
CAPÍTULO 3

DISEÑO DE INSTRUMENTO PARA DETERMINAR PREVALENCIA DE ADICCIÓN A REDES SOCIALES

Design of an instrument to determine the prevalence of addiction to social networks

Palabras clave: adicción, redes sociales, psicometría.

Keywords: addiction, social networks, psychometry.

Leidy Liliana Leal Díaz

Psicóloga, magíster en Gestión Humana y Desarrollo Organizacional.

Docente de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia

Email: leidy.leal@unad.edu.co

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2547-5294>

Luisa Fernanda Clavijo López

Psicóloga, magíster en Gestión Humana y Desarrollo Organizacional.

Docente de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia

Email: luisa.clavijo@unad.edu.co, n01530155@humbermail.ca

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5374-5979>

Introducción

En los últimos años, la preocupación principal ha girado en torno a la adicción a las redes sociales debido a su efecto negativo en la salud mental. Esta investigación se enfoca en desarrollar, crear y validar una herramienta que permita identificar los factores predominantes en el comportamiento adictivo de estudiantes universitarios en el uso de redes sociales. El estudio incluyó una muestra de 111 estudiantes y se elaboró un cuestionario de 34 preguntas que evalúa factores relacionados con la adicción a las redes sociales, organizados en 3 categorías y 7 subcategorías. Se obtuvo una alta fiabilidad ($\alpha = .981$), coeficientes estadísticamente significativos y un análisis factorial exploratorio que explicó el 75,42% de la variabilidad en la herramienta. En resumen, se concluyó que la disfunción familiar, la falta de cohesión en la familia y la procrastinación académica aumentan la probabilidad de desarrollar conductas adictivas en las redes sociales entre estudiantes universitarios.

Marco referencial

Pensar en un mundo sin internet hoy en día es inconcebible. La era digital ha transformado la vida y los procesos de interacción humana en el diario vivir. Aproximadamente existen 4,8 billones de usuarios de internet y 4,5 billones activos en el uso de redes sociales alrededor del mundo, comparado a los 7,8 billones de la población mundial (Datareportal, 2021; Internet World Stats, 2021). Esto significa que más del 60% de la humanidad tiene al menos un dispositivo como el celular, tableta o computador para acceder a internet y hacer uso de él en su vida cotidiana.

La Organización Mundial de la Salud [OMS, 2004] menciona respecto a la salud mental que se trata de:

un estado de bienestar por medio del cual los individuos reconocen sus habilidades, son capaces de hacer frente al estrés normal de la vida, trabajar de forma productiva y fructífera, y contribuir a sus comunidades [] se refiere a la posibilidad de acrecentar la competencia de los individuos y comunidades y permitirles alcanzar sus propios objetivos. (p. 7)

A partir de esta definición, el internet y los dispositivos tecnológicos que permiten su acceso, pueden ser beneficiosos para la salud mental, como por ejemplo, la posibilidad de comunicarnos con familiares, amigos u otras redes de apoyo, que por la distancia geográfica o costos de traslado sería difícil acercarnos físicamente; el acceso a información que facilita procesos de enseñanza-aprendizaje dentro del contexto educativo; o incluso, acceso a material audiovisual que contribuye a nuestro bienestar personal (música en Youtube, películas y documentales en Netflix, etcétera).

Pese a ello, hay varias investigaciones científicas que avalan el impacto negativo del uso de internet en la salud mental de las personas. En Estados Unidos, por ejemplo, Atwood, Beckert y Rhodes (2017) señalan la problemática del uso de dispositivos móviles y el aumento de *sexting* o acceso a pornografía, en adolescentes y cómo evidenciaban en su muestra objetivo, que aspectos como la religión o el vínculo parental podían contribuir a mitigar los comportamientos problemáticos relacionados con el uso de celular y tabletas. En Polonia, el estudio de Atroszko *et al.* (2018) relaciona algunos rasgos de personalidad asociados a la adicción a la red social Facebook específicamente. Entre ellos: mayor extraversión, narcisismo, ansiedad social y menor autoeficacia, son algunos de los factores de riesgo identificados por los investigadores como reconocibles en la muestra de estudiantes universitarios que participaron del mismo. Lee, Ho y Lwin (2017), por su parte, investigaron factores ambientales y antecedentes personales relacionados con el consumo de redes sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de Singapur, los resultados concluyen que las relaciones con padres y la autorregulación son importantes, tanto en la formación de identidad mediante redes sociales como el fortalecimiento de dicho hábito, respectivamente.

De manera específica, en países de habla hispana, investigaciones como la de Martín y Medina (2021) en España, con una muestra de 500 jóvenes entre 18 y 26 años, encontró que estos usan las redes sociales, especialmente Instagram y WhatsApp, por más de tres horas diarias, reportando tristeza, inseguridad y enfado al no recibir un “me gusta” en sus publicaciones y, pese a ello, no ajustar su comportamiento al respecto. Curiosamente, abordajes en México señalan resultados disímiles al respecto; por un lado, investigaciones como la de Amador-Ortiz (2021) exponen relaciones significativas entre la adicción a redes sociales y reprobación académica; en ese mismo sentido, Peña *et al.* (2019) encuentran una prevalencia del 92% de adicción moderada al uso redes sociales en estudiantes universitarios; pese a ello, García-Santillán (2020), aplicando el Test de Adicción a Internet propuesto por Young (1997), en 203 estudiantes entre los 14 y los 18 años, no encontró niveles de adicción altos, destacando un 78,6% como usuarios en un rango regular de uso del internet.

En Colombia, de manera particular, se han encontrado resultados similares a lo evidenciado en otras partes del mundo, identificando que la juventud dedica un tiempo considerable al uso de redes sociales e internet, y que esta problemática está asociada a factores como la somnolencia, trastornos de conducta alimentaria, depresión, funcionalidad familiar, estrés académico, dentro de otros. Incluso, se plantea la discusión en torno la adicción a redes y la autopercepción de un uso problemático de estas como categorías de análisis diferentes (Hanna *et al.*, 2020; Cañón *et al.*, 2016; Vega, Muñoz y Acevedo, 2021).

Griffith (2005), (citado por Shahnawaz y Rehman, 2020; Atroszko *et al.*, 2018), evidencia seis criterios enmarcados a saber dentro del comportamiento adictivo así: Prominencia (asociado a un rasgo dominante en la vida, que abarca pensamiento, emoción y conducta), Modificación de emociones (mediante el uso de redes sociales en este caso, se ve mejoría en el estado anímico), Síntomas de abstinencia (síntomas negativos ante la falta de uso de redes sociales), Conflicto (el uso de redes sociales genera conflictos en los diferentes entornos inmediatos) y Recaída (volver a su uso de manera excesiva después de periodos de intentar controlarlo).

Así entonces, se define la adicción a redes sociales como:

el uso excesivo de estas, el deseo insatisfecho de usarlas con el tiempo, descuidando actividades en el hogar, la escuela u otros áreas, debido a su uso excesivo, experimentando problemas físicos y emocionales si el uso de las redes sociales se detiene o reduce, igualmente, el uso de las redes sociales para comenzar a dañar las relaciones sociales y el uso de las redes sociales para escapar de las emociones negativas (Andreassen, Pallesen, S. y Griffiths, 2016, p. 289).

Es así como, se pretende indagar no solo aquellos factores psicológicos, emocionales y sociales alterados a causa del comportamiento adictivo a redes sociales, sino también, las manifestaciones de dichas afectaciones en un grupo heterogéneo de estudiantes de Psicología de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia, toda vez que características como el género, la edad y el estar en una relación de pareja o no, han evidenciado ciertas tendencias en otras investigaciones a nivel internacional.

Método

Participantes

En este estudio se incluyó a 111 estudiantes universitarios pertenecientes al programa de Psicología de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia (UNAD) ubicados en diversas ciudades de Colombia, abarcando desde el primer hasta el décimo semestre. La selección de la muestra se realizó de manera no aleatoria por conveniencia. En relación con las edades de los estudiantes, estas variaron desde los 15 hasta los 60 años, con una ligera mayoría del género femenino, representando un 77,4%, en comparación con un 20,6% de estudiantes de género masculino.

Instrumento

Para la investigación se desarrolló un cuestionario que consta de 34 enunciados diseñados para evaluar los factores que influyen en la presencia de comportamientos adictivos relacionados con el uso de redes sociales entre estudiantes universitarios. Cada enunciado se califica utilizando una escala tipo Likert que abarca las siguientes opciones: 1 = completamente en desacuerdo, 2 = en desacuerdo, 3 = neutral, 4 = de acuerdo y 5 = totalmente de acuerdo, en relación con cada afirmación. Además, este cuestionario se estructura en tres categorías principales y siete subcategorías de la siguiente manera: a) aspectos sociales (relaciones inter e intrapersonales), b) aspectos psicológicos (incluyendo baja autoestima, ansiedad y procrastinación académica) y c) aspectos emocionales (como la ira, la felicidad y la depresión).

Procedimiento

La elaboración de esta investigación se realizó en cinco fases: la primera, la construcción del marco de referencia; segunda, diseño de la prueba; tercera, validez de contenido; cuarta, prueba piloto y por último, validación psicométrica (Alfa de Cronbach y análisis de componentes principales con rotación Varimax).

Resultados

Se empleó el software estadístico SPSS versión 23 para llevar a cabo la evaluación de la confiabilidad del cuestionario, realizar un análisis factorial exploratorio (AFE) y examinar las matrices de correlaciones policóricas. El objetivo era identificar los factores predominantes relacionados con el comportamiento adictivo en el uso de redes sociales entre estudiantes.

El instrumento presenta un nivel de confiabilidad ($\alpha = .981$) que según George y Mallery (2003) considera un $\alpha > .900$ como excelente, lo que permite confirmar la alta consistencia interna de los datos que tiene el instrumento, por lo que se concluye que es viable y confiable. Posteriormente, se calculó la matriz de correlación para desarrollar el (AFE). Las tablas 1 y 2 muestran la matriz de correlaciones, lo que indica que es una base de datos apta para el análisis empírico.

Los coeficientes de correlación que se muestran en la tablas 1 y 2 se encuentran entre .302 y .920, lo que permite deducir que los coeficientes son estadísticamente significativos. Además, el valor cercano a cero del determinante proporciona una base para esta afirmación, considerando que el criterio teórico establece que el valor está entre 0 y 1 y cuanto más cerca esté de 0, mayor será la evidencia de un valor aceptable.

Tabla 1. Matriz de correlación (a)

	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	X11	X12	X13	X14	X15	X16	X17
X1	1	0,5	0,5	0,4	0,5	0,6	0,6	0,4	0,6	0,5	0,4	0,5	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4
X2		1	0,4	0,5	0,6	0,5	0,5	0,3*	0,4	0,3	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4
X3			1	0,5	0,7	0,6	0,6	0,5	0,6	0,4	0,6	0,6	0,6	0,5	0,6	0,6	0,6
X4				1	0,7	0,6	0,5	0,4	0,5	0,4	0,6	0,6	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5
X5					1	0,8	0,7	0,7	0,7	0,5	0,7	0,7	0,7	0,7	0,7	0,7	0,8
X6						1	0,8	0,7	0,7	0,6	0,7	0,7	0,7	0,6	0,6	0,7	0,7
X7							1	0,7	0,8	0,7	0,7	0,7	0,7	0,7	0,6	0,8	0,7
X8								1	0,7	0,6	0,6	0,7	0,6	0,6	0,3	0,6	0,6
X9									1	0,7	0,8	0,7	0,7	0,7	0,7	0,7	0,8
X10										1	0,7	0,6	0,6	0,5	0,6	0,5	0,5
X11											1	0,7	0,7	0,6	0,6	0,7	0,7
X12												1	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8
X13													1	0,7	0,9	0,8	0,8
X14														1	0,8	0,8	0,8
X15															1	0,9	0,8
X16																1	0,9
X17																	1

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 2. Matriz de correlación (b)

	X18	X19	X20	X21	X22	X23	X24	X25	X26	X27	X28	X29	X30	X31	X32	X33	X34
X18	1	0,8	0,9	0,5	0,8	0,8	0,7	0,7	0,8	0,7	0,7	0,7	0,7	0,7	0,7	0,6	0,7
X19		1	0,8	0,5	0,8	0,7	0,7	0,7	0,8	0,7	0,7	0,7	0,8	0,8	0,8	0,7	0,7
X20			1	0,5	0,8	0,8	0,8	0,7	0,8	0,7	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8
X21				1	0,6	0,6	0,6	0,6	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5
X22					1	0,9	0,9	0,9	0,9	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	0,9	0,8	0,8
X23						1	0,8	0,9	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	0,7	0,8
X24							1	0,9	0,9	0,7	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8
X25								1	0,8	0,7	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	0,7	0,7
X26									1	0,8	0,8	0,9	0,8	0,9	0,8	0,8	0,8
X27										1	0,81	0,7	0,69	0,7	0,7	0,7	0,7
X28											1	0,8	0,77	0,8	0,8	0,8	0,8
X29												1	0,9	0,9	0,9	0,9	0,9
X30													1	0,95*	0,9	0,8	0,9
X31														1	0,9	0,8	0,9
X32															1	0,8	0,9
X33																1	0,8
X34																	1

Fuente: Elaboración propia.

Una vez verificada la matriz de correlación, el siguiente paso fue calcular la prueba de esfericidad de KMO y Bartlett. Los resultados obtenidos fueron el coeficiente Kayser-Meyer-Olkin ($KMO = .926$, $p = .000$), valores significativos que permiten realizar el análisis factorial exploratorio. Se identificaron tres componentes consistentes que explican el 75,42% de la varianza (Factor 1 = 63,62%, Factor 2 = 8,57%, y Factor 3 = 3,22%, respectivamente). El gráfico de sedimentación (figura 1) muestra, a partir del ACP, que el instrumento es unidimensional, lo anterior debido a que el primer componente explica el 63,62% de

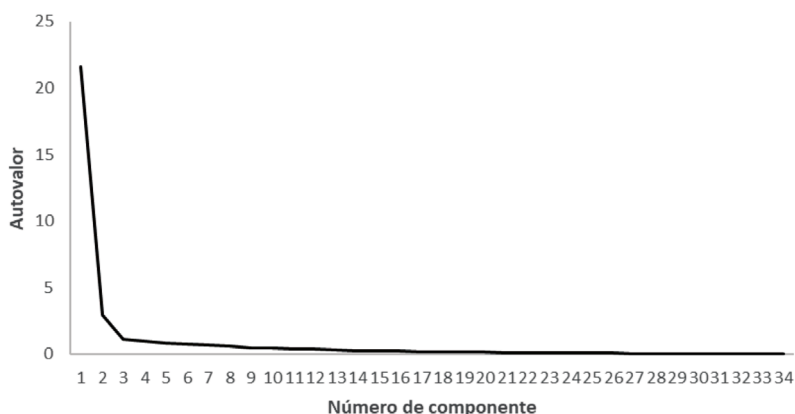
la varianza, criterio que resulta significativo según lo propuesto por Mendoza y Garza (2009). Podemos añadir que los factores destacados en el ACP concuerdan con la revisión de la literatura en la construcción del instrumento. Las tendencias halladas se describen a continuación:

El primer factor está conformado por 22 ítems que en su gran mayoría explican la cantidad de varianza total (63,62%). Los ítems de este factor corresponden conceptualmente a: baja autoestima, ansiedad, procrastinación, ira, felicidad y depresión. Este factor ha sido denominado “vulnerabilidad psicológica y emocional”. Incluye los ítems 7, 9, 9, 12, 13, 14, 15, 16 al 34.

El segundo factor (8,57%) comprende 15 ítems, que corresponden a interacciones recíprocas que se producen entre dos o más personas mediante el uso de la comunicación desde la cual se comparten posturas y formas de interpretar las realidades y la baja valoración que una persona siente hacia sí misma y hacia lo que es capaz de hacer. El factor ha sido denominado “falta de relacionamiento y baja autoestima”. Este incluye los ítems 1, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16 y 33.

El tercer factor explicó el 3,22% constituido por 13 ítems, que se relacionan con las interconexiones que se dan entre las personas, a través de las cuales se intercambian formas de sentir, necesidades, intereses y afecto. El factor ha sido denominado “Cohesión familiar y social” (tabla 3). Incluye los ítems 2, 3, 4, 5, 6, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18 y 19.

Figura 1. Gráfico de sedimentación para los 34 ítems



Fuente: Elaboración propia.

Tabla 3. Matriz de componente rotado

Pregunta	Componente		
	1	2	3
X1		0,697	
X2			0,649
X3		0,429	0,567
X4		0,468	0,487
X5		0,509	0,655
X6		0,705	0,433
X7	0,412	0,736	
X8	0,461	0,576	
X9	0,435	0,673	
X10		0,788	
X11		0,661	
X12	0,528	0,462	0,524
X13	0,434	0,412	0,613
X14	0,478		0,622
X15	0,584		0,635
X16	0,634	0,429	0,5
X17	0,633		0,579
X18	0,721		0,548
X19	0,724		0,421
X20	0,772		
X21	0,508		
X22	0,82		
X23	0,775		
X24	0,822		
X25	0,783		
X26	0,856		
X27	0,711		
X28	0,795		
X29	0,9		
X30	0,909		
X31	0,907		
X32	0,872		
X33	0,812	0,443	
X34	0,868		

Nota. La tabla muestra tres factores extraídos con el método de rotación Varimax se encuentran los ítems que los componen.

Fuente: Elaboración propia.

Discusión y conclusiones

Este estudio revela una sólida coherencia interna, lo que respalda las tendencias identificadas en la revisión de la literatura. Los factores explorados a través del análisis de componentes principales (ACP) concuerdan con las pautas señaladas por los teóricos, ya que para determinar la adicción a una actividad en las personas, algunos indicadores incluyen la pérdida de control sobre dicha actividad y la repetición de esta a pesar de sus consecuencias adversas. Cuando ambos criterios se cumplen, se sugiere la existencia de una adicción a las redes sociales.

En el análisis psicométrico, se identificó el primer factor como la “vulnerabilidad psicológica y emocional”, con la procrastinación como un subfactor determinante en la adicción a las redes sociales. La procrastinación se convierte en un problema que afecta la salud mental de los estudiantes, en gran parte debido a una gestión inadecuada del tiempo. Esto sucede cuando los estudiantes tienden a sobreestimar el tiempo disponible para realizar una tarea académica o subestiman el tiempo necesario según sus propios recursos. En este contexto, se establece una relación entre niveles más altos de adicción a las redes sociales y niveles más elevados de procrastinación académica, y viceversa, como se señaló en el estudio de Núñez Guzmán y Cisneros Chaves (2019). Sin lugar a duda, esta relación tiene un impacto negativo en el rendimiento académico, ya que los estudiantes posponen o evitan sus responsabilidades académicas, lo que puede resultar en la pérdida de materias, repeticiones o incluso la deserción universitaria, como señaló Amador-Ortiz en 2021.

Dentro de este primer factor, llama también la atención, la asociación de la felicidad y la adicción a redes sociales, pues si bien hay varios estudios enfocados en afecto negativo y comportamiento adictivo (Atroszko *et al.*, 2018; Fateme *et al.*, 2020), son escasos aquellos que relacionan ambos factores. La felicidad, entendida por los filósofos griegos como una virtud relacionada con la aceptación de las cosas que van sucediendo en la vida a medida que aparecen, como el disfrute y ausencia de dolor, incorpora dimensiones tanto afectivas como cognitivas en su concepto (Pena-López, Runbo y López-Bermúdez, 2021), y en este caso, aparece como un factor importante dentro de la adicción a las redes sociales. Las investigaciones al respecto encuentran que, a menores niveles de felicidad, mayores niveles de adicción a redes sociales (Balci, & Kocak, 2017; Cayirli, 2017; Longstreet, & Brooks, 2017; Rooij, Ferguson, Mheen, & Schoenmakers, 2017; citados por Ciplak, 2020). Desde lo anterior, propuestas de promoción de salud mental enfocadas en mejorar niveles de felicidad en población en riesgo de adicción a redes sociales, pueden contribuir a disminuir esta problemática.

En la actualidad, las escalas existentes evalúan la impulsividad que se relaciona con la ansiedad en lo que respecta al tiempo que pasan en línea los adolescentes (Savci, Er-cengiz, & Aysan, 2018) pero no de manera separada. De acuerdo con algunos estudios, el comportamiento adictivo asociado a la ansiedad se produce por evitación, es decir, más allá de la búsqueda de una gratificación adicional, se actúa para reducir los niveles de ansiedad que genera la incapacidad para usar las redes sociales. “Estos dos mecanismos psicológicos (placer-repetición / displacer-evitación) nos permiten entender que este fenómeno puede ser definido como una adicción en toda regla” (Ecurra y Salas, 2014, p. 74).

Por otra parte, la depresión también presenta un resultado importante en este estudio y en la escala, al evidenciar concordancia con estudios realizados por Lozano y Cortés (2020). Al respecto, se encontró una correlación positiva y altamente significativa entre la depresión y el uso frecuente del internet, estableciendo además que los hombres presentan mayor posibilidad de desarrollar síntomas depresivos que las mujeres; igualmente Padilla y Ortega (2017) confirmaron que estudiantes entre 17 y 24 años que presentaron sintomatología depresiva, mostraron mayor tendencia al uso de redes sociales en un nivel patológico.

En múltiples ocasiones la ira es equiparada a la ansiedad, sin embargo, si bien ambas son respuestas a un entorno hostil, la ira de manera específica se ha caracterizado por un determinante claro en el entorno que la ocasiona. A manera de protección, el cuerpo se prepara frente a la situación inesperada que genera malestar y es así como la ansiedad y la ira se manifiestan, bien sea de modo aislado o una tras la otra. Se ha encontrado que un uso problemático de internet, redes sociales y juego genera problemas en el sueño, hábitos alimenticios, baja motivación, bajo rendimiento académico, mayor propensión a conflictos domésticos y dificultades de afrontamiento de emociones negativas como la agresión, aburrimiento, ira y ansiedad, dentro de otros aspectos (Ghosh *et al.*, 2020; Lee, 2020; Oliviero *et al.*, 2021; citados por Sümen, & Evgin, 2021).

Por su parte, el segundo factor identificado en el análisis psicométrico, relacionado con las relaciones interpersonales y la autoestima, coincide con lo encontrado en investigaciones similares donde circunstancias como el aislamiento social, problemas en las relaciones con otros que impiden establecer relaciones de confianza, creencias, atribuciones y pensamientos automáticos que evidencian una baja autoestima, están correlacionados de manera negativa con la adicción a redes sociales (Servidio *et al.*, 2019; Andreassen *et al.*, 2016). Si bien, se trata de factores evidentes, permiten enfocar acciones terapéuticas desde aproximaciones sistémicas centradas en el fortalecimiento de redes de apoyo saludables y significativas.

Por último, el tercer factor resultante del análisis de componentes principales (ACP), denominado “Cohesión familiar y social”, está estrechamente vinculado a la adicción a las redes sociales. Esto se debe a que, si una persona proviene de una familia con baja cohesión familiar, caracterizada por dificultades en la comunicación, conflictos internos y falta de atención de los miembros, junto con disfunción familiar que incluye violencia, discordia y la separación de los padres, es más probable que los hijos desarrollen una tendencia al uso excesivo de las redes sociales, lo que a su vez se traduce en adicción, y tiene repercusiones negativas en la satisfacción familiar.

En lo que respecta a la cohesión social, aunque estar conectado a las redes sociales aumenta la frecuencia de comunicación y las interacciones sociales, también está relacionado con efectos adversos, como la reducción de otras actividades cotidianas debido a la conexión constante, la pérdida de control sobre el tiempo invertido en línea, sentimientos de culpa y una percepción distorsionada del tiempo. Además, puede llevar a la pérdida de productividad en el trabajo o el estudio, factores que sin duda contribuyen a la adicción a las redes sociales, como se señaló en el estudio de Marín-Cipriano en 2018.

Es relevante destacar, haciendo referencia a Malo-Cerrato, Martín-Perpiña y Viñas-Poch (2018), que establecer reglas, restricciones o estrategias de mediación se asocia con un menor riesgo en línea. Sin embargo, estas medidas pueden limitar la exploración, el aprendizaje y el desarrollo de la resiliencia de los niños en el entorno digital, lo que, a su vez, puede dificultar el aprovechamiento de las oportunidades en el mundo digital.

Dentro de las limitaciones de esta investigación, es necesario focalizar en intervenciones individuales que permitan reconocer las similitudes y diferencias a nivel individual respecto a la problemática de adicción a redes sociales y su impacto con relación a otras variables de salud mental (Masyn, 2013; citado por Cerniglia *et al.*, 2019). Si bien se ha investigado este fenómeno en las últimas décadas, es necesario profundizar en aspectos socio-culturales propios de cada región, que permitan tratamientos y estrategias de prevención, acordes a cada una de estas realidades. Otro elemento importante para tener en cuenta es la muestra participante, requiriendo en futuras investigaciones contar con muestras estadísticamente más representativas que permitan una generalización amplia de la población universitaria y su uso de redes sociales. Adicionalmente, resultaría interesante analizar en futuras investigaciones, cómo otros factores como los rasgos de personalidad, la espiritualidad y la autoeficacia, se relacionan con el comportamiento adictivo a redes sociales (Atroszko *et al.*, 2018; Atwood Beckert, & Rhodes, 2017; Amador-Ortiz, 2021).

En conclusión, la disfuncionalidad familiar, baja cohesión familiar, procrastinación académica hacen más proclive la aparición de la conducta adictiva a redes sociales en jóvenes universitarios. Es importante seguir indagando sobre los factores que prevalecen en el comportamiento adictivo a estas, ya que su uso se ha convertido en un asunto relevante en nuestra vida cotidiana, lo que resulta en un aumento de riesgo psicosocial ante el uso excesivo de las redes.

Referencias

- Amador-Ortiz, C. M. (2021). Influencia de la adicción a las redes sociales en la reprobación escolar de estudiantes de nivel licenciatura. *CienciaUAT*, *16*(1), 62-72. <https://doi.org/10.29059/cienciauat.v16i1.1510>
- Andreassen, C. S., Pallesen, S., & Griffiths, M. D. (2016). 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>
- Atroszko, P. A., Balcerowska, J. M., Bereznowski, P., Biernatowska, A., Pallesen, S., & Andreassen, C. S. (2018). Facebook addiction among Polish undergraduate students: Validity of measurement and relationship with personality and well-being. *Computers in Human Behavior*, *85*, 329-338. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.04.001>
- Atwood, R. M., Beckert, T. E., & Rhodes, M. R. (2017). Adolescent Problematic Digital Behaviors Associated with Mobile Devices. *North American Journal of Psychology*, *19*(3), 659. <https://link.gale.com/apps/doc/A517879274/AONE?u=anon~a9800094&sid=googleScholar&xid=81482f69>
- Cañón, S., Castaño, J., Hoyos, D., Jaramillo, J., Leal, D., Rincón, R., Sánchez, E. y Urueña, L. (2016). Uso de internet y su relación con la salud en estudiantes universitarios den la ciudad de Manizales (Caldas-Colombia), 2015-2016. *Archivos de Medicina*, *16*(2), 312-325. <https://doi.org/10.30554/archmed.16.2.1735.2016>
- Cerniglia, L., Griffiths, M. D., Cimino, S., De Palo, V., Monacis, L., Sinatra, M., & Tambelli, R. (2019). A latent profile approach for the study of internet gaming disorder, social media addiction, and psychopathology in a normative sample of adolescents. *Psychology research and behavior management*, *12*, 651-659. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S211873>

- Ciplak, E. (2020). Variables predicting social media addiction: Narcissism, happiness, and average weekly time spent on social media. *International Online Journal of Educational Sciences*, 12(5), 48-58. <https://doi.org/10.15345/iojes.2020.05.005>
- DataReportal. (enero, 2021). *Global digital overview — DataReportal – Global digital insights*. <https://datareportal.com/global-digital-overview/>
- Escurra, M, y Salas, E. (2014). Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). *Liberabit. Revista de Psicología*, 20(1), 73-91. <https://www.redalyc.org/pdf/686/68631260007.pdf>
- García-Santillán, A. (2020). Addiction towards internet: empirical evidence in high school students: a parametric analysis. *Journal of Psychology and Educational Research*. 29 (1) 97-124. http://www.marianjournals.com/files/JPER_articles/JPER_28_1_2020/GS.pdf
- Hanna Lavalle, M. I., Ocampo Rivero, M. M., Janna Lavalle, N. M., Mena Gutiérrez,
- Hosseini, F., Vatanparast, M. A., Hosseinzadeh, S., & Rabani, M. (2020). Psychometric evaluation of Bergen Facebook Addiction Scale (BFAS) among Iranian adolescents. *Journal of Human Behavior in the Social Environment*, 30(7), 881-891. <https://doi.org/10.1080/10911359.2020.1763227>
- Internet World Stats. (2021). *World internet users statistics and 2021 world population stats*. <https://www.internetworldstats.com/stats.htm>
- Lee, E. W. J., Ho, S. S., & Lwin, M. O. (2017). Explicating problematic social network sites use: A review of concepts, theoretical frameworks, and future directions for communication theorizing. *New Media & Society*, 19(2), 308–326. <https://doi.org/10.1177/1461444816671891>
- Lozano Blasco, R. y Cortés Pascual, A. (2020). Usos problemáticos de Internet y depresión en adolescentes: Meta-análisis. *Revista Científica de Educomunicación*, XXVIII (63), 109–119. <https://doi.org/10.3916/C63-2020-10>
- M. C. y Torreglosa Portillo, L. D. (2020). Redes sociales y calidad de vida relacionada con la salud en estudiantes universitarios. *Revista Cuidarte*, 11(1), e953. <https://doi.org/10.15649/cuidarte.953>

- Malo-Cerrato, S., Martín-Perpiñá, M. M. y Viñas-Poch, F. (2018). Uso excesivo de redes sociales: Perfil psicosocial de adolescentes españoles. *Revista Científica de Educación*, 26(56), 101–109. <https://doi.org/10.3916/C56-2018-10>
- Marín-Cipriano, C. (2018). Adicción a internet y funcionalidad familiar en universitarios de Lima Norte. *Casus*, 3(1), 1–8. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6538963>
- Martín Critikián, D. y Medina Núñez, M. (2021). Redes sociales y la adicción al like de la generación z. *Revista de Comunicación y Salud* 11, 55-76. <https://doi.org/10.35669/rcys.2021.11.e281>
- Mendoza, J. y Garza, J. (2020). La medición en el proceso de investigación científica: evaluación de la validez de contenido y confiabilidad. *Innovaciones de negocios* 6(1), 17-32. <https://doi.org/10.29105/rinn6.11-2>
- Núñez Guzmán, R. L. y Cisneros Chaves, B. C. (2019). Adicción a Redes Sociales y Procrastinación Académica en Estudiantes Universitarios. *Nuevas Ideas en Informática Educativa*, 15, 114-120. http://www.tise.cl/Volumen15/TISE2019/TISE_2019_paper_83.pdf
- OMS. (2004). *Invertir en salud mental*. https://www.who.int/mental_health/advocacy/en/spanish_final.pdf
- Padilla, L. y Ortega, J. (2017). Adicción a las redes sociales y sintomatología depresiva en universitarios. *Casus*, 2(1), 47-53. <https://doi.org/10.35626/casus.1.2017.31>
- Pena-López, A., Rungo, P., & López-Bermúdez, B. (2021). The “Efficiency” Effect of Conceptual Referents on the Generation of Happiness: A Cross-National Analysis. *Journal of Happiness Studies*. 22, 2457–2483. <https://doi.org/10.1007/s10902-020-00328-3>
- Peña G., Ley, S., Castro, J., Madrid González, P., Apodaca Castro, F. y Aceves Márquez, E. (2019). Predominio de las TIC y adicción a las redes sociales en estudiantes universitarios del área de salud. *Revista de Investigación en Tecnologías de la Información*, 7(13), 83-91. <https://www.riti.es/ojs2018/inicio/index.php/riti/article/view/157>
- Servidio, R., Francés, F. C., & Bertucci, A. (2019). Assessing the psychometric properties of the Internet Abusive Use Questionnaire in Italian university students. *Swiss Journal of Psychology*, 78(3-4), 91–100. <https://doi.org/10.1024/1421-0185/a000226>
- Shahnawaz, M., & Rehman, U. (2020). Social Networking Addiction Scale. *Cogent Psychology*, 7(1). <https://doi.org/10.1080/23311908.2020.1832032>

Sümen, A., & Evgin, D. (2021). Social Media Addiction in High School Students: A Cross-Sectional Study Examining Its Relationship with Sleep Quality and Psychological Problems. *Child Indicators Research*, 14, 2265-2283. <https://doi.org/10.1007/s12187-021-09838-9>

Sun, Y., & Zhang, Y. (2021). A review of theories and models applied in studies of social media addiction and implications for future research. *Addictive Behaviors*, 114. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106699>

Vega, E., Muñoz, J. y Acevedo, S. (2021). Uso problemático de internet por estudiantes universitarios de Colombia. *Digital Education Review*, 39. <https://doi.org/10.1344/der.2021.39.121-140>



Dentro de las limitaciones de esta investigación, es necesario focalizar en intervenciones individuales que permitan reconocer las similitudes y diferencias a nivel individual respecto a la problemática de adicción a redes sociales y su impacto...