible mecanismo podría ser la comparación social (Fuentes et al., 2025), donde el adolescente se siente de alguna manera superior al compararse con otro usuario. Por el contrario, otros podrían sentirse inferior al resto, provocando inseguridad. En ambos casos, puede ocurrir adicción a las redes sociales, en el primero, por satisfacción, y en los segundos, como compensación de carencias psicológicas.

La relación entre el uso de las redes sociales y la autoestima es compleja, multifactorial y presenta patrones mixtos. Algunos estudios indican una relación negativa significativa entre el uso problemático de las redes sociales y la autoestima, especialmente en jóvenes (Cingel et al., 2022; Sireli et al., 2023). Resultado similar a lo descrito en este estudio, donde a menor autoestima, los adolescentes mostraron un mayor nivel de obsesión, falta de control personal y uso excesivo de las redes sociales. Diversos autores han concluido que los niveles altos de adicción a las redes sociales se relacionan con una menor autoestima debido a la presencia y desarrollo de conductas compensatorias de búsqueda de validación en línea (Kircaburun et al.,

2018; Andreassen et al., 2017). Por el contrario, hay autores que han señalado que el uso excesivo de redes sociales se ha asociado con niveles más bajos de autoestima, mientras que un uso moderado (menos de 2 horas) se relacionó con niveles más altos (Villarreal-Espinosa, 2024).

En cuanto al nivel educativo, diversos autores han señalado que los adolescentes con menor nivel educativo tienden a presentar un alto riesgo de adicción a las redes sociales (Boer et al., 2022; Mérelle et al., 2017). En este estudio también se obtuvo este hallazgo. Donde, a menor nivel educativo, mayor obsesión y falta de control personal en el uso de las redes sociales; sin embargo, a mayor nivel educativo, mayor uso excesivo de las redes sociales. Es posible que la obsesión por las redes sociales y la falta de control personal en cuanto a su uso puedan ser explicadas por la falta de habilidades digitales para utilizar las redes sociales de una manera crítica y responsable en los adolescentes con menores niveles educativos, lo que incrementa la vulnerabilidad a los efectos negativos de la exposición a las redes sociales (Valencia-Ortiz et al., 2021). Por otro lado, el hallazgo de que los adolescentes con mayor nivel académico usen excesivamente las redes sociales podría estar relacionado con una menor vulnerabilidad a la comparación social por una mayor alfabetización digital (Bozzola et al., 2022).

El rol de la familia y de los padres influye significativamente en el desarrollo de la personalidad de los adolescentes. Los comportamientos de niños y de adolescentes, influenciados por factores parentales, tienen efectos duraderos en los hábitos sobre el uso de redes sociales. Por el contrario, los conflictos entre padres e hijos adolescentes se han asociado directamente con la adicción a las redes sociales, no solo durante la adolescencia, sino también, durante la adultez (Demers et al., 2024). En este estudio, los problemas de comunicación con la madre se relacionaron con mayor obsesión por las redes sociales, del mismo modo, la falta de apertura en la comunicación con el padre se relacionó con mayor uso excesivo de las redes sociales en los adolescentes encuestados. Lo que está en concordancia con otros estudios que han mostrado una asociación negativa entre la calidad de la relación entre padres e hijos y la adicción a redes sociales (Valencia-Ortiz et al. 2021; Wang et al., 2022).

La teoría del apego de Bowlby J. establece que los adolescentes desarrollan mecanismos de afrontamiento basados en la influencia de sus padres y el entorno familiar para lidiar con el estrés, pero las experiencias adversas durante este periodo formativo pueden perturbar el desarrollo de un autoconcepto saludable y vínculos afectivos seguros (Kim et al., 2022). Es por eso que el rol de la familia y la comunicación con los padres es fundamental, dado que la

exposición acumulativa a la adversidad puede conducir al desarrollo de un autoconcepto deficiente, baja autoestima, autoevaluación negativa y retraimiento social, lo cual podría constituirse como un mecanismo asociado a la adicción a las redes sociales.

En este estudio las adolescentes femeninas mostraron mayor falta de control personal en el uso de redes sociales y los adolescentes masculinos mostraron mayores niveles de uso excesivo de las redes sociales. La mayoría de las investigaciones informan que las mujeres tienden a tener un mayor riesgo de adicción a las redes sociales (Boer et al., 2022; Kircaburun et al., 2019; Martínez-Ferrer et al., 2021; Mérelle et al., 2017). Sin embargo, otros estudios informan que el género masculino es el de mayor riesgo (Lou et al., 2021; van Duin et al., 2021). Más allá de estas diferencias, un hallazgo resaltante de este estudio es que ambos sexos tienen riesgo de adicción a las redes sociales, posiblemente en dimensiones diferentes, pero con la misma significancia. Una posible explicación a esta brecha de género puede estar basada en el tipo de uso específico que cada género le da a las redes sociales. Algunos autores han descrito que las adolescentes femeninas utilizan las redes sociales con fines más comunicativos, y para la búsqueda y descarga de música o imágenes. En cambio, los adolescentes masculinos se decantan más por utilizar las redes sociales para el ocio, juegos en línea o la visualización de materiales audiovisuales online (Espinar & González, 2009; Tejada et al., 2019).

Es importante destacar que aún no existe una comprensión teórica integral sobre cómo se desarrolla la adicción a las redes sociales, lo que dificulta la investigación práctica dirigida al diseño de programas educativos y de intervención para prevenirla. Los modelos teóricos que podrían explicar la adicción a las redes sociales incluyen entre otras a la Teoría de Usos y Gratificaciones, que se enfoca en la búsqueda de recompensa y gratificación (Ferris et al., 2021), y el Modelo de Comparación Social, que sugiere que las personas con baja autoestima tienden a compararse negativamente con otros en línea, aumentando así su necesidad de validación y riesgo de adicción (Kim et al., 2021). Además, la comparación social, asociada con la depresión, está influenciada por el uso activo y pasivo adictivo a redes sociales entre adolescentes (Ahmad et al., 2024).

Esta investigación tiene limitaciones que son importantes acotar. El diseño transversal del estudio limita la posibilidad de establecer una relación de causa-efecto. No es un estudio multicéntrico, y a pesar de que se calculó el tamaño de la muestra en función del tipo de análisis estadístico a realizar y de las variables estimadas incluidas de acuerdo a la revisión bibliográfica

y factibilidad de la investigación, la muestra total podría ser restringida y no ser suficiente para generalizar los resultados a otros contextos. No se investigó las redes sociales más utilizadas. No se indagó sobre la presencia de nomofobia, miedo a perderse algo (FOMO, por sus siglas en inglés), soledad, ni rasgos de personalidad, o nivel socioeconómico. Además, el uso de autoinformes puede permitir la posibilidad de sesgos cognitivos, de selección y de deseabilidad social.

CONCLUSIONES

A pesar de las limitaciones mencionadas, se puede concluir que este estudio muestra evidencia de que la ansiedad, está relacionada con obsesión y falta de control personal por las redes sociales; además, una menor autoestima está vinculada con obsesión, falta de control personal y con el uso excesivo de las redes sociales. Por otra parte, a menor nivel educativo, mayor obsesión y falta de control personal en el uso de las redes sociales, y a mayor nivel, mayor uso excesivo de las redes sociales; los problemas de comunicación con la madre se relacionaron con mayor obsesión por las redes sociales y la falta de apertura en la comunicación con el padre se relacionó con mayor uso excesivo de las redes sociales. Por último, las adolescentes femeninas mostraron mayor falta de control personal en el uso de redes sociales y los adolescentes masculinos mostraron mayores niveles de uso excesivo de las redes sociales.

Estas características pueden detectarse rápidamente en adolescentes para identificar a aquellos con mayor riesgo y así iniciar una intervención preventiva en una etapa temprana. Finalmente, es importante destacar la gestión de políticas relacionadas con el uso de las redes sociales. En tal sentido, se podría proponer un enfoque matizado para regular el uso de las redes sociales por parte de los adolescentes, que incluya no solo, las opciones psicológicas, sino también, las políticas de estado, basados en: fomentar las habilidades de auto-regulación emocional, leyes de verificación de edad obligatorias, consentimiento de los padres para ofertas a través de Internet para menores de 18 años, exigir acceso total de los padres a las cuentas de redes sociales de los menores de edad, y la promulgación de un cierre completo de las plataformas de redes sociales por la noche para los niños y menores de edad.

REFERENCIAS

- Andreassen, C.S., Torsheim, T., Brunborg, G.S. & Pallesen, S. (2012). Desarrollo de una Escala de Adicción a Facebook. *Psychological Reports*, 110(2), 501–517. <https://doi.org/10.2466/02.09.18.PR0.110.2.501-517>
- Andreassen, C.S. (2015). Online social network site addiction: A comprehensive review. *Current Addict. Rep.* 2, 175–184. <https://doi.org/10.1007/s40429-015-0056-9>
- Andreassen, C.S., Pallesen, S. & Griffiths, M.D. (2017). The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: Findings from a large national survey. *Addictive Behaviors*, 64, 287-293. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2016.03.006>
- Asociación Estadounidense de Psiquiatría (2013). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales* (5.ª ed.). Washington, D. C.: Asociación Estadounidense de Psiquiatría. <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425787>
- Fabris, M.A., Marengo, D., Longobardi, C., & Settanni, M. (2020). Investigating the links between fear of missing out, social media addiction, and emotional symptoms in adolescence: The role of stress associated with neglect and negative reactions on social media. *Addictive Behaviors*, 106, 106364. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106364>.
- Federación de Psicólogos de Venezuela (FPV). (2013). *Código de Ética Profesional*. <https://fpv.org.ve/wp-content/uploads/codigodeetica.pdf>
- Ferris, A.L, Hollenbaugh, E.E y Sommer, P.A (2021). Aplicación del modelo de usos y gratificaciones para examinar las consecuencias de la adicción a las redes sociales. *Social Media + Society*, 7 (2). <https://doi.org/10.1177/20563051211019003>
- Franchina, V., Vanden Abeele, M., Van Rooij, A. J., Lo Coco, G. & De Marez, L. (2018). Fear of missing out as a predictor of problematic social media use and phubbing behavior among Flemish adolescents. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 15 (10), 2319. <https://doi.org/10.3390/ijerph15102319>
- Ghozali, G., Fatma, F., & Oktaviani, L. W. (2024). Relationship between Social Media Addiction and Anxiety among Junior High School Students. *Indonesian Journal of Global Health Research*, 6(S4), 191-202. <https://doi.org/10.37287/ijghr.v6iS4.4139>
- Kim, H., Schlicht, R., Schardt, M., & Florack, A. (2021). The contributions of social comparison to social network site addiction. *PloS one*, 16(10), e0257795. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0257795>

- Kim, Y., Lee, H., & Park, A. (2022). Patrones de experiencias adversas en la infancia y síntomas depresivos: la autoestima como mecanismo mediador. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol*, 57(2), 331–41. <https://doi.org/10.1007/s00127-021-02129-2>.
- Kircaburun, K., Alhabash, S., Tosuntaş, Ş.B., & Griffiths, M.D. (2018). Uses and gratifications of problematic social media use among university students: A simultaneous examination of the Big Five of personality traits, social media platforms, and social media use motives. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 18, 1004-1019. <https://doi.org/10.1007/s11469-018-9940-6>
- Kircaburun, K., Griffiths, M. D., & Billieux, J. (2019). Trait emotional intelligence and problematic online behaviors among adolescents: The mediating role of mindfulness, rumination, and depression. *Personality and individual differences*, 139, 208-213. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/j.paid.2018.11.024>
- Mahamid, A. A., Denise, Z. B., (2018). Social Media Addiction in Geopolitically At Risk Youth. *International Journal Mental Health Addiction*, 17(1), 102-111. <https://doi.org/10.1007/s11469-017-9870-8>.
- Martínez-Ferrer, M. F., León-Moreno, C., Suárez-Relinque, C., Del Moral-Arroyo, G., & Musitu-Ochoa, G. (2021). Cybervictimization, offline victimization, and cyberbullying: The mediating role of the problematic use of social networking sites in boys and girls. *Psychosocial intervention*, 30(3), 155-162. <https://dx.doi.org/10.5093/pi2021a5>
- Mérelle, S., Kleiboer, A., Schotanus, M., Cluitmans, T. L., Waardenburg, C. M., Kramer, D. & van Rooij, A. (2017). Which health-related problems are associated with problematic video-gaming or social media use in adolescents? *Clinical Neuropsychiatry: journal of treatments evaluation*, 14(1), 11-19. <https://repub.eur.nl/pub/98403/03Merelle.pdf>
- Musitu, G., Buelga, S., Lila, M., & Cava, M. (2001). Familia y adolescencia. Análisis e intervención social. *Síntesis*. <https://www.uv.es/lisis/mjesus/12cava.pdf>
- Ostovar, S., Allahyar, N., Aminpoor, H., Moafian, F., Binti, M. & Griffiths, M.D. (2016). Internet addiction and its psychosocial risks (depression, anxiety, stress and loneliness) among Iranian adolescents and young adults: A structural equation model in a cross-sectional study. *Int. J. Ment. Health Addict*, 14, 157. <https://doi.org/10.1007/s11469-015-9628-0>.

- Peris, M., de la Barrera, U., Schoeps, K. y Montoya-Castilla, I. (2020). Factores de riesgo psicológico que predicen la adicción a las redes sociales e internet en adolescentes. *Revista Internacional de Investigación Ambiental y Salud Pública*, 17 (12), 4598. <https://doi.org/10.3390/ijerph17124598>
- Rodríguez-Sabiote, C., Úbeda-Sánchez, A.M., de Barros-Camargo, C., & Álvarez-Ferrándiz, D. (2024). Predictores del riesgo de adicción a las redes sociales e Internet. Bordón. *Revista De Pedagogía*, 76(2), 197–219. <https://doi.org/10.13042/Bordon.2024.99413>
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self Simage*. Princeton, NJ: Princeton University Press. <https://doi.org/10.1515/9781400876136>
- Rosero, A.D., Eraso, J.S., Villalobos-Galvis, F.H., & Herrera-López, M. (2022). Validación del Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) en una muestra de adolescentes colombianos. *Informes Psicológicos*, 22(2), 29-45 <http://dx.doi.org/10.18566/infpsic.v22n2a02>
- Sakina J.K., & Amean A.Y. (2025). Prevalence and Demographic Correlates of Social Media Addiction among Secondary School Students. *International Journal of Body, Mind and Culture*, 12(4), 132–141. <https://doi.org/10.61838/ijbmc.v12i4.992>
- Shafi, R.M.A., Paul, A.N., Keith, A.M., Jinal, D., Ammar, G.A., Anna, N.L., Brooke, A.M., Magdalena, R. & Dan Paul, E.C. (2021). An exploratory study of clinical and physiological correlates of problematic social media use in adolescents. *Psychiatry Research*, 302:114020. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2021.114020>.
- Sireli, O., Dayi, A., & Colak, M. (2023). The mediating role of cognitive distortions in the relationship between problematic social media use and self-esteem in youth. *Cognitive Processing*, 24(4), 575-584. <https://doi.org/10.1007/s10339-023-01155-z>
- Tejada, E., Castaño, C. y Romero, A. (2019). Los hábitos de uso de las redes sociales de los preadolescentes. RIEd. *Revista Iberoamericana de Educación a distancia*, 22(2), 119-133. <https://doi.org/10.5944/ried.22.2.23245>
- Uriás-Aguirre, K.M., Montero-Pardo, X., Musitu-Ochoa, G., Estévez-López, E., Jiménez-Martínez, T.I., & Padilla-Bautista, J.A. (2023). Escala de comunicación padres e hijos adolescentes: Evidencia de validez en México. *Psicumex*, 13(1), 1-28. e541 <https://doi.org/10.36793/psicumex.v13i1.541>

- Valencia-Ortiz, R., Cabero-Almenara, J., Garay Ruiz, U., & Fernández Robles, B. (2021). Problemática de estudio e investigación de la adicción a las redes sociales online en jóvenes y adolescentes. *Revista Tecnología, Ciencia Y Educación*, (18), 99–125. <https://doi.org/10.51302/tce.2021.573>
- Van Duin, C., Heinz, A., & Willems, H. (2021). Predictors of Problematic Social Media Use in a Nationally Representative Sample of Adolescents in Luxembourg. *International journal of environmental research and public health*, 18(22), 11878. <https://doi.org/10.3390/ijerph182211878>
- Vannucci, A., Flannery, K.M., & McCauley-Ohannessian, D. (2017). Social media use and anxiety in emerging adults. *Journal of Affective Disorders*, 207, 163–166. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.08.040>
- Victor, S.A., Ibrahim, M.S., Yusuf, S., Mahmud, N., Bahari, K.A., Yoke Ling, L., & Abd-Mubin, N.N. (2024). Social media addiction and depression among adolescents in two Malaysian states. *International Journal of Adolescence and Youth*, 29(1), 2292055. <https://doi.org/10.1080/02673843.2023.2292055>
- Villarreal-Espinosa, V.M. (2024). Relación entre el uso de redes sociales y la autoestima en adolescentes. *Ethos Scientific Journal*, 2(1), 4–16. <https://doi.org/10.63380/esj.v2n1.2024.27>
- Wang, P., Hu, H., Mo, P., Ouyang, M., Geng, J., Zeng, P. & Mao, N. (2022). How is father phubbing associated with adolescents' social networking sites addiction? Roles of narcissism, need to belong, and loneliness. *J Psychol*, 156 (5), 331–348. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1080/00223980.2022.2034726>