

# Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de secundaria

*Social Networking Addiction and Social Skills in Secondary School Students*

**Dessiré I. Agreda**

Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas, Lima, Perú

 <https://orcid.org/0000-0001-7929-4352>

**Edwin S. Salas-Blas\***

Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas, Lima, Perú

 <https://orcid.org/0000-0002-0625-0313>

Recibido: 05/11/2024

Revisado: 22/01/2025

Aceptado: 26/02/2025

Publicado: 14/04/2025



Este artículo se distribuye bajo una licencia CC BY-NC-ND 4.0 International (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0>)

## \*Correspondencia:

Correo electrónico: [e.salasb@hotmail.com](mailto:e.salasb@hotmail.com); [edwin.salas@upc.pe](mailto:edwin.salas@upc.pe)

## Cómo citar:

Agreda, D. & Salas-Blas, E. (2024). Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de secundaria. *Propósitos y Representaciones*, 12, e2023, 1-19. <https://doi.org/10.20511/pyr2024.v12.2023>

## Resumen

Existe discusión sobre la posibilidad de predecir y controlar las adicciones interviniendo las habilidades sociales, los resultados hallados antes son contradictorios, en este estudio, se relacionó adicción a redes sociales y habilidades sociales en términos predictivos. Se trabajó con una muestra no probabilística de 142 estudiantes de nivel secundario residentes en Tacna-Perú, de 14 a 17 años de edad, a quienes se les aplicaron el cuestionario de adicción a redes sociales y el cuestionario de habilidades sociales de Goldstein. Se encontró correlación negativa de tamaño pequeño entre las dimensiones de ambos instrumentos; el análisis de regresión permitió identificar que obsesión por las redes sociales predijo débilmente cambios en las habilidades de comunicación, alternativas a la violencia y proamicales; y que la dimensión de habilidades proamicales ejerce influencia sobre obsesión por las redes sociales y falta de control; el análisis comparativo encontró que quienes usan más frecuentemente las RS tienen más probabilidad de desarrollar una adicción; por otro lado, tanto en el cuestionario de adicción a redes sociales como en el de las habilidades sociales, hombres y mujeres no tienen diferencias, tampoco comparando los datos por el nivel de estudios. Se concluye que, a mayores niveles de adicción a redes sociales se encuentran menores habilidades sociales; y que a mayor cantidad de tiempo de uso de las redes sociales existe más probabilidad de adicción; el análisis predictivo realizado muestra efectos débiles. Los datos hallados pueden ser utilizados para el diseño de programas preventivos.

**Palabras claves:** Adicciones comportamentales; Adicción a redes sociales; Habilidades sociales; Estudiantes de secundaria.

## Summary

*There is discussion about the possibility of predicting and controlling addictions by intervening in social skills; the results found before are contradictory. In this study, addiction to social networks and social skill were related in predictive terms. A non-probabilistic sample of 142 high school students residing in Tacna-Peru, aged 14 to 17, was used. They were given the social network addiction questionnaire and the Goldstein social skills questionnaire. A small negative correlation was found between the dimensions of both instruments; the regression analysis allowed to identify that obsession with social networks weakly predicted changes in communication skills, alternatives to violence and pro-friendliness; and that the pro-friendliness dimension exerts influence on obsession with social networks and lack of control; the comparative analysis found that those who use social networks more frequently are more likely to develop an addiction. On the other hand, in both the social media addiction questionnaire and the social skills questionnaire, men and women do not have differences, even when comparing the data by level of education. It is concluded that, at higher levels of addiction to social networks, there are lower social skills; and that the greater the amount of time spent using social networks, the greater the probability of addiction; the predictive analysis carried out shows weak effects. The data found can be used for the design of preventive programs.*

**Keywords:** Behavioral addictions; Social network addiction; Social skills; Secondary school students.

## INTRODUCCIÓN

Desde inicios de siglo, se ha incrementado notoriamente la cantidad de personas que se conectan a internet y a redes sociales [RS]; entre otras razones, porque el avance tecnológico ha hecho más amigable y fácil su acceso y paralelamente, están más al alcance de la población. Según Marciano et al. (2022), la pandemia ha ocasionado un crecimiento aún más acelerado.

Según datos publicados por *Statista Research Department (2023)*, a nivel global utilizan internet alrededor de 5,400 millones de personas, de ellos, 5,174 (97%) millones usan redes sociales [RS]. En la misma fuente se encuentra que en Latinoamérica los países cuyas poblaciones usan más las RS son Chile (77.4%), Antigua y Barbuda (77.2%), Costa Rica (73.8%) y Uruguay (73%); el 69.7 % de la población peruana usa RS. Según el Instituto Nacional de Estadística e Informática [INEI] (2022) el 77.3% de los peruanos mayores de seis años accedió a internet en 2023, los mayores usuarios son jóvenes de 19 a 24 años (95,3%), seguido por el 90,8% de 25 a 40 años y por el 89,8% de 12 a 18 años de edad.

Los motivos por los que usan la red son de tipo recreativo y en su mayoría usan el smartphone (Salas-Blas, 2019; 2022), que facilita el acceso anónimo y genera intimidad, estimulación, al mismo tiempo que favorece la posibilidad de conocer en tiempo real lo que sucede en el mundo, construir una identidad deseada e incrementar su red de contactos (Chóliz & Villanueva, 2011; Cueto et al., 2020; Gao et al., 2023).

Las RS son benéficas, aunque el uso inadecuado podría entrañar riesgos (Chóliz, 2016; Dong et al., 2020; Malo-Cerrato et al., 2018; Matute, 2016). Entre algunos riesgos reportados, se encuentran las adicciones, que han sido asociadas a diferentes aspectos problemáticos, como: la pérdida de capacidad para reflexionar (Castro & de la Villa, 2017), incapacidad para controlar los impulsos (Marciano et al., 2022; Zahrai et al., 2022), inhabilidad social (Arab & Díaz, 2015; Cabero et al., 2020; Fernández et al., 2020; Valle, 2022), actitudes negativas, problemas para comunicarse y en la capacidad mnémica (Álvarez & Moral, 2020; Díaz-Vicario et al., 2019; Zegarra & Cuba, 2017), sentimientos de soledad (Vieira, et al., 2022), problemas de interacción con el entorno social, falsa identidad (Echeburúa & De Corral, 2010; Miranda et al., 2022); y, con otros problemas de naturaleza más patológica como depresión y dificultades de control emocional (Appel et al., 2020; Mairal et al., 2021; Pomalima, 2016).

Estos riesgos se maximizan entre los menores de edad, debido a las condiciones de su propio desarrollo, a la poca interacción presencial y a la ausencia de adultos que orienten su uso adecuado (Sharma & Sharma, 2018; Salas-Blas, 2019). Algunos investigadores sostienen que las medidas tomadas para controlar la pandemia limitaron la interacción directa de las personas, incluso en el interior de los hogares e incrementaron el uso de las RS para interactuar y también como instrumento recreativo (Gómez, 2020; Lovón & Chegne, 2021; Lozano-Blasco et al., 2021; Marciano et al., 2022; Saggiaro de Figueiredo et al., 2021; Tejada et al., 2019).

En la literatura sobre el tema, existe discusión acerca de las adicciones comportamentales y específicamente a internet y RS. Chóliz (2016) clasifica dos tipos de estudiosos del tema: un grupo postula que la adicción a estas tecnologías no existe y que las características de estos fenómenos no

coinciden con las de las adicciones a sustancias; argumento respaldado por la ausencia de estas patologías en los manuales de diagnóstico (DSM y CIE) (Carbonell & Oberts, 2015; Fernández, 2013; Matute, 2016). Por otro lado, otro grupo sostiene que estas adicciones son hechos reales y que los síntomas que desarrollan los adictos a estos hechos son semejantes a los que se encuentran entre los adictos a sustancias (aunque tienen menor magnitud), estas características se pueden observar a nivel comportamental y del funcionamiento del cerebro (Chóliz, 2016; Echeburúa & Requesens, 2012).

Las características que distinguen las adicciones a las RS tienen que ver con sentimientos, pensamientos y conductas de los adolescentes, cuando desarrollan esta actividad, como por ejemplo: requieren de más tiempo para estar conectados a las RS; sus estados emocionales se alteran, sobre todo al interrumpirse el uso de las RS; desarrollan dificultades interpersonales con el entorno (amigos y familia); niegan que el uso excesivo pueda generarles consecuencias nocivas y priorizan la conexión a las RS frente a otras actividades (Fernández, 2013; Jasso et al., 2017); también tienen recaídas cuando intentan dejar de usar las RS; además, de las sensaciones de malestar y síntomas relacionados a la ansiedad, estrés y depresión; que conducen a una alta predisposición psicopatológica (Baños, 2020; Marciano et al., 2022).

Escurrea y Salas (2014) construyeron y validaron el cuestionario de adicción a redes sociales (ARS), usaron los indicadores del Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales [DSM-IV] para las adicciones a sustancias (Asociación Americana de Psicología [APA], 2008); usando el análisis factorial encontraron una estructura interna de tres factores: (a) obsesión por las RS: pensar constantemente en ellas, compromiso mental, ansiedad cuando no tienen acceso a la red (b) falta de control personal en el uso de las RS, impulsividad, descuido de tareas y actividades escolares, y, (c) uso excesivo de las RS que se refiere al tiempo de uso y la incapacidad para controlar el tiempo que dedican a estas actividades.

Entre los resultados de los antecedentes que compararon el ARS a través del sexo, son contradictorios; algunos dan cuenta de que los mayores usuarios y adictos de estas tecnologías son los varones (Aznar-Díaz et al., 2020; Kirkaburun & Griffiths, 2018; Salas & Escurrea, 2014); otros reportaron que las mujeres usan las RS más que los varones (Castillo & Ruiz-Olivares, 2019; Chóliz & Villanueva, 2011; Lechuga et al., 2017; Salas-Blas, 2019).

Acerca de para qué se usa las RS, algunos encontraron que los hombres lo usan para entretenerse con videojuegos (Vink et al., 2015), mientras que las mujeres lo hacen para interrelacionarse. Se ha hallado también, que los niveles de adicción son más frecuentes en adolescentes (Chóliz & Villanueva, 2011; Kuss & Griffiths, 2017).

Katz et al. (1985) propuso la teoría de usos y gratificaciones, consideró cinco tipos de necesidades: las necesidades cognitivas: búsqueda y adquisición de información, conocimiento y comprensión; las necesidades afectivas: búsqueda de emoción, placer y expresión de sentimientos; las necesidades personales de integración: búsqueda de credibilidad, estabilidad y status; las necesidades sociales de integración: búsqueda de interacción con la familia y amigos; y, las necesidades de liberación de tensiones: conductas de escape (evitación) y de tipo recreativo, útiles para la diversión o relajación (Kuss & Griffiths, 2017; Martínez et al., 2013; Tarullo, 2020).

Las habilidades sociales [HS] no tienen definición unívoca, las teorías existentes se refieren a comportamientos, emociones y conducta social (Vived, 2011). Goldstein (1989), refirió que ellas son comportamientos habituales, usadas por las personas para relacionarse; estas conductas son aprendidas por modelaje social. Tomás y Lescano (2003) consideraron que las habilidades sociales poseen ocho dimensiones: (a) habilidades frente al estrés: la capacidad para afrontar las presiones ambientales; (b) habilidades de comunicación: capacidad para recibir y transmitir las ideas con precisión; (c) habilidades de planificación, capacidad para anticipar organizadamente los hechos; (d) habilidades prosociales: consolidar relaciones con el entorno; (e) habilidades alternativas a la violencia: evita sufrir o ejercer acciones violentas; (f) habilidades relacionadas con los sentimientos: permiten la expresión y comprensión los diferentes estados de ánimo propios y ajenos; (g) habilidades proamicales: relacionadas con los círculos más cercanos, como los amigos; y, (h) habilidades frente a la ansiedad: que permite controlar sentimientos como la vergüenza, el miedo, el desprecio, etc.

Algunas investigaciones que relacionaron adicción a internet y RS con HS encontraron que a mayores puntuaciones en ARS existía mayor dificultad para desplegar comportamientos socialmente hábiles (Estrada et al., 2020; Estrada et al., 2021; Klimenko et al., 2021). Del mismo modo, Pérez et al. (2019), encontraron que el 75.4% de los participantes de su estudio, estaban solos al usar las redes y limitaban sus relaciones interpersonales con la familia y los amigos. Lozano-Blasco et al. (2021) durante el contexto del COVID-19, encontraron que existía una relación inversa entre adicción a las RS y las capacidades de empatía, (elemento importante de las HS), sobre todo, cuando se trataba de entender las emociones de otras personas.

Este estudio es relevante porque permite discutir del valor que tienen las HS en la predicción y control de las adicciones a RS, los datos podrían ser usados en el desarrollo de programas preventivos y de intervención de las adicciones comportamentales. Asimismo, tiene valor social, por cuanto ambas variables estudiadas están relacionadas con problemas sociales importantes en nuestra sociedad actual.

Se relacionó adicción a las RS y habilidades sociales entre alumnos tacneños de secundaria, en el contexto de la pandemia por COVID 19; específicamente se buscó comparar los resultados del ARS y las HE según el sexo, el nivel de estudios y la frecuencia de uso de las redes. Igualmente, se buscó describir los medios de conexión empleados, las RS utilizadas, la frecuencia de uso, la cantidad de contactos que conocían en persona, el tipo de datos consignados en las RS y los motivos por el cual accedían a las mismas.

## MÉTODO

### Diseño

El estudio fue transversal, se usó la estrategia asociativa y diseño predictivo correlacional, complementado por un análisis de regresión lineal y comparativo no causal (Ato et al., 2013).

## Participantes

Los datos se extrajeron de 142 alumnos secundarios de la región Tacna, que se encontraban entre el tercero y quinto nivel de estudios, entre los 14 a 17 años ( $M = 15.5$ ,  $DE = 0.9$ ), todos ellos manifestaron que usaban RS; el 52% fueron mujeres, se utilizó un muestreo no probabilístico por conveniencia (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018). El tamaño de la muestra se calculó con el programa G\*Power versión 3, se hizo un análisis a priori, poniendo a prueba una hipótesis correlacional bivariada (2 colas), con significancia de .05, potencia estadística de .95 (García-García et al., 2013), se consideró el valor medio de los resultados obtenidos en estudios antecedentes (-.313) (Domínguez-Vergara & Ybañez-Carranza, 2016; Estrada et al., 2021; Mejía et al., 2014), que determinó una muestra mínima de 126 participantes.

## Instrumentos

### *Ficha sociodemográfica.*

Se recolectó información sobre: edad, sexo, redes sociales que utilizaban, lugar donde hacían uso de las RS, frecuencia de conexión, la cantidad de contactos conocidos en persona, si consignaban datos verdaderos en sus perfiles, y, el motivo por el que accedían a ellas.

### *Cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS).*

Construido y validado por Ecurra y Salas-Blas (2014) con la finalidad de evaluar los niveles de adicción a las redes sociales en jóvenes universitarios peruanos, posee 24 ítems tipo Likert, con un rango de respuestas de 0 = nunca a 4 = siempre; su estructura interna tiene tres factores: 1) Obsesión por las RS, (ítems 2, 3, 5, 6, 7, 13, 15, 19, 22, 23); 2) Falta de control personal en el uso de las RS, (ítems 4, 11, 12, 14, 20, 24); y, 3) Uso excesivo de las RS, (ítems 1, 8, 9, 10, 16, 17, 18, 21). Los datos fueron sometidos a un análisis factorial exploratorio [AFE], luego a un análisis factorial confirmatorio [AFC]; los tres factores explicaron el 57.49% de la varianza total y correlacionaron de manera significativa. Los datos de la confiabilidad que hallaron resultaron adecuados.

En el presente estudio, se encontró que la confiabilidad tenía valores adecuados, entre 0.83 y 0.86, la confiabilidad de la escala total fue de 0.90.

### *Cuestionario de habilidades sociales de Goldstein – Adaptada en Perú por Tomás y Lescano.*

Elaborado por Goldstein en 1989 y adaptado para adolescentes peruanos por Tomás y Lescano (2003); está compuesto por 47 ítems distribuidos en ocho dimensiones: 1) habilidades frente al estrés, (ítems 27, 32, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 44), 2) habilidades de comunicación, (ítems 1, 4, 5, 9, 10, 11, 12, 22), 3) habilidades de planificación (ítems 43, 45, 46, 47, 48, 49), 4) habilidades prosociales, (ítems 13, 23, 24, 33), 5) habilidades alternativas a la violencia (ítems 25, 26, 28, 29, 30, 31), 6) habilidades relacionadas con los sentimientos (ítems 15, 16, 17, 18, 19), 7) habilidades proamicales (ítems 2, 3, 6, 7, 8), y, 8) habilidades frente a la ansiedad (ítems 20, 34, 35). Las respuestas se encuentran distribuidas en escala de tipo Likert, siendo nunca = 0 y siempre = 7. Los autores de la adaptación peruana sometieron los datos a un Análisis de Componentes Principales

con rotación diagonal Promax para controlar el efecto de multicolinealidad, considerando sólo aquellos pesos factoriales mayores a 0.40 y con comunalidad significativa. Se realizó, además, un análisis factorial de ejes principales de segundo orden, que determinó la exclusión de la escala Habilidades de autoafirmación debido a que poseía un peso factorial menor a 0.40 y una comunalidad baja. La confiabilidad de los datos que hallaron fue adecuada.

Se calculó la confiabilidad, reportándose un valor de alfa de .91 para la escala total, los niveles de confiabilidad de las subescalas oscilaron entre 0.7 y 0.8, valores aceptables tomando en consideración la puntuación mínima de 0.7 (Caycho-Rodríguez, 2017); la escala de habilidades frente a la ansiedad obtuvo un coeficiente de 0.62, considerado bajo, por lo que en este estudio, no se le consideró para el análisis.

## Procedimiento

En esta investigación se siguieron procedimientos y estándares éticos; se obtuvo la autorización de los autores de los instrumentos quienes autorizaron su uso; asimismo, el proyecto fue aprobado por el Subcomité de Ética de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas. Además, se contó con la autorización de la institución educativa en la que se obtuvieron los datos, el consentimiento informado de los padres y el asentimiento de los propios estudiantes que accedieron a responder la encuesta. Sólo los que decidieron colaborar, accedieron al formulario en la plataforma *Google Forms* y respondieron.

## Análisis de datos

Se utilizó el Jamovi versión 2.3.2, con el que se analizó y reportó los coeficientes de fiabilidad de los instrumentos utilizados; para la distribución de los datos se usó la prueba de Shapiro Wilk tomando en cuenta un valor de significación de .05 (Manterola & Pineda, 2008), que determinó el análisis correlacional a través de la prueba Rho de Spearman. Las comparaciones para dos muestras independientes se hicieron a través de la prueba U de Mann Whitney y la prueba Kruskal-Wallis para más de dos muestras (Molina & Rodrigo, 2014). La interpretación de la magnitud de las correlaciones y de las diferencias se realizó de acuerdo a los valores de la *d* de Cohen y de acuerdo a los criterios planteados por Caycho et al. (2016) quienes proponen que valores inferiores a .20 revelan la nulidad del tamaño de efecto; valores entre .21 y .49 revelan efecto pequeño; valores entre .50 y .79 señalan un efecto moderado y valores mayores a .80, un efecto grande.

El análisis de regresión lineal se llevó a cabo con la idea de dar un paso más hacia la explicación, este análisis permitió ver la influencia de una variable (VI) sobre otra (VD), pero como no existían antecedentes con este tipo de análisis, se hizo un análisis intercambiando estos roles entre las variables de investigación. Se tomó en consideración los valores *p* derivados de la prueba de ANOVA, que determinaron las fuerzas de predicción significativas a tomar en cuenta (Reding et al., 2011).

Por último, la descripción sobre el principal medio de conexión de los estudiantes, las redes sociales a las que mayormente recurren, la frecuencia de uso, la cantidad de contactos conocidos en persona, datos verdaderos en los perfiles y el motivo principal del uso que le dan a las mismas, se apoyaron en medidas de frecuencia y porcentajes.

RESULTADOS

En la Tabla 1 se exponen los resultados de las relaciones entre las variables, tuvieron valores negativos, pero, no todas las relaciones entre las dimensiones tuvieron valores estadísticamente significativos. las relaciones que alcanzaron el nivel de significación, aunque con un tamaño pequeño, fueron: obsesión por las RS con las habilidades de comunicación ( $r = -.23, p = .005$ ), las habilidades prosociales ( $r = -.19, p = .025$ ), las habilidades alternativas a la violencia ( $r = -.25, p = .003$ ) y las habilidades proamicales ( $r = -.26, p = .002$ ); el factor falta de control personal en el uso de RS, se relacionó negativa y significativamente con las habilidades de comunicación ( $r = -.19, p = .026$ ), las habilidades alternativas a la violencia ( $r = -.23, p = 0,007$ ), y, habilidades proamicales ( $r = -.22, p = .008$ ); la magnitud de las relaciones es pequeña. El factor uso excesivo de las RS, correlacionó negativamente con las habilidades alternativas a la violencia ( $r = -.20, p = .020$ ), con un tamaño pequeño.

**Tabla 1.**  
*Coefficientes Rho de Spearman entre los Factores del ARS y los Factores del HS*

|                                      | Obsesión por las RS | Falta de Control Personal en Uso de RS | Uso Excesivo de las RS |
|--------------------------------------|---------------------|----------------------------------------|------------------------|
| Hab. frente al Estrés                | -.05                | -.01                                   | -.04                   |
| Hab. de Comunicación                 | -.23**              | -.19                                   | -.15                   |
| Hab. de Planificación                | -.11                | -.01                                   | -.05                   |
| Hab. Prosociales                     | -.19*               | -.14                                   | -.14                   |
| Hab. alt. a la violencia             | -.25**              | -.23**                                 | -.2*                   |
| Hab. relacionadas a los sentimientos | -.14                | -.08                                   | -.09                   |
| Hab. Proamicales                     | -.26**              | -.22**                                 | -.16                   |

Nota. \* $p < .05$  \*\* $p < .01$  \*\*\* $p < .001$

Complementariamente, se realizó un análisis de regresión lineal, tomando como variable independiente [VI] a la ARS y como variable dependiente [VD] a las HS. Se encontró que sólo se reporta valor significativo mayor a .05, el efecto de obsesión por las RS, sobre las habilidades de comunicación ( $F_{(1, 140)} = 7,43, p = .007$ ), las habilidades alternativas a la violencia ( $F_{(1, 140)} = 9,43, p = .003$ ) y las habilidades proamicales ( $F_{(1, 140)} = 10,9, p = .001$ ). En este análisis, el valor de la  $R^2$  fue de .04; .05; y .06, respectivamente, lo que indica que el 4%, 5% y el 6% del cambio de las habilidades sociales, pueden ser explicado por el modelo de regresión. La ecuación de la regresión para el caso de las habilidades de comunicación fue de  $41,95 + -.35$ ; para las habilidades alternativas a la violencia fue de  $27,02 + -.31$ ; y las habilidades proamicales fue de  $32,38 + -.33$ , implicando todas ellas que las puntuaciones en las HS decrecen cuando aumentan las puntuaciones en el factor obsesión del ARS. Aunque la fuerza de la predicción sea débil.

Se hizo lo mismo, considerando como VI a las HS y como VD a la ARS, se encontró que la dimensión de habilidades proamicales influye sobre el factor de obsesión por las RS ( $F_{(1, 138)} = 6,76, p = .010$ ) y sobre falta de control en el uso de las RS ( $F_{(1,138)} = 4,17, p = .043$ ). En este análisis, el valor de la  $R^2$  fue de .1 y .05 respectivamente; lo que indica que el 10% y el 5% de la variación del puntaje en dichos factores del ARS pueden ser explicados por el modelo de regresión de las HS. La ecuación de la regresión para el caso del factor de obsesión por las RS fue de  $19,65 + -.23$ , y

para el factor de falta de control en el uso de las RS fue de 12,72 +-.140, implicando que, las puntuaciones de la ARS decrecen cuando aumentan las puntuaciones en las HS proamicales, la fuerza de predicción es débil.

Igualmente, se encontraron valores significativos entre el efecto de las HS alternativas a la violencia sobre las dimensiones obsesión por las RS ( $F_{(1, 138)} = 5,80, p = .017$ ) y falta de control en el uso de las RS ( $F_{(1, 138)} = 4,09, p = .045$ ). Siendo el valor de la R2 de 0,1 y .05 respectivamente; lo que indica que el 10% y el 5% de la variación del puntaje en dichos factores del ARS pueden ser explicados por el modelo de regresión de las HS; la ecuación de la regresión para el caso del factor de obsesión por las RS fue de 19,65 + -.19, y para el factor de falta de control en el uso de las RS fue de 12,72 +-.121; lo que implica que, las puntuaciones de la ARS decrecen cuando aumentan las puntuaciones en las HS alternativas a la violencia, pese a que la fuerza de predicción es débil.

Al comparar los puntajes del ARS según sexo no se hallaron diferencias significativas, tampoco por el nivel de estudios; lo mismo sucedió con las dimensiones del cuestionario de HS. Se compararon también, los puntajes del ARS según frecuencia de uso de las RS, se encontró que las mayores puntuaciones correspondían a quienes utilizan el aplicativo con más frecuencia y por más tiempo, como se aprecia en la Tabla 2, en la que se expone un análisis Post-Hoc.

**Tabla 2.**  
*Análisis Post-Hoc de las Puntuaciones del ARS según Frecuencia de Uso*

| Dimensiones                                             |                                       | W    | p     |
|---------------------------------------------------------|---------------------------------------|------|-------|
| <i>Obsesión por las Redes Sociales</i>                  |                                       |      |       |
| Una a tres veces por semana                             | Entre una a siete veces por día       | 2.91 | .099  |
| Una a tres veces por semana                             | Todo el tiempo me encuentro conectado | 5.19 | <.001 |
| Entre una a siete veces por día                         | Todo el tiempo me encuentro conectado | 5.01 | .001  |
| <i>Falta de Control en el Uso de las Redes Sociales</i> |                                       |      |       |
| Una a tres veces por semana                             | Entre una a siete veces por día       | 3.00 | .085  |
| Una a tres veces por semana                             | Todo el tiempo me encuentro conectado | 4.38 | .006  |
| Entre una a siete veces por día                         | Todo el tiempo me encuentro conectado | 3.87 | .017  |
| <i>Uso Excesivo de las Redes Sociales</i>               |                                       |      |       |
| Una a tres veces por semana                             | Entre una a siete veces por día       | 4.04 | .012  |
| Una a tres veces por semana                             | Todo el tiempo me encuentro conectado | 5.15 | <.001 |
| Entre una a siete veces por día                         | Todo el tiempo me encuentro conectado | 4.70 | .003  |

Nota. n = 142. p < .05.

Respecto a los resultados comparativos entre las dimensiones del HS y la frecuencia de uso de las redes sociales, no se encontraron diferencias significativas.

Se realizó también un análisis descriptivo porcentual de algunos patrones de comportamiento relacionados con el uso de las RS; se encontró que el principal medio de conexión que emplean los estudiantes es el dispositivo móvil, que las RS más utilizadas son WhatsApp y Facebook (76%), que el 69% se conecta entre una a doce veces por día; el 22% está conectado todo el tiempo y el 9% se conecta de una a tres veces por semana; que el 40% de los estudiantes conoce

en persona a más del 70% de sus contactos en las redes sociales; y, que el 37% de la muestra no tiene sus datos verdaderos en sus perfiles sociales.

Acerca del motivo principal para usar RS, se encontró que el 44% lo usaba por necesidades sociales de integración, el 38% debido para liberar tensiones y el 13% fue motivado por necesidades cognitivas de obtención de información.

## DISCUSIÓN

Todas las relaciones entre las dimensiones de las dos medidas tuvieron direcciones inversas, aun cuando la fuerza de la correlación entre algunas de ellas fue muy débil y no alcanzaron niveles de significación estadística. Desde esta perspectiva, se puede afirmar que la hipótesis principal que prevé que a mayor adicción existe menores HS o viceversa, queda confirmada y coincide con los antecedentes (Estrada et al., 2021; Estrada et al., 2020; Klimenko et al., 2021; Zegarra & Cuba, 2017) quienes también encontraron correlaciones inversas entre las variables.

Esto implica que el uso adictivo de las RS por parte de los jóvenes promueve el distanciamiento afectivo de su entorno y limita el despliegue de características mediadoras para la interacción social: la lectura facial, el reconocimiento de emociones, la empatía, la elaboración de la información que se recibe y la respuesta regulada que se otorga (García del Castillo et al., 2019); situación que afecta la socialización y el desarrollo de las habilidades sociales y asertivas. La virtualidad aísla a las personas y generan problemas de comunicación y dificultan la comprensión con el entorno (Cabero et al., 2020; Estrada, 2019; Valle, 2022; Zegarra & Cuba, 2017),

Se evidenció que a mayores puntuaciones en ARS las habilidades alternativas a la violencia son menores; esto concuerda con datos reportados por Estrada et al. (2020) y evidencian cómo la limitada posibilidad de interacción socio vivencial, interfiere con la capacidad de regulación de los afectos y emociones; al aumentar los niveles de impulsividad y reacción inmediata, se promueve la acción reactiva y agresiva (Álvarez & Moral, 2020; Zahrai et al., 2022). De igual modo, a mayores puntuaciones en ARS se encontró menores puntuaciones en las habilidades proamicales, datos semejantes a los hallados por Fernández et al. (2020), quienes aluden que las implicancias del uso desmedido de las RS giran en torno al distanciamiento de los círculos de amistades, promoción de sentimientos de soledad, tendencia al retraimiento (Mairal et al, 2021) y a dejar de compartir tiempo de calidad con personas significativas para ellos (Fernández et al., 2020).

La predicción encontrada del efecto de las habilidades proamicales y de las alternativas a la violencia sobre obsesión por las RS y falta de control en el uso de las RS, podrían dar indicios del efecto que poseen las HS sobre el manejo de las conductas adictivas (Klimenko et al., 2018), a partir de estos datos se puede considerar que el trabajo direccionado de las HS, puede incidir en la disminución del uso adictivo de las RS; esto concuerda con la propuesta de Mojarro et al. (2017) quienes sostienen que las habilidades socioemocionales comprendidas dentro de las habilidades para la vida, funcionan como factores protectores ante el desarrollo de conductas adictivas. En este sentido, trabajar en la mejora de repertorios conductuales como las capacidades de escucha, comprensión y expresión, regulación emocional, toma de decisiones, búsqueda de solución de

problemas y trabajo con redes de apoyo, pueden ser útiles para el tratamiento de los problemas de conducta adictiva entre adolescentes, ya que les proporciona herramientas de control, manejo y afronte (Klimenko et al., 2018).

En la comparación de los datos por sexo, no se hallaron diferencias en torno a la ARS, estos son contradictorios con los antecedentes; unos sostienen que los varones tienen puntajes mayores (Cobis & Vilorio, 2022), otros encontraron que las mujeres tienen mayores puntuaciones (Varchetta et al., 2020) y otros como en este estudio, no diferencian la ARS por sexo (Romero et al., 2021). Estos datos contradictorios, podrían tener algún sentido y merecen ser estudiados con un análisis más puntual de la literatura. Una explicación tentativa de los resultados del presente estudio, podrían considerar que el consumo de las RS se incrementó durante el aislamiento por pandemia, el uso del Smartphone fue esencial para ambos sexos (Ochoa & Barragán, 2022), y porque en los últimos años, las mujeres han conquistado muchos derechos y actividades que antes no lo tuvieron.

Tampoco se hallaron diferencias al comparar el ARS por el grado escolar que cursan, resultado semejante al hallado por Malo-Cerrato et al. (2018); es probable que las necesidades que planteó el aislamiento y las exigencias de comunicabilidad planteadas por la escuela hayan igualado a todo este grupo en el uso de las RS (Cueto et al., 2020).

En torno a las HS tampoco se encontraron diferencias en función del sexo, resultado que se contradice con lo hallado por Sosa y Salas-Blas (2020). Tampoco se hallaron diferencias por el nivel de estudios, que se asemeja a lo reportado por Estrada (2019) y Esteves et al. (2020); en este caso, podría considerarse que la ausencia de diferencias por sexo y grado de instrucción tienen que ver con el contexto de aislamiento en el que los adolescentes se han desarrollado, que limitó la socialización con sus pares de modo indistinto, a hombres y mujeres, como también, a los de diversas edades (López de Ayala et al., 2020); al respecto Goldstein et al. (1989) alude que resulta necesario que los adolescentes cuenten con espacios que les permitan poner en práctica las habilidades que van adquiriendo, tomando conciencia de los elementos mediadores en el contacto con otras personas; el hecho de no tener esa interacción, no les ha permitido desarrollar sus habilidades, ni diferenciarse claramente entre los grupos aludidos.

En relación con el uso de las RS, se encontró que el principal medio de conexión empleado por los estudiantes fue el dispositivo móvil (Smartphone generalmente), que concuerda con lo hallado por Álvarez y Moral (2020) y Salas-Blas (2022) y se debe a las facilidades para conectarse a las redes, que se deben a los equipos portables, de uso individual, muy privado y de rápida conexión a la red a través de Wi-Fi.

En cuanto a las RS más utilizadas, se encontró que los estudiantes hacían un mayor uso de WhatsApp además de Facebook, esto concuerda con lo reportado por Kuss y Griffiths (2017) y Salas-Blas (2019). Los principales motivos por los que estas RS son usadas, tienen que ver con el propósito de chatear, leer estados, publicar fotos, interactuar con personas, compartir contenidos, jugar, expresar sentimientos y mantenerse actualizados sobre últimas novedades (Fernández-Rovira, 2022; Peñalba & Imaz, 2019).

Sobre la frecuencia de uso de las redes sociales, se reportó que un 69% se conectaba hasta 12 veces por día y que el 22% permanecía conectado todo el tiempo, el 9% restante reportó conectarse entre una a tres veces por semana. Además, tomando en cuenta la frecuencia de uso se compararon los puntajes del ARS; que revela que los que más se conectaban, tenían puntuaciones mayores en las dimensiones del ARS, que concuerda con lo hallado por García et al. (2020), Salas-Blas (2022) y Zahrai et al. (2022). Estos resultados, dejan notar el impacto que significa el uso excesivo de las redes sociales, respecto a la generación de relaciones de dependencia frente al consumo. Pues, tal y como mencionan Echeburúa y Requesens (2012), el uso excesivo de las RS, la impulsividad y la falta de control en su uso, resultarían factores predisponentes al desarrollo de la adicción (Echeburúa & Requesens, 2012; Escurra & Salas, 2014).

Otra de las variables sociodemográficas reportadas en relación al uso de las redes sociales, fue la cantidad de contactos que los estudiante conocían en persona, encontrándose que sólo el 40% de los adolescentes, conocía en persona a más del 70% de sus contactos, hecho que guarda relación con hallado por Jasso et al. (2017) y Salas-Blas (2022) quienes encontraron que muchos adolescentes aceptaban a desconocidos dentro de sus contactos, hecho que resulta peligroso en tiempos de violencia en el que se vive (Martínez et al., 2013; Salas-Blas, 2022).

Finalmente, respecto a los datos que los adolescentes consignan en sus perfiles de las RS, se encontró que el 63% de los estudiantes usa sus datos verdaderos y el 37% de adolescentes usan datos falsos; Martínez et al. (2013), identificaron que los adolescentes utilizaban perfiles falsos para lograr ser admitidos e integrados dentro de grupos en las RS preferentes, así como para ponerse en contacto con perfiles de personas famosas; igualmente, González et al. (2020) y Salas-Blas (2019, 2022), encontraron que un porcentaje parecido, utilizaban perfiles falsos para realizar acciones que no se atreverían a realizar con sus datos reales, y, con el fin de aparentar identidades irreales. Kuss y Griffiths (2017) identificaron que entre los motivos de la creación de perfiles falsos se encontraban, en población masculina, la posibilidad de acceder a espacios de juegos online, y, entre las mujeres, darse a conocer y conectar emocionalmente.

Entre algunas limitaciones que se deben considerar al presente estudio, están la falta de capacidad para realizar generalizaciones de los resultados hallados; el tipo de muestreo utilizado y el tamaño de la muestra, no lo permiten; asimismo, la recolección virtual de datos, no permitió el realizar un adecuado seguimiento de las condiciones en las que se recogieron los datos, tampoco tener información sobre algunas dudas que pudieron inducir a error en las respuestas; igualmente, el uso de cuestionarios, pudo generar posibles sesgos en la investigación.

Las implicancias del presente estudio son esencialmente de tipo práctico; los datos hallados pueden dar pie a realizar programas de prevención e intervención para afrontar el problema social que representa el uso inadecuado de las RS.

Se sugiere realizar estudios con muestras más grandes que provean datos más concluyentes, desarrollar estudios de revisión sistemática para entender mejor los resultados contradictorios que se han dado cuenta; también sería recomendable realizar estudios con metodología experimental para verificar mejor el efecto de las HE sobre la ARS; asimismo, realizar estudios con otras variables que tienen potencialidad mediadora entre las variables de estudio.

**Contribuciones de autoría:** El manuscrito es fruto de la investigación de tesis, de la licenciada Dessiré Agreda, en la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas. Como primera autora participó en todo el proceso de hacer la investigación y en el proceso de redacción del documento. El segundo autor, asesoró el desarrollo del trabajo y ha participado en la redacción del documento final y en la revisión del presente manuscrito.

**Conflictos de intereses:** Los autores manifiestan no poseer ningún conflicto de interés con la publicación del artículo.

**Fuentes de financiamiento:** El financiamiento fue a cuenta de la autora principal.

## REFERENCIAS

- Álvarez, M. & Moral, M. (2020). Phubbing, uso problemático de teléfonos móviles y de redes sociales en adolescentes y déficits en autocontrol. *Health and Addictions*, 20(1), 113-125. <https://doi.org/10.21134/haaj.v20i1.487>
- Appel, M., Marker, C. & Gnambs, T. (2020). Are social media ruining our lives? A review of meta-analytic evidence. *Review on General Psychology*, 24(1), 60-74. <https://doi.org/10.1177/1089268019880891>
- Arab, E. & Díaz, A. (2015). Impacto de las redes sociales e internet en la adolescencia: aspectos positivos y negativos. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 26(1), 7-13. <https://doi.org/10.1016/j.rmcl.2014.12.001>
- Asociación Americana de Psicología [APA] (2008). *Manual Diagnóstico y Estadístico de Trastornos Mentales (DSM-IV)*. Masson
- Ato, M., López-García, J. & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de psicología*, 29(3), 1038-1059. <https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- Aznar-Díaz, I., Romero-Rodríguez, J. M., García-González, A. & Ramírez-Montoya, M. S. (2020). Mexican and Spanish university students' internet addiction and academic procrastination: Correlation and potential factors. *PloS one*, 15(5). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0233655>
- Baños, J. (2020). Uso de Redes Sociales y Sintomatología Depresiva en Estudiantes Universitarios. *Revista Científica de Psicología Eureka*, 17(2), 1-193. <https://ojs.psicoeureka.com.py/index.php/eureka/article/view/132/135>
- Cabero, J., Martínez, S., Valencia, R., Leiva, J., Orellana, M. & Harvey, I. (2020). La adicción de los estudiantes a las redes sociales on-line: un estudio en el contexto latinoamericano. *Revista Complutense de Educación*, 31(1), 1-11. <http://dx.doi.org/10.5209/rced.61722>
- Caycho, T., Ventura-León, J. & Castillo-Blanco, R. (2016). Magnitud del efecto para la diferencia de dos grupos en ciencias de la salud. *An. Sist. Sanit. Navar*, 39(9), 459-461. <https://doi.org/10.23938/assn.0242>

- Caycho-Rodríguez, T. (2017). Intervalos de Confianza para el coeficiente alfa de Cronbach: aportes a la investigación pediátrica. *Acta Pediátrica de México*, 38(4), 291-294. <https://www.scielo.org.mx/pdf/apm/v38n4/2395-8235-apm-38-04-0291.pdf>
- Carbonell, X. & Oberts, U. (2015). Las redes sociales en línea no son adictivas. Aloma. *Revista de Psicologia, Ciències de l'Educació i de l'Esport*, 33(2), 13-19. <https://doi.org/10.51698/aloma.2015.33.2.13-19>
- Castillo, M. & Ruiz-Olivares, R. (2019). La percepción de riesgo y su relación con el uso problemático del teléfono móvil en adolescentes. *Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, 168, 21-34. <http://dx.doi.org/10.5477/cis/reis.168.21>
- Castro, A. & de la Villa, M. (2017). Uso problemático de redes sociales 2.0 en nativos digitales: análisis bibliográfico. *Salud y drogas*, 17(1), 73-85. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=83949782008>
- Cobis, M., & Vilorio, E. (2022). Adicción a las redes sociales en adolescentes. *Sistemas Humanos*, 2(1), 18-33. <https://asociacionvenezolanadesociologia.org/wp-content/uploads/2022/11/Adiccion-a-las-redes-sociales-en-adolescentes.pdf>
- Cueto, S., León, J. & Felipe, C. (2020). Acceso a dispositivos y habilidades digitales de dos cohortes en el Perú. *Análisis y Propuestas*, 56, 1-4. <http://repositorio.grade.org.pe/bitstream/handle/20.500.12820/663/GRADEap56.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Chóliz, M. (2016). Adicción a redes sociales: conceptualización del problema, evaluación y prevención. En E. Echeburúa (Coord.). *Abuso de internet: ¿Antesala para la adicción al juego de azar online?*. Pirámide. [http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales\\_de\\_consulta/Drogas\\_de\\_Abuso/Articulos/Abuso%20de%20internet.pdf](http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales_de_consulta/Drogas_de_Abuso/Articulos/Abuso%20de%20internet.pdf)
- Chóliz, M. & Villanueva, V. (2011). Evaluación de la adicción al móvil en la adolescencia. *Revista Española de Drogodependencias*, 36(2), 165-183. [https://www.aesed.com/descargas/revistas/v36n2\\_3.pdf](https://www.aesed.com/descargas/revistas/v36n2_3.pdf)
- Díaz-Vicario, A., Mercader, C. & Gairín, J. (2019). Uso problemático de las TIC en adolescentes. *Revista electrónica de investigación educativa*, 21(07), 1-11. <https://doi.org/10.24320/redie.2019.21.e07.1882>
- Domínguez-Vergara, J. & Ybañez-Carranza, J. (2016). Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa privada. *Propósitos y representaciones*, 4(2), 181-230. <https://doi.org/10.20511/pyr2016.v4n2.122>
- Dong, H., Yang, F., Lu, X. & Hao, W. (2020). Internet addiction and related psychological factors among children and adolescents in China during the Coronavirus disease 2019 (COVID-19) epidemic. *Frontiers in Psychiatry*, 11, 1-9. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.00751>
- Echeburúa, E. & De Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 22(2), 91-96. <http://dx.doi.org/10.20882/adicciones.196>
- Echeburúa, E. & Requesens, A. (2012). *Adicción a las redes sociales y nuevas tecnologías en niños y adolescentes. Guía para educadores*. Pirámide. <http://omextad.salud.gob.mx/contenidos/investigaciones/Guiaparaeducadores.pdf>

- Escurrea, M. & Salas, B. (2014). Construcción y validación del cuestionario de redes sociales (ARS). *Liberabit*, 20(1), 73 - 91. <https://www.redalyc.org/pdf/686/68631260007.pdf>
- Esteves, A., Paredes, R., Calcina, C. & Yapuchura, C. (2020). Habilidades Sociales en adolescentes y Funcionalidad Familiar. *Revista de Investigación en Comunicación y Desarrollo*, 11(1), 16-27. <https://doi.org/10.33595/2226-1478.11.1.392>
- Estrada, E. (2019). Habilidades sociales y agresividad de los estudiantes del nivel secundaria. *Sciéndo*, 22(4), 299-305. <http://dx.doi.org/10.17268/sciendo.2019.037>
- Estrada, E., Mamani, M., Gallegos, N. & Mamani, H. (2020). Adicción a internet y agresividad en estudiantes peruanos de educación secundaria. *Apuntes Universitarios*, 11(1), 140–157. <https://doi.org/10.17162/au.v11i1.560>
- Estrada, E., Zuloaga, M., Gallegos, N. & Mamani, H. (2021). Adicción a Internet y Habilidades Sociales en Adolescentes peruanos de educación secundaria. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 40(1), 74-80. [https://www.revistaavft.com/images/revistas/2021/avft\\_1\\_2021/14\\_adiccion\\_internet\\_habilidades.pdf](https://www.revistaavft.com/images/revistas/2021/avft_1_2021/14_adiccion_internet_habilidades.pdf)
- Fernández, N. (2013). Trastorno de conducta y redes sociales en Internet. *Salud Mental*, 36(6), 521-527. <https://doi.org/10.17711/SM.0185-3325.2013.063>
- Fernández, J., Casal, L., Fernández, M. & Cebreiro, B. (2020). Actitudes y uso de Internet y redes sociales en estudiantes universitarios/as de Galicia: implicaciones personales y sociales. *Revista Prisma Social*, (28), 145–160. <https://revistaprismasocial.es/article/view/3372>
- Fernández-Rovira, C. (2022). Motivaciones y tiempo de uso de las redes sociales por parte de los jóvenes españoles: señales de adicción. *Anuario Electrónico de Estudios en Comunicación Social "Disertaciones"*, 15(2), 1-19. <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/disertaciones/a.11155>
- García, A., López, M. & Montes-Vozmediano, M. (2020). Características y percepciones sobre el uso de las plataformas de redes sociales y dispositivos tecnológicos por parte de los adolescentes. *Zer*, 25(48), 269-286. <https://doi.org/10.1387/zer.21556>
- García del Castillo, J., García del Castillo-López, A., Dias, P. & García-Castillo, F. (2019). Conceptualización del comportamiento emocional y la adicción a las redes sociales virtuales. *Health and Addictions*, 19(2), 173-181. <https://doi.org/10.21134/haaj.v19i2.525>
- García-García, J., Rending-Bernal, A. & López-Alvarenga, J. (2013). Cálculo del tamaño de la muestra en investigación en educación médica. *Investigación en Educación Médica*, 2(8). 217-224.
- Gao, B., Shen, Q., Luo, G. & Xu, L. (2023). Why mobile social media-related fear of missing out promotes depressive symptoms? the roles of phubbing and social exclusion. *BMC Psychology*, 11, 1-10. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01231-1>
- Goldstein, A.P., Sprafkin, R.P., Gershaw, N.J. & Klein, P. (1989). *Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia. Un programa de enseñanza*. Martínez Roca.
- Gómez, C. (2020). Las niñas, los niños y adolescentes (NNA) y el Covid-19. *Mirada Legislativa*, (196), 1-23. [http://www.bibliodigitalibd.senado.gob.mx/bitstream/handle/123456789/5084/ML\\_196.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://www.bibliodigitalibd.senado.gob.mx/bitstream/handle/123456789/5084/ML_196.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

- González, R., Bernal, C. & Palomero, I. (2020). Uso de las redes sociales entre los jóvenes y ciudadanía digital: análisis tras la COVID-19. *Revista de Investigación en Didáctica de las Ciencias Sociales*, (7), 64-81. <https://doi.org/10.17398/2531-0968.07.64>
- Hernández-Sampieri, R. & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw-Hill. <https://www.yumpu.com/es/document/read/65785426/hernandez-y-mendoza-2018>
- Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) (2022). *Estadísticas de las Tecnologías de Información y Comunicación en los Hogares*. <https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/3297105/Las%20Tecnolog%C3%ADas%20de%20Informaci%C3%B3n%20y%20Comunicaci%C3%B3n%20en%20los%20Hogares%3A%20Ene-Feb-Mar%202022.pdf>
- Jasso, J., López, F. & Díaz, R. (2017). Conducta adictiva a las redes sociales y su relación con el uso problemático del móvil. *Acta de Investigación Psicológica*, 7, 2832-2838. <https://doi.org/10.1016/j.aiprr.2017.11.001>
- Katz, E., Blumler, J. & Gurevitch, M. (1985). *Usos y gratificaciones de la comunicación de masas*. <https://idoc.pub/documents/idocpub-6ngemve77jlv>
- Kirkaburun, K. & Griffiths, M. D. (2018). The dark side of internet: Preliminary evidence for the associations of dark personality traits with specific online activities and problematic internet use. *Journal of Behavioral Addictions*, 7(4), 993-1003. <https://doi.org/10.1556/2006.7.2018.109>
- Klimenko, O., Plaza, D., Bello, C., García, J. & Sánchez, N. (2018). Estrategias preventivas en relación a las conductas adictivas en adolescentes. *Psicoespacios*, 12(20), 144 – 172. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6573535.pdf>
- Klimenko, O., Cataño, Y., Otálvaro, I. & Úsuga, S. (2021). Riesgo de adicción a redes sociales e Internet y su relación con habilidades para la vida y socioemocionales en una muestra de estudiantes de bachillerato del municipio de Envigado. *Psicogente*, 24(46), 1-33. <https://doi.org/10.17081/psico.24.46.4382>
- Kuss, D. & Griffiths, M.D. (2017). Social Networking Sites and Addiction: Ten Lessons Learned. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(3), 2-17. <https://doi.org/10.3390%2Fijerph14030311>
- Lechuga, J., Ramírez, G. & Guerrero, M. (2017). Educación y sexo. El largo trayecto de la mujer hacia la modernidad en México. *Journal of Economic Literature (JEL)*, 15(43), 111-139. <https://www.scielo.org.mx/pdf/eunam/v15n43/1665-952X-eunam-15-43-110.pdf>
- López-de-Ayala, M.-C., Vizcaíno-Laorga, R. & Montes-Vozmediano, M. (2020). Hábitos y actitudes de los jóvenes ante las redes sociales: influencia del sexo, edad y clase social. *Profesional De La información*, 29(6). <https://doi.org/10.3145/epi.2020.nov.04>
- Lovón, M. & Chegne, A. (2021). Repercusión del aislamiento social por COVID-19 en la salud mental en la población de Perú: síntomas en el discurso del ciberespacio. *Discurso & Sociedad*, 15(1), 215-243. [http://www.dissoc.org/ediciones/v15n01/DS15\(1\)Lovon&Chegne.html](http://www.dissoc.org/ediciones/v15n01/DS15(1)Lovon&Chegne.html)
- Lozano-Blasco, R., Mira-Aladrén, M. & Gil-Lamata, M. (2021). ¿Afectan las Redes Sociales a Nuestra Empatía? Un Estudio con Jóvenes Universitarios. *REIIT. Revista Educación, Investigación, Innovación y Transferencia*, 1, 105-130. [https://doi.org/10.26754/ojs\\_reiit/eiit.202115318](https://doi.org/10.26754/ojs_reiit/eiit.202115318)

- Mairal, M., Liesa, M., Latorre, C., Cored, S. & Sobradíel, N. (2021). Redes Sociales: Adicción e influencia en la competencia social de los adolescentes. Enlace. *Revista de la Asociación Aragonesa de Psicopedagogía*. 345-354. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8166500>
- Malo-Cerrato, S., Martín-Perpiñá, M. & Viñas-Poch, F. (2018). Uso excesivo de redes sociales: Perfil psicosocial de adolescentes españoles. *Revista Científica de Comunicación y Educación*, 56(26), 101-110. <https://doi.org/10.3916/C56-2018-10>
- Manterola, C. & Pineda, V. (2008). El valor de “p” y la “significación estadística”. Aspectos generales y su valor en la práctica clínica. *Revista de Cirugía*, 60(1), 86-89. <https://www.scielo.cl/pdf/rchcir/v60n1/art18.pdf>
- Marciano, L., Ostroumova, M., Johannes, P. & Camerini, A. (2022). Digital media use and adolescents' mental health during the Covid-19 pandemic: A systematic review and meta-Analysis. *Frontiers in Public Health*, 9, 1-28. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.793868>
- Martínez, E., García, A. & Sendín, J. (2013). Percepción de los riesgos en la red por los adolescentes en España: usos problemáticos y formas de control. *Anàlisi Monogràfic*. 111-129. [https://ddd.uab.cat/pub/analisi/analisi\\_a2013m9n48/analisi\\_a2013m9n48p111.pdf](https://ddd.uab.cat/pub/analisi/analisi_a2013m9n48/analisi_a2013m9n48p111.pdf)
- Matute, H. (2016). ¿Adicción, abuso o uso problemático de Internet? En E. Echeburúa (Coord.). *Abuso de internet: ¿Antesala para la adicción al juego de azar online?* Pirámide. [http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales\\_de\\_consulta/Drogas\\_de\\_Abuso/Articulos/Abuso%20de%20internet.pdf](http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales_de_consulta/Drogas_de_Abuso/Articulos/Abuso%20de%20internet.pdf)
- Mejía, G., Paz, J. & Quinteros, D. (2014). Adicción a facebook y habilidades sociales en estudiantes de una universidad privada de Lima. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*, 7(1), 7-15. [https://www.academia.edu/download/54759847/209-1105-1-PB\\_1.pdf](https://www.academia.edu/download/54759847/209-1105-1-PB_1.pdf)
- Miranda, S., Trigo, I., Rodrigues, R. & Margarida, D. (2022). Addiction to social networking sites: Motivations, flow, and sense of belonging at the root of addiction. *Technological Forecasting & Social Change*, 188, 1-11. <https://doi.org/10.1016/j.techfore.2022.122280>
- Mojarro, A., Herrera, I. & Servín, L. (2017). Entrenamiento en habilidades para la vida como estrategia para la atención primaria de conductas adictivas. *Psicología Iberoamericana*, 25(2). 63-69. <https://www.redalyc.org/pdf/1339/133957572008.pdf>
- Molina, G. & Rodrigo, F. (2014). *Pruebas no paramétricas*. Universidad de Valencia. [http://ocw.uv.es/ciencias-de-la-salud/estadistica-ii/est2\\_t5.pdf](http://ocw.uv.es/ciencias-de-la-salud/estadistica-ii/est2_t5.pdf)
- Ochoa, F. & Barragán, M. (2022). El uso en exceso de las redes sociales en medio de la pandemia. *Academio. Revista de Investigación en Ciencias Sociales y Humanidades*, 9(1), 85-92. <https://doi.org/10.30545/academio.2022.ene-jun.8>
- Peñalba, A. & Imaz, C. (2019). 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. <http://doi.org/10.31766/revpsij.v36n1a1>
- Pérez, T., Godoy, C. & Piñero, E. (2019). Hábitos de consumo de nuevas tecnologías en adolescentes ¿Uso o abuso? *European Journal of Child Development, Education and Psychopathology*, 7(1), 47-57. <https://doi.org/10.30552/ejpad.v7i1.88>

- Pomalima, R. (2016). *Prevalencia de riesgo de la conducta adictiva a internet entre adolescentes de Lima Metropolitana y Arequipa*. Fundación MAPFRE. [https://documentacion.fundacionmapfre.org/documentacion/publico/i18n/catalogo\\_imagenes/grupo.cmd?path=1088810](https://documentacion.fundacionmapfre.org/documentacion/publico/i18n/catalogo_imagenes/grupo.cmd?path=1088810)
- Reding, A., Zamora, M. & López, J. (2011). ¿Cómo y cuándo realizar un análisis de regresión lineal simple? Aplicación e interpretación. *Dermatología Revista Mexicana*, 55(6), 395-402. [https://www.academia.edu/76171398/\\_C%C3%B3mo\\_y\\_cu%C3%A1ndo\\_realizar\\_un\\_an%C3%A1lisis\\_de\\_regresi%C3%B3n\\_lineal\\_simple\\_Aplicaci%C3%B3n\\_e\\_interpretaci%C3%B3n](https://www.academia.edu/76171398/_C%C3%B3mo_y_cu%C3%A1ndo_realizar_un_an%C3%A1lisis_de_regresi%C3%B3n_lineal_simple_Aplicaci%C3%B3n_e_interpretaci%C3%B3n)
- Romero, J., Martínez, N., Campos, M. & Ramos, M. (2021). Influencia de la adicción a internet en el bienestar personal de los estudiantes universitarios. *Health and Addictions*, 21(1), 171-185. <https://doi.org/10.21134/haaj.v21i1.559>
- Saggiaro de Figueiredo, C., Capucho, P., Lima, L., Mázala de Oliveira, T., da Silva, L., Raony, I., Soares, E., Giestal de Araujo, E., Araujo dos Santos, A. & Oliveira Silva, P. (2021). COVID-19 pandemic impact on children and adolescents' mental health: Biological, environmental, and social factors. *Progress in Neuropsychopharmacology & Biological Psychiatry*, 106, 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.pnpbp.2020.110171>
- Salas, E. & Escurra, M. (2014). Uso de redes sociales entre estudiantes universitarios limeños. *Revista de Peruana de Psicología y Trabajo Social*, 3(1), 75-90. [https://www.uigv.edu.pe/fileadmin/facultades/psicologia/documentos/2014\\_Actitudes\\_discapacidad\\_universitarios\\_\\_p.\\_37-60\\_.pdf#page=75](https://www.uigv.edu.pe/fileadmin/facultades/psicologia/documentos/2014_Actitudes_discapacidad_universitarios__p._37-60_.pdf#page=75)
- Salas-Blas, E. (2019). *Patrones de uso y abuso de las tics entre adolescentes de Lima y Arequipa. Percepción de riesgos*. Fundación MAPFRE. <https://www.mapfre.com.pe/media/Estudio-Patrones-de-uso-y-abuso-de-las-TICs-entre-adolescentes-de-Lima-y-Arequipa-Percepcion-de-los-riesgos-Web.pdf>
- Salas-Blas, E. (2022). *Riesgos psicosociales derivados del uso de la internet y las redes sociales. Un Estudio con Adolescentes de Lima y Arequipa*. Fundación MAPFRE. [https://www.mapfre.com.pe/media/riesgos\\_psicosociales\\_derivados\\_del\\_uso\\_de\\_la\\_internet\\_y\\_las\\_redes\\_sociales.pdf](https://www.mapfre.com.pe/media/riesgos_psicosociales_derivados_del_uso_de_la_internet_y_las_redes_sociales.pdf)
- Sharma, A. & Sharma, R. (2018). Internet addiction and psychological well-being among college students: A cross-sectional study from Central India. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 7(1), 147-151. [https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc\\_189\\_17](https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc_189_17)
- Sosa, S. S. & Salas-Blas, E. (2020). Resiliencia y habilidades sociales en estudiantes secundarios de San Luis de Shuaro, La Merced. *Comuni@ccion: Revista de Investigación en Comunicación y Desarrollo*, 11(1), 40-50. <https://doi.org/10.33595/2226-1478.11.1.394>
- Statista Research Department (2023). *Porcentaje de la población con acceso a internet en algunos países y territorios de América Latina y Caribe por país en 2023*. Statista. <https://es.statista.com/estadisticas/1136646/tasa-penetracion-mas-altas-internet-america-latina-caribe/>
- Tarullo, R. (2020). ¿Por qué los y las jóvenes están en las redes sociales? Un análisis de sus motivaciones a partir de la teoría de usos y gratificaciones. *Revista Prisma Social*, 29, 223-239. <https://revistaprismasocial.es/article/view/3558/4193>

- Tejada, E., Castaño, C. & Romero, A. (2019). Los hábitos de uso en las redes sociales de los peruanos adolescentes. RIED. *Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*, 22(2), 119-133. <http://dx.doi.org/10.5944/ried.22.2.23245>
- Tomás, A. y Lescano, G. (2003). *Situación de las Habilidades Sociales en Escolares del Perú*. [https://www.researchgate.net/publication/335949894\\_Situacion\\_de\\_las\\_Habilidades\\_Sociales\\_en\\_Escolares\\_del\\_Peru](https://www.researchgate.net/publication/335949894_Situacion_de_las_Habilidades_Sociales_en_Escolares_del_Peru)
- Valle, M. (2022). Evolución y consecuencias de la hiperconectividad. *Proyecta56, an Industrial Design Journal*, (2), 58-75. <https://doi.org/10.25267/P56-IDJ.2022.i2.05>
- Varchetta, M., Frascchetti, A., Mari, E., & Giannini, A. (2020). Adicción a redes sociales, miedo a perderse experiencias (FOMO) y vulnerabilidad en línea en estudiantes universitarios. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 14(1), 2-13. [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S2223-25162020000100011&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S2223-25162020000100011&script=sci_arttext)
- Vieira, C. M., Manzanares, E. L. & Salas-Blas, E. (2022). Adicción a las redes sociales y soledad en estudiantes universitarios limeños. Dossier Adicciones comportamentales en Iberoamérica, *Información Psicológica*, 123, 2-14. <https://doi.org/10.14635/IPSIC.1926>
- Vink, J. M., Van Beijsterveldt, T. C., Huppertz, C., Bartels, M. & Boomsma, D. I. (2015). Heritability of compulsive internet use in adolescents. *Addiction Biology*, 21(2), 460-468. <https://doi.org/10.1111/adb.12218>
- Vived, E. (2011). *Habilidades sociales, autonomía personal y autorregulación*. Prensas Universitarias de Zaragoza. [https://books.google.com.pe/books?hl=es&lr=&id=rYT1DAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA7&dq=habilidades+sociales+definicion&ots=cYgcAoYVvMT&sig=9Gro1Iia4reCXCBbrwiNXNBSf0&redir\\_esc=y#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.pe/books?hl=es&lr=&id=rYT1DAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA7&dq=habilidades+sociales+definicion&ots=cYgcAoYVvMT&sig=9Gro1Iia4reCXCBbrwiNXNBSf0&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false)
- Zahrai, K., Veer, E., Ballantine, P., Peter de Vries, H. & Prayag, G. (2022). Either you control social media or social media controls you: Understanding the impact of self-control on excessive social media use from the dual-system perspective. *Journal of Consumer Affairs*, 56(2), 806-848. <https://doi.org/10.1111/joca.12449>
- Zegarra, C. & Cuba, M. (2017). Frecuencia de adicción a internet y desarrollo de habilidades sociales en adolescentes de una localidad urbana de Lima. Medwave. *Revista Médica Revisada por Pares*, 17(1), 1-7. <http://doi.org/10.5867/medwave.2017.01.6857>