



Máster Universitario en PSICOLOGÍA GENERAL SANITARIA

Trabajo Fin de Máster

**Estudio sobre la relación del uso abusivo de las redes sociales
y las relaciones intrafamiliares de jóvenes adultos**

Presentado por: Esther Moreno Gómez

Director: Carlos López Pinar

Curso: 2021-2023

Convocatoria: Ordinaria

Resumen

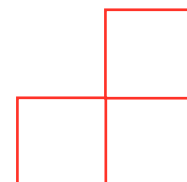
Las “redes sociales virtuales” (RSV) están representadas en internet por plataformas que facilitan a los individuos compartir información en diversos formatos y establecer relaciones interpersonales. En este estudio se analizó, a través de un cuestionario online, la relación existente entre el tiempo medio de uso y el tipo de uso que dedican 100 jóvenes adultos a las RSV y las relaciones con sus familias. Los resultados de las regresiones lineales múltiples relacionaban negativamente la adicción a las RSV con la cohesión y adaptabilidad familiar. No se halló relación significativa entre el tiempo medio de uso y las dimensiones del funcionamiento familiar. Estos resultados podrían ayudar a la identificación de factores de riesgo y de protección que tiene el uso excesivo de las RSV y que tienen los jóvenes en la forma de relacionarse social y familiarmente.

Palabras clave: adicción a internet, redes sociales virtuales, uso problemático de redes sociales, relaciones familiares, funcionamiento familiar.

Abstract

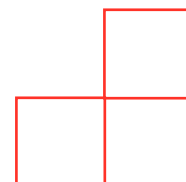
“Virtual social networks” (VSN) are represented on the Internet by platforms that enable individuals to share information in various formats and establish interpersonal relationships. This study analysed, through an online questionnaire, the relationship between the average time of use and the type of use that 100 young adults devote to VSN and their relationships with their families. The results of the multiple linear regressions negatively related RSV addiction to family cohesion and adaptability. No significant relationship was found between the average time of use and dimensions of family functioning. These results could help to identify risk and protective factors for the excessive use of VSN and the way young people relate to each other socially and in their families.

Key words: internet addiction, virtual social networking, problematic social networks use, family relations, family functioning.



Índice de contenidos

Introducción.....	7
Objetivos	11
Método	11
Participantes.....	11
Instrumentos.....	12
Procedimiento	12
Análisis estadísticos.....	13
Resultados	14
Discusión y conclusión	15
Referencias	18
Anexos	23
Anexo I. Test de Adicción a Internet	23
Anexo II. Cuestionario de Evaluación sobre Cohesión y Adaptabilidad Familiar (FACES20-esp).....	24

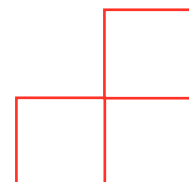


Introducción

Internet se ha convertido en una de las principales fuentes de información para los jóvenes. A través de ella, pueden compartir información y aprender nuevos conocimientos (Li et al., 2019). En concreto, las redes sociales han contribuido a un desarrollo humano virtualizado, que conlleva que el 90% de los jóvenes use más este medio que los medios de información tradicionales, según exponen Baccarella et al. (2018). Estos autores afirman el progreso globalizado que han tenido las redes sociales al romper las barreras espaciales y la configuración lingüística y cultural. Para entender más a fondo lo expuesto en el presente trabajo, se abordan seguidamente los diversos conceptos que se han incluido en nuestro estudio.

En primer lugar, Fernández (2013) define la red social como una estructura formada por un conjunto de organismos (individuos u organizaciones) que están unidos por lazos interpersonales. Estos lazos harían referencia a las diferentes relaciones existentes: familiares, de amistad, de trabajo o de intereses comunes. Teniendo en cuenta esta definición, prácticamente todas las personas pertenecemos a una red social. Ahora bien, las llamadas “redes sociales virtuales” (en adelante “RSV”), que se encuentran en el mundo digital (internet), están representadas por plataformas que facilitan a los individuos compartir información en diversos formatos y establecer relaciones interpersonales (Kazemian & Grant, 2020). En su libro, Roig-Vila (2016) refiere que aplicaciones como WhatsApp, Twitter, Facebook, Instagram, Telegram o el correo electrónico permiten ver, enviar, publicar y/o compartir mensajes de forma gratuita, siempre que los dispositivos tecnológicos (móvil, ordenador y tablet en mayor medida) dispongan de internet. Además, para hacer uso de ellas no es necesario tener formación en informática (Roig-Vila, 2016), lo cual facilita su uso.

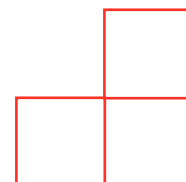
Los datos del Instituto Nacional de Estadística (INE, 2022) indican un aumento del uso de las RSV en España. En el año 2022, el 94,5% de la población con edades comprendidas entre 16 y 74 años había usado internet en los últimos tres meses, siendo 0,6 puntos más que el año anterior. En el mismo informe se mencionó que la franja de edad que hacía un mayor uso de internet es la de los jóvenes entre 16 y 24 años, siendo el 99,7% hombres y el 99,8% mujeres. A medida que avanza la edad, este uso sería menor, dándose el porcentaje más bajo en el rango de 65 a 74 años. La participación en las RSV fue mayor en mujeres (32,2%) que en hombres (26,4%). Según el INE, el 71,2% de personas utilizaban las RSV diariamente (INE, 2022). Por otro lado, IAB Spain destacó en su estudio anual sobre RSV que WhatsApp sigue siendo la plataforma más usada diariamente (94%), seguida de Instagram (68%), Facebook (65%), TikTok (59%), Twitter (54%) y YouTube (53%), en una población de edades comprendidas entre los 12 y 70 años (IAB Spain, 2022). Asimismo, dicho estudio encontró que se había reducido el tiempo



medio de uso de las RSV respecto a años anteriores, siendo la media de uso diaria general de una hora y diez minutos. Sin embargo, entre los jóvenes de 18 a 24 años, el tiempo de uso medio era mayor, llegando a estar conectados de media una hora y veintiocho minutos.

El progreso tecnológico y, en concreto, del uso de las RSV, está asociado a una serie de posibles beneficios y riesgos. Además de los beneficios mencionados en el segundo párrafo, autores como Keum et al. (2022) destacan otros que engloban las áreas emocional, social y de desarrollo. Señalan la creación de vínculos sociales, que durante la pandemia COVID-19 redujeron la ansiedad y el aislamiento, y la conexión en línea de forma selectiva, eficiente y significativa. Uno de los estudios del Pew Research Centre, donde se recogían experiencias que tenían los jóvenes con el uso de las RSV, mostró que los sujetos se sentían más conectados y apoyados cuando las usaban (Anderson & Jiang, 2018). Robinson et al. (2016) encontraron en su investigación que las RSV podrían ser un predisponente para la prevención del suicidio. Otros autores (Akram & Kumar, 2017; Siddiqui & Singh, 2016) encontraron en su revisión ciertos efectos positivos que podrían tener las RSV en los jóvenes: el desarrollo de habilidades de lectoescritura y de creatividad, el desarrollo de concienciación del mundo en el que viven, y la obtención de respuestas y asesoramiento. Del mismo modo, tener una autoestima óptima, autoidentidad y autoeficacia podrían ser factores que redujesen el riesgo a desarrollar un problema con el uso de internet (Fumero et al., 2018). Gupta et al. (2022), en su reciente revisión, encontraron también que el uso de RSV por parte de los más jóvenes estaba asociado con un aumento de bienestar, de aceptabilidad y de sentido de pertenencia.

Sin embargo, como se ha dicho, el uso de RSV puede estar asociado a ciertos riesgos. Podría existir el peligro de que las personas hicieran un uso inadecuado o problemático, en ocasiones inconsciente, de dichas RSV. Esta hipótesis podría estar sustentada por investigaciones como el metaanálisis de Huang (2022), que obtuvo correlaciones positivas del uso problemático de RSV con la depresión y la soledad. También Akram y Kumar (2017) y Siddiqui y Singh (2016) encontraron efectos negativos de las RSV en menores sobre un bajo rendimiento académico, una imagen corporal distorsionada y una conducta sexual de riesgo, y la pérdida de tiempo usando las RSV, y mayor riesgo de delitos como el ciberacoso y las conductas violentas que podrían llegar a desarrollar. En la misma línea, Bányai et al. (2017) reportaron que el 4,5% de la muestra adolescente pertenecía al grupo de riesgo de tener un uso problemático de RSV, presentando un elevado uso de RSV, baja autoestima y sintomatología depresiva. También Echeburúa Odriozola (2012) y Echeburúa y De Corral (2010) encontraron en sus estudios algunos factores que llevarían a hacer un uso problemático de las RSV: la personalidad que tiene el individuo (baja tolerancia a la frustración, impulsividad, labilidad emocional, búsqueda desmedida de emociones fuertes, timidez, baja autoestima, inseguridad),

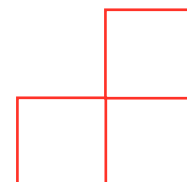


la falta de afecto sano, la insatisfacción personal con su vida, los fracasos (universitarios, laborales o sociales), el trabajo (donde se tiene que usar continuamente los dispositivos tecnológicos), la red de apoyo social creada a través de internet y una única vía de comunicación (la virtual). Otras revisiones mostraron las asociaciones negativas que había entre el uso de las RSV y el bienestar psicológico (Verduyn et al., 2017).

En este sentido, Gutpa et al. (2022) hallaron en su revisión estudios que habían encontrado una influencia perjudicial del uso de las RSV en el desarrollo de sintomatología depresiva, autolesiones y suicidio. Uno de los estudios incluidos en la revisión encontró que el 14,8% de los jóvenes que usaron RSV fueron ingresados en hospitales psiquiátricos, ya que suponían un riesgo para ellos mismos o para los demás (Nesi & Prinstein, 2015). También encontraron que el 40% de los jóvenes utilizaba el móvil en los cinco minutos previos a acostarse y que esto afectaba significativamente a la calidad del sueño y, por tanto, incrementaba el riesgo de problemas en la salud mental y en sus relaciones.

Pero ¿cuándo estaríamos hablando de que el uso de las RSV es problemático? En el momento en el que el individuo hace su vida entorno a la interacción con las RSV, ya se estaría confirmando el uso problemático (Contreras & Ottenberger, 2018). Es decir, el momento en que se pierde la capacidad para controlar el uso de las RSV y la dependencia a estar conectado, lo que supondría un malestar significativo en diversas áreas de su vida: trabajo o estudios, familia y amigos (Contreras & Ottenberger, 2018). Dicha pérdida de control podría dar lugar al desarrollo de un comportamiento adictivo en el usuario virtual (Echeburúa Odriozola & Becoña Iglesias, 2016). Baccarella et al. (2018) mencionaban en su artículo el uso adictivo de las RSV como una consecuencia no deseada de los beneficios que podían aportar estas plataformas. Este uso abusivo se traduciría en el tiempo que le dedicase el individuo a estar conectado, en el cambio comportamental y en la forma de relacionarse, entre otros (Navarrete-Villanueva et al., 2017). La conducta adictiva se mantendría porque el beneficio obtenido tiene mayor peso que el coste sufrido (Echeburúa & De Corral, 2010).

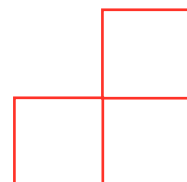
En la actualidad la adicción a internet o RSV no se encuentra incluida como trastorno mental en los libros de diagnóstico DSM (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders) y CIE (Clasificación Internacional de Enfermedades) (Pan et al., 2020). Goldberg (1995) fue el primero que habló de la adicción a internet como un desorden mental (IAD – Internet Addiction Disorder) basándose en los criterios diagnósticos del abuso de sustancias y, posteriormente, Young (1996) planteó esta adicción como un trastorno generalizado del control de impulsos (Pan et al., 2020; Li, 2023). La Organización Mundial de la Salud reconoció en la CIE-11 solo el uso problemático de internet en los videojuegos como un trastorno de los videojuegos que afecta a la salud (Varona et al., 2022).



Algunos de los posibles riesgos que se derivarían de la adicción a internet pueden verse recogidos en el metaanálisis de Fumero et al. (2018): a nivel individual se encontraron relaciones entre este tipo de adicción y rasgos de personalidad (impulsividad, hostilidad, irritabilidad), dificultades en la atención e interacción social y la desatención de responsabilidades; a nivel contextual se encontraron relaciones conflictivas en la familia y falta de apoyo paternofamiliar. Otros estudios asociaron el uso abusivo de las RSV con la soledad al aislarse, la autonegatividad al compararse con otros perfiles virtuales, el desinterés por otras actividades, recibir quejas por parte del círculo cercano sobre el uso que hace de las RSV, tener rumiaciones sobre estas, el desajuste emocional e, incluso, la aparición de trastornos mentales (Keum et al., 2022).

Por otro lado, otro de los efectos potencialmente nocivos del uso y abuso de las RSV que señala la literatura es el posible deterioro de las relaciones familiares. La familia es una de las redes de apoyo que juega un papel importante en la vida de los jóvenes que utilizan las RSV (Shi et al., 2017). Los estudios mencionados a continuación encontraron una relación significativa entre el uso excesivo de las RSV o del internet y el deterioro de las relaciones sociales de los jóvenes, especialmente de las relaciones familiares. Dans y Muñoz (2021) encontraron en los resultados de su estudio que el 49% de los adolescentes encuestados discutían con sus padres por usar internet. La base de este conflicto radicaba en el hecho de no querer compartir sus RSV con su familia. Fumero et al. (2018) y Echeburúa Odriozola (2012) mencionaron en sus estudios la vulnerabilidad psicológica, la presión social, las familias disfuncionales y el estrés como factores de riesgo de presentar un comportamiento adictivo a las RSV.

Antes de continuar, creemos necesario definir el concepto de familia, ya que ha pasado por diversos cambios en los últimos años. Tahull Fort (2022) menciona una transformación que ha habido en los últimos años que implica el cambio de necesidades que tienen las familias de ahora. Por ejemplo, se ha llegado a atrasar en edad todas las etapas cronológicas referidas a independizarse, conseguir una estabilidad laboral, casarse y tener hijos, entre otros. Ello implicaría que las familias convivan durante más tiempo, involucrando a más generaciones. Para nuestro estudio, la definición de familia que más se ajusta es la elaborada por Rondón García (2011): “institución basada en lazos de relación del matrimonio, descendencia o adopción constituida por padres, no necesariamente casados, y sus hijos, unidos y fortalecidos por el amor y el respeto mutuo”. El mismo autor añade: “conjunto de personas que comparten unas necesidades afectivas y unas funciones compartidas y negociadas por sus miembros”. Estas funciones familiares se traducirían, según Rivero-Lazcano et al. (2011), en tres dimensiones: cohesión, adaptabilidad y comunicación. En nuestro estudio nos centraremos en las dos primeras. Los mismos autores definieron la cohesión familiar como “el vínculo emocional que tienen los miembros de la familia entre sí” y la adaptabilidad familiar como “la habilidad que tiene



dicho sistema para cambiar”. En el estudio de Shi et al. (2017) se recogió la importancia que tenía este funcionamiento familiar, desarrollado de forma positiva, en la vida de los adolescentes, traduciéndose en una mayor autoestima y una menor soledad. Asimismo, en otros estudios como el de Marín-Cipriano (2018) se concluyó, según los resultados, que las familias que presentaban cohesión dispersa y adaptabilidad rígida y caótica se relacionaba con la presencia de adicción a internet en jóvenes.

Tras exponer un marco teórico, se observan varios huecos en la literatura previa que consideramos relevantes. Por un lado, la existencia de contradicciones en los resultados de los estudios mencionados. Por otro, el hecho de que la muestra utilizada por la mayoría de ellos haya sido con población adolescente, pero no con jóvenes adultos. Por último, existen escasos estudios encontrados que relacionen el uso de RSV con el funcionamiento familiar. Por consiguiente, hemos considerado importante hacer un estudio sobre la relación que podría existir entre el uso problemático de las RSV y las relaciones familiares de los jóvenes adultos.

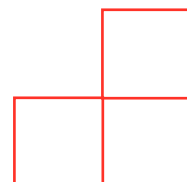
Por tanto, el objetivo principal de este trabajo consistiría en estudiar el grado en el que los jóvenes de entre 18 y 30 años hacen un uso problemático de las RSV, y la relación que podría tener con el tipo de relación de los miembros de su familia. La hipótesis inicial del presente estudio es que cuanto mayor sea el tiempo de uso de las RSV y mayor consumo de tipo abusivo haya, mayor empobrecimiento de las relaciones intrafamiliares se observará. A partir de dicha hipótesis, los objetivos específicos del estudio que se han planteado son:

1. Conocer el tiempo medio de uso que le dedica la muestra estudiada a usar las RSV.
2. Medir el grado de uso problemático que le dan los jóvenes adultos a las RSV.
3. Medir la cohesión y la adaptabilidad de las relaciones intrafamiliares de la muestra.
4. Conocer la relación que tienen el uso problemático de RSV y el tiempo que les dedican a estas y las relaciones intrafamiliares de los sujetos estudiados.

Método

Participantes

En este estudio se hizo un muestreo intencional o por conveniencia, seleccionando a los sujetos en función de su disponibilidad o accesibilidad. Participaron un total de 100 jóvenes, de los cuales, 28 eran del sexo masculino y 72 eran del sexo femenino. Toda la muestra tenía nacionalidad española y se encontraba en un rango de edad de 18-30 años.



Instrumentos

Para la recogida de los datos se administró un formulario online que contenía diversos ítems, que evaluaban la edad, el sexo, el país de procedencia, el sistema operativo del móvil y el tiempo de uso medio diario de RSV. Este formulario contenía también una batería compuesta por un total de dos instrumentos validados:

Test de Adicción a Internet de Young: IAT. Este instrumento original se adaptó para el estudio de la adicción a las RSV (Marín-Díaz et al., 2017). A diferencia del original, esta prueba adaptada está compuesta por 17 ítems medidos en una escala tipo Likert de 5 puntos (1= *raramente*, 2= *ocasionalmente*, 3= *frecuentemente*, 4= *muy a menudo* y 5= *siempre*) (véase Anexo I). La valoración máxima es de 85 puntos y mientras más alto sea el valor, mayor será el grado de uso abusivo/problemático de las RSV. El coeficiente de Alpha de Cronbach tiene un valor de 0,92.

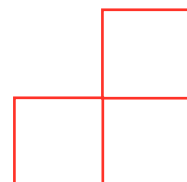
Cuestionario de Evaluación sobre Cohesión y Adaptabilidad Familiar: FACES-20esp. (Martínez-Pampliega et al., 2006). Este instrumento se ha escogido de la versión reducida y adaptada del original FACES II-50, que estudia dos dimensiones del funcionamiento familiar basadas en el modelo circunplejo de Olson, Sprenkle y Russell (1979). La prueba utilizada se compone de 20 ítems que se evalúan en una escala tipo Likert con 5 opciones de respuesta (1= *nunca o casi nunca*, 2= *pocas veces*, 3= *a veces*, 4= *con frecuencia* y 5= *casi siempre*). Con el FACES-20esp se analiza el tipo de relación familiar en dos dimensiones: *cohesión* compuesta por 10 ítems (1, 5, 9, 13, 23, 25, 27, 29, 38 y 42) y *adaptabilidad* con los 10 ítems restantes (2, 4, 10, 12, 16, 26, 28, 34, 41 y 47) (véase Anexo II). El coeficiente de regresión para cada valor del funcionamiento familiar es de 0,96 para cohesión y de 0,95 para adaptabilidad (Martínez-Pampliega, Iraurgi y Sanz, 2011).

Al final del formulario se incluyó un apartado de observaciones finales para los sujetos que quisieran responder abiertamente a la evaluación del formulario.

Procedimiento

Para la realización de este estudio empírico, en primer lugar, se obtuvo la aprobación del Comité de Ética de la Universidad Europea de Valencia, con número de aprobación CIPI/23.057.

Se utilizó un diseño transversal, en el cual se envió el formulario online en un solo momento a toda la muestra estudiada. La recogida duró mes y medio (desde el 24 de febrero hasta el 06 de abril) y se llevó a cabo intencionalmente. Es decir, los jóvenes que respondieron al formulario estaban repartidos por España, de manera que quedaban registradas las respuestas de aquellos a los que les llegaba el mensaje con el enlace y lo rellenaban. Asimismo,



se trata de un diseño relacional factorial que consta de una variable criterio, la relación intrafamiliar (con dos valores: cohesión familiar y adaptabilidad), y dos variables predictoras, la media diaria de uso de RSV en minutos y la adicción a las RSV. La muestra seleccionada para este estudio se obtuvo a través de un muestro no probabilístico por conveniencia, ya que se centró en los jóvenes que tenían entre 18 y 30 años en el momento de recoger los datos.

Para contactar con los sujetos, se realizó un formulario online a través de la plataforma Microsoft Forms y se envió el enlace junto con un mensaje que incluía nombre de la alumna, finalidad del estudio, edad de los participantes, anonimidad y agradecimiento. Se utilizaron tres RSV para difundirlo: WhatsApp, Facebook e Instagram. Al abrir el formulario, los participantes encontrarían un consentimiento informado en el que se explicaba la participación voluntaria y el carácter anónimo y confidencial de los datos, así como la posibilidad de retirarse del estudio en cualquier momento, junto con los ítems y cuestionarios seleccionados para rellenar. El orden de presentación de las preguntas fue el siguiente: 1) Aceptación de realizar el estudio, 2) Edad, 3) Sexo, 4) País, 5) Sistema operativo de móvil, y en función de esta respuesta 6) Tiempo de uso medio de RSV en Android o en IOS, 7) Test de adicción a las RSV, 8) Cuestionario de Evaluación sobre Cohesión y Adaptabilidad Familiar y 9) Observaciones finales.

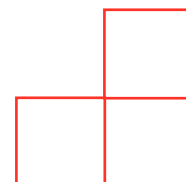
Para la cumplimentación del formulario no se llevó a cabo un control por parte de los investigadores, ya que los sujetos podían rellenarlo en el momento libre del día que tuvieran. Por otro lado, tras obtener 100 respuestas del formulario y previamente al análisis de los datos, se transformó el valor de la variable “tiempo de uso medio de RSV”, haciendo la media diaria y cambiándola de horas a minutos.

Análisis estadísticos

En primer lugar, se hicieron análisis descriptivos de cada una de las variables incluidas en estudio, calculando las medias y las desviaciones típicas para cada una de ellas. Del mismo modo, se calcularon los coeficientes de consistencia interna Alpha de Cronbach para cada uno de los instrumentos.

También se realizó una comparación entre grupos en función del sexo para estimar si existían diferencias en las variables estudiadas por sexo. Como el test de Shapiro-Wilk fue significativo para todas las variables, se realizaron pruebas no paramétricas, en concreto, se calculó la U de Mann-Whitney.

Para estudiar la relación entre el tiempo de uso de RSV y el uso problemático de estas y las relaciones familiares, se realizaron dos regresiones lineales múltiples, en las que se usaron como variables predictoras el tiempo medio de uso autorreportado y la puntuación total en la



escala IAT y, como variables dependientes los dos factores de la escala FACES-20esp, adaptabilidad y cohesión familiar.

Para la realización del análisis de los datos se utilizó el programa estadístico Statistical Package for the Social Sciences (SPSS. Versión 28).

Resultados

De los 100 sujetos que realizaron el estudio, 72 eran mujeres y la mayoría (56) utilizaron un sistema operativo Android. La Tabla 1 muestra el valor promedio y la dispersión que existe en cada variable estudiada.

Tabla 1

Estadísticos descriptivos de las variables estudiadas

	N	M	DE
Media mins/día	98	265.96	269.850
IAT-total	100	28.62	9.209
FACES-COHES	100	37.51	8.339
FACES-ADAPT	100	33.07	9.380

Nota: N = Muestra, M = Media, DE = Desviación Estándar

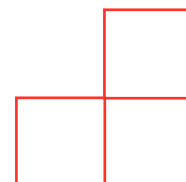
Por otro lado, la consistencia interna fue de $\alpha = ,856$ para el IAT, y de $\alpha = ,924$ para el FACES. Esto se considera excelente.

Posteriormente, se calcularon las diferencias entre ambos grupos del factor sexo para cada una de las variables (véase Tabla 2). Solamente se identifican diferencias estadísticamente significativas en la cohesión familiar, aunque con un tamaño de efecto pequeño, siendo las puntuaciones totales de las mujeres significativamente más altas que las de los hombres.

Tabla 2

U de Mann-Whitney para las diferentes variables estudiadas

	U	Valor p	Tamaño del efecto (d)
Media mins/día	1093	,285	,012
IAT-total	1043	,788	,001
FACES-COHES	1264	,049	,040
FACES-ADAPT	1189	,164	,019



En la Tabla 3 pueden observarse los resultados de las regresiones lineales múltiples. Ambos modelos fueron estadísticamente significativos. El porcentaje de varianza explicado por las variables independientes fue de 6,8% para la cohesión familiar y del 5,1% para la adaptabilidad. Estos valores se consideran bajos.

Tabla 3

Resultados de las regresiones múltiples

Modelo	R ² corregida	ANOVA	
		F	Valor p
Tiempo de uso+ IAT sobre cohesión familiar	,068	4,539	,013
Tiempo de uso+ IAT sobre adaptabilidad familiar	,051	3,618	,031

Para el primer modelo, de las dos variables predictoras, solo la adicción y no el tiempo de uso, predice negativamente la cohesión familiar ($p = ,004$). En el segundo modelo, sucede lo mismo ($p = ,010$).

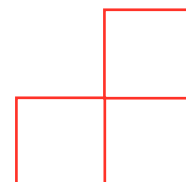
Discusión y conclusión

El presente estudio investigó la relación que podría existir entre el uso problemático de las RSV y las relaciones familiares de los jóvenes adultos. Como hipótesis de partida se planteó que un incremento en el tiempo de uso de las RSV y un aumento en el consumo abusivo de estas conllevaría un mayor empobrecimiento de las relaciones intrafamiliares.

Los resultados encontrados indican, por un lado, que en nuestra muestra la media de la cohesión familiar fue significativamente más alta en mujeres. No se hallaron los mismos resultados al estudiar la validez estructural del instrumento FACES-20esp (Martínez-Pampliega, Iraurgi y Sanz, 2011). Más bien al contrario, estos autores no encontraron diferencias significativas entre ambos sexos.

No se ha encontrado literatura previa que haya investigado este tema en particular, lo que se podría deber al hueco en la investigación que evalúe la relación entre la cohesión familiar y el sexo.

Por otro lado, en nuestro estudio se halló una asociación negativa entre la adicción a las RSV y cada una de las dimensiones del funcionamiento familiar estudiadas, siendo peor el funcionamiento familiar cuando mayor era la adicción. En la misma línea se encuentran estudios como el de Wu et al. (2016), cuyos resultados predijeron positivamente la adicción a internet en familias disfuncionales, con conflictos familiares. Asimismo, otros estudios añadirían que el funcionamiento familiar no solo afectaría directamente a la adicción a internet, sino

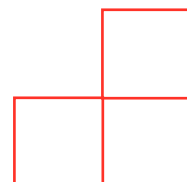


indirectamente también a través de factores personales como la autoestima y la soledad, que se relacionarían positivamente con dicha adicción (Shi et al., 2017). Igualmente, Aponte et al. (2017) encontraron en su muestra que la baja cohesión familiar, la baja comunicación y afectividad en la familia se asociaba a presentar mayor adicción a internet en los adolescentes. En otro estudio (Sarour & El Keshky, 2022) los resultados fueron algo diferentes: por una parte, hallaron una relación negativa entre cohesión familiar y adicción a internet y, por otra, obtuvieron una relación positiva entre adaptabilidad familiar y adicción a internet.

Estos resultados podrían explicarse por una falta de funcionamiento familiar positivo. Es decir, que el entorno de crianza del joven no fuera sano y no tuviera factores de protección como el apego, el cuidado, la educación digital, una adecuada comunicación y el aprendizaje y desarrollo de habilidades de afrontamiento, lo cual elevaría el riesgo de hacer un uso problemático de las RSV (Fumero et al., 2018). Los hallazgos de nuestro estudio fueron consistentes con los de Chung y Lee (2019), que encontraron una asociación entre la adicción a internet y factores personales (impulsividad y agresividad) y ambientales (baja cohesión familiar y actitud negativa en la escuela). Otros autores (Sarour & El Keshky, 2022) referían que el uso excesivo de internet en adolescentes podría dar lugar a que pasaran menos tiempo con sus padres y aquellos que provenían de familias desestructuradas buscaran atención fuera, incluso a través de las RSV.

Como se ha podido observar en el presente estudio, el uso problemático de las RSV predecía un peor funcionamiento familiar. Estos hallazgos podrían ser valiosos para la práctica clínica. Estudiar el tiempo medio de uso de las RSV podría jugar un papel clave para la prevención del comportamiento adictivo de estas, como señala Nakayama et al. (2020). Asimismo, la ratificación de la influencia que ejercen los factores familiares sobre la adicción a internet supondría la ventaja de prestar más atención al deterioro del funcionamiento familiar (Ko et al., 2015). Por lo tanto, estos resultados podrían ayudar a la identificación de factores de riesgo y de protección que tiene el uso excesivo de las RSV y que tienen los jóvenes en la forma de relacionarse social y familiarmente (Faltýnková et al., 2020).

Para entender mejor nuestro estudio y dar a conocer una posible explicación de los resultados obtenidos es necesario mencionar las limitaciones que presenta. Lo primero de todo es que la naturaleza transversal de nuestro estudio implica que no pueden establecerse relaciones causales entre las variables. Del mismo modo, el tamaño muestral limita la generalización de los resultados. Además, se utilizó un muestreo por conveniencia, en vez de usar un método aleatorio para aumentar la representatividad del estudio. En relación con la recogida de datos, hubo falta de control por parte de los investigadores, lo que podía aumentar el sesgo. No se pudieron resolver dudas durante la realización del formulario y, además, la

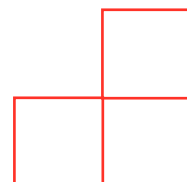


edad escogida podía conllevar el desuso de las RSV. Asimismo, el uso del instrumento FACES-20esp en jóvenes adultos podría no ser adecuado, ya que los ítems están redactados para evaluar núcleos familiares con hijos menores. Sin embargo, la versión usada está validada para el uso con dicha población. Por otra parte, los datos recogidos acerca del tiempo de uso medio en los dos sistemas operativos (Android e IOS) fueron diferentes. Esto se debió a la complejidad que suponía Android para recopilar este dato y la facilidad que tenía IOS.

Aunque este estudio presente limitaciones, también contiene aportaciones originales. Principalmente el haber usado una muestra con edades de 18 a 30 años y relacionar el grado de uso problemático de las RSV con la forma de relación familiar entre los miembros, ya que en estudios previos se ha investigado el uso problemático de internet en adolescentes.

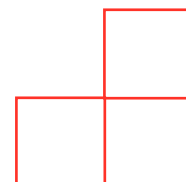
Para futuras investigaciones, sería necesario la implementación de estudios longitudinales que tuvieran en cuenta las mismas variables, para poder establecer posibles relaciones causales. Asimismo, para incrementar la representatividad, utilizaría una muestra grande seleccionada de forma aleatoria y con una recogida de datos controlada. Por otro lado, podría ser interesante estudiar una variable que midiera el tipo de uso que le dan los padres a las RSV y observar cómo influiría sobre el funcionamiento familiar. Otra línea de investigación podría ser descubrir el papel que juegan diversos factores individuales y ambientales en el aumento de conductas adictivas de las RSV (Sun & Zhang, 2021).

En conclusión, el uso que se le dé a las RSV conllevará consecuencias en la forma de relacionarse presencialmente, incluso en el desarrollo de la personalidad (Gupta et al., 2022). Por tanto, sería beneficioso el trabajo conjunto de profesionales de la salud, familias y educadores para diseñar estrategias de prevención y promoción de la salud como desarrollar hábitos de vida saludables, fomentar la comunicación presencial, usar adecuadamente las RSV y fomentar otras aficiones alejadas del uso de las tecnologías (Navarrete-Villanueva et al., 2017).

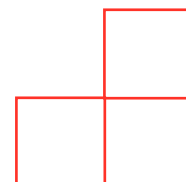


Referencias

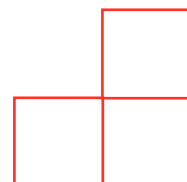
- Akram, W., & Kumar, R. (2017). A Study on Positive and Negative Effects of Social Media on Society. *International Journal of Computer Sciences and Engineering*, 5(10), 351–354. <https://doi.org/10.26438/ijcse/v5i10.351354>
- Anderson, M., & Jiang, J. (2018). Teens, Social Media & Technology 2018. Pew Research Center. <https://www.pewresearch.org/internet/2018/05/31/teens-social-media-technology-2018/>
- Aponte, D., Castillo, P., & Gonzalez, J. (2017). Prevalencia de adicción a Internet y su relación con disfunción familiar en adolescentes. *Revista Clínica de Medicina Familiar*, 10(3), 179–186. <https://scielo.isciii.es/pdf/albacete/v10n3/1699-695X-albacete-10-03-179.pdf>
- Baccarella, C. V., Wagner, T. F., Kietzmann, J. H., & McCarthy, I. P. (2018). Social media? It's serious! Understanding the dark side of social media. *European Management Journal*, 36(4), 431–438. <https://doi.org/10.1016/j.emj.2018.07.002>
- Bányai, F., Zsila, Á., Király, O., Maraz, A., Elekes, Z., Griffiths, M. D., Andreassen, C. S., & Demetrovics, Z. (2017). Problematic social media use: Results from a large-scale nationally representative adolescent sample. *PLoS ONE*, 12(1), 10–14. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0169839>
- Chung, S., & Lee, J. (2019). Personal factors, internet characteristics and environmental factors contributing to adolescent internet addiction: A public health perspective. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(23). doi: 10.3390/ijerph16234635
- Contreras, C., & Ottenberger, D. (2018). Adaptación Transcultural y Evaluación de las Estructuras Factoriales del Test de Adicción a Internet en Chile: Desarrollo de una Versión Abreviada. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica*, 49(4). <https://doi.org/10.21865/ridep49.4.12>
- Dans, I., & Muñoz, P. C. (2021). Internet y redes sociales: un desafío a la convivencia familiar. *Educatio Siglo XXI*, 39(2), 123–142. <https://doi.org/10.6018/educatio.463221>
- Echeburúa Odriozola, E. (2012). Factores de riesgo y factores de protección en la adicción a las nuevas tecnologías y redes sociales en jóvenes y adolescentes. *Revista Española de Drogodependencias*, 37(4), 435–447.
- 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. <https://doi.org/10.20882/adicciones.196>
- Echeburúa Odriozola, E., & Becoña Iglesias, E. (2016). Abuso de Internet: ¿antesala para la



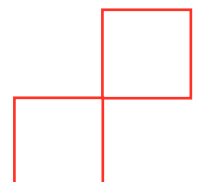
- adicción al juego de azar online? *Abuso de Internet: ¿Antesala Para La Adicción Al Juego de Azar Online?*, 105–130. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5619912>
- Faltýnková, A., Blinka, L., Ševčíková, A., & Husarova, D. (2020). The associations between family-related factors and excessive internet use in adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(5). <https://doi.org/10.3390/ijerph17051754>
- Fernández, N. (2013). Trastornos de conducta y redes sociales en Internet. *Salud Mental*, 36(6), 521–527. <https://doi.org/10.17711/sm.0185-3325.2013.063>
- Goldberg, I. (1995). *Internet Addiction disorder. Diagnostic criteria.*
- Gupta, C., Jogdand, D. S., & Kumar, M. (2022). Reviewing the Impact of Social Media on the Mental Health of Adolescents and Young Adults. *Cureus*, 14(10). <https://doi.org/10.7759/cureus.30143>
- Huang, C. (2022). A meta-analysis of the problematic social media use and mental health. *International Journal of Social Psychiatry*, 68(1), 12–33. <https://doi.org/10.1177/0020764020978434>
- IAB Spain (2022). *Estudio anual de redes sociales: versión reducida.* <https://iabspain.es/estudio/estudio-de-redes-sociales-2022/>
- Instituto Nacional de Estadística (INE, 2022). *Ciencia y tecnología, sociedad de la información. 6.4. Población que usa Internet (en los últimos tres meses). Tipo de actividades realizadas por Internet.* 1–8. https://www.ine.es/ss/Satellite?L=es_ES&c=INESeccion_C&cid=1259925528782&p=1254735110672&pagename=ProductosYServicios%2FPYSLayout
- Kazemian, S., & Grant, S. B. (2020). The challenges of internal social networking for higher education: a brief review of the literature. *Journal of Data, Information and Management*, 2(4), 225–241. <https://doi.org/10.1007/s42488-020-00028-w>
- Keum, B. T. , Wang, Y. W., Callaway, J., Abebe, I., Cruz, T., & O'Connor, S. (2022). Benefits and harms of social media use: A latent profile analysis of emerging adults. *Current Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03473-5>
- Ko, C. H., Wang, P. W., Liu, T. L., Yen, C. F., Chen, C. S., & Yen, J. Y. (2015). Bidirectional associations between family factors and Internet addiction among adolescents in a prospective investigation. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 69(4), 192–200. <https://doi.org/10.1111/pcn.12204>
- Li, G. (2023). A latent profile transition analysis and influencing factors of internet addiction for



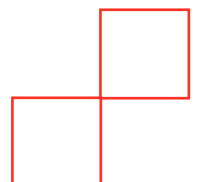
- adolescents: A short-term longitudinal study. *Heliyon*, 9(3), e14412. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e14412>
- Li, G., Hou, G., Yang, D., Jian, H., & Wang, W. (2019). Relationship between anxiety, depression, sex, obesity, and internet addiction in Chinese adolescents: A short-term longitudinal study. *Addictive Behaviors*, 90(November 2018), 421–427. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2018.12.009>
- Marín-Díaz, V., Sampedro Requena, B. E., & Vega Gea, E. (2017). Estudio psicométrico de la aplicación del Internet Addiction Test con estudiantes universitarios españoles. *Contextos Educativos. Revista de Educación*, 2, 147. <https://doi.org/10.18172/con.3067>
- Marín-Cipriano, C. (2018). Artículos originales Adicción a internet y funcionalidad familiar en universitarios de Lima Norte Internet addiction and family functionality in university students in Lima Norte. *Casus*, 3(1), 1–8.
- Martínez-Pampliega, A., Iraurgi, I., Sanz, M., & Galíndez, E. (2006). Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scale (FACES): desarrollo de una versión de 20 ítems en español. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 6(2), 317–338. <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1983717&info=resumen&idioma=SPA>
- Martínez-Pampliega, A., Iraurgi Castillo, I. & Sanz Vázquez, M. (2011). Validez estructural del FACES-20Esp: Versión española de 20 ítems de la Escala de Evaluación de la Cohesión y Adaptabilidad Familiar. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*, 29(1), 147–165. http://www.aidep.org/03_ridep/R29/r29art8.pdf
- Nakayama, H., Ueno, F., Mihara, S., Kitayuguchi, T., & Higuchi, S. (2020). Relationship between problematic Internet use and age at initial weekly Internet use. *Journal of Behavioral Addictions*, 9(1), 129–139. <https://doi.org/10.1556/2006.2020.00009>
- Navarrete-Villanueva, D., Castel-Feced, S., Romanos-Calvo, B., & Bruna-Barranco, I. (2017). Influencia negativa de las redes sociales en la salud de adolescentes y adultos jóvenes: una revisión bibliográfica. *Psicología y Salud*, 27(2), 255–267. <http://psicologiaysalud.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/2531>
- Nesi, J., & Prinstein, M. J. (2015). Using social media for social comparison and feedback-seeking: gender and popularity moderate associations with depressive symptoms. *J Abnorm Child Psychol*, 43(8), 1427–1438. doi: 10.1007/s10802-015-0020-0
- Olson, D.H., Sprenkle, D.H. y Russell, C.S. (1979). Circumplex model of marital and family systems, I: Cohesion and adaptability dimensions, family types, and clinical applications. *Family Process*, 18, 3-28.



- Pan, Y. C., Chiu, Y. C., & Lin, Y. H. (2020). Systematic review and meta-analysis of epidemiology of internet addiction. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 118(March), 612–622. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2020.08.013>
- Rivero-Lazcano, N., Martínez-Pampliega, A. & Iraurgi, I. (2011). El Papel del Funcionamiento y la Comunicación Familiar en los Síntomas Psicossomáticos. *Clínica y Salud*, 22(2), 175–186. <https://doi.org/10.5093/cl2011v22n2a6>
- Robinson, J., Cox, G., Bailey, E., Hetrick, S., Rodrigues, M., Fisher, S., & Herrman, H. (2016). Social media and suicide prevention: A systematic review. *Early Intervention in Psychiatry*, 10(2), 103–121. <https://doi.org/10.1111/eip.12229>
- Roig-Vila, R. (2016). *Tecnología, innovación e investigación en los procesos de enseñanza-aprendizaje*. Universidad de Alicante.
- Rondón García, L. M. (2011). Nuevas formas de familia y perspectivas para la mediación: El tránsito de la familia modelo a los distintos modelos familiares. *Unia*, 1–14. <http://dspace.unia.es/bitstream/handle/10334/1691/4Rondon.pdf?sequence=3>
- Sarour, E. O. A., & El Keshky, M. E. S. (2022). Deviant peer affiliation as a mediating variable in the relationship between family cohesion and adaptability and internet addiction among adolescents. *Current Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03270-0>
- Shi, X., Wang, J., & Zou, H. (2017). Family functioning and Internet addiction among Chinese adolescents: The mediating roles of self-esteem and loneliness. *Computers in Human Behavior*, 76, 201–210. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.07.028>
- Siddiqui, S. & Singh, T. (2016). Social media its impact with positive and negative aspects. *International Journal of Computer Applications Technology and Research*, 5(2), 71-75. doi: 10.7753/IJCATR0502.1006
- 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>
- Tahull Fort, J. (2022). ¿Jóvenes y adultos buscando el sentido de la vida? El deficiente proceso de emancipación hacia la madurez. *Cauriensia. Revista Anual De Ciencias Eclesiásticas*, 17, 585–608. <https://doi.org/10.17398/2340-4256.17.585>
- Varona, M. N., Muela, A., & Machimbarrena, J. M. (2022). Problematic use or addiction? A scoping review on conceptual and operational definitions of negative social networking sites use in adolescents. *Addictive Behaviors*, 134(June), 107400. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2022.107400>



- Verduyn, P., Ybarra, O., Resibois, M., Jonides, J., & Kross, E. (2017). Do social network sites enhance or undermine subjective wellbeing? A critical review. *Social Issues and Policy Review*, 11, 274–302. <https://doi.org/10.1111/sipr.12033>
- Wu, C. S. T., Wong, H. T., Yu, K. F., Fok, K. W., Yeung, S. M., Lam, C. H., & Liu, K. M. (2016). Parenting approaches, family functionality, and internet addiction among Hong Kong adolescents. *BMC Pediatrics*, 16(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12887-016-0666-y>
- Young, K. S. (1996). Psicología del Uso Informático: XL. Uso adictivo de Internet: un caso que rompe el estereotipo. *Informes psicológicos*, 79 (3), 899–902. <https://doi.org/10.2466/pr0.1996.79.3.899>
- Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyber Psychology & Behavior*, 1(3), 237-244. doi:10.1089/cpb.1998.1.237



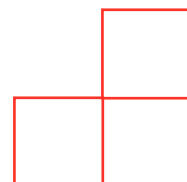
Anexos

Anexo I: Test de Adicción a Internet (Marín-Díaz et al., 2017)

A continuación, se presentan una serie de preguntas relacionadas con el uso personal de las redes sociales. Indique, por favor, con qué frecuencia le ocurren a usted, siendo:

1 = Raramente	4 = Muy a menudo
2 = Ocasionalmente	5 = Siempre
3 = Frecuentemente	

3. ¿Con qué frecuencia prefieres pasar el tiempo conectado a internet en vez de pasarlo con tu pareja o amigos?	1	2	3	4	5
4. ¿Con qué frecuencia creas nuevas relaciones con otros usuarios de las redes sociales?	1	2	3	4	5
6. ¿Con qué frecuencia tus calificaciones o trabajos universitarios se ven afectados a causa del tiempo que pasas conectado a las redes sociales?	1	2	3	4	5
8. ¿Con qué frecuencia tu rendimiento en los estudios se ve afectado por el tiempo que pasas en las redes sociales?	1	2	3	4	5
9. ¿Con qué frecuencia te pones a la defensiva o en actitud reservada cuando alguien te pregunta lo que haces en las redes sociales?	1	2	3	4	5
10. ¿Con qué frecuencia bloqueas pensamientos/ideas de tu vida diaria que te perturban con pensamientos/ideas de lo que sucede en tu vida en la red social?	1	2	3	4	5
12. ¿Con qué frecuencia te enfadas cuando alguien te interrumpe cuando estás conectado a las redes sociales?	1	2	3	4	5
17. ¿Con qué frecuencia cuando te preguntan el tiempo que pasas conectado a las redes sociales, ocultas el tiempo real de conexión?	1	2	3	4	5
18. ¿Con qué frecuencia pasas más tiempo conectado a las redes sociales en vez de salir con tus amigos y conocidos?	1	2	3	4	5
19. ¿Con qué frecuencia te encuentras deprimido, enfadado o malhumorado si no estás conectado a las redes sociales y esta sensación desaparece cuando te conectas?	1	2	3	4	5
2. ¿Con qué frecuencia descuidas las tareas del hogar para pasar más tiempo conectado a las redes sociales?	1	2	3	4	5



5. ¿Con qué frecuencia las demás personas de tu vida se quejan del tiempo que pasas conectado a las redes sociales?	1	2	3	4	5
11. ¿Con qué frecuencia piensa que la vida sin las redes sociales sería aburrida?	1	2	3	4	5
13. ¿Con qué frecuencia pasas la noche o parte de esta conectado a las redes sociales?	1	2	3	4	5
14. ¿Con qué frecuencia te sientes desconectado (no piensas en las redes) cuando no estás conectado a las redes sociales?	1	2	3	4	5
15. ¿Con qué frecuencia tienes que desconectar de la red social y piensas “unos minutos más”?	1	2	3	4	5
16. ¿Con qué frecuencia intentas reducir el tiempo que pasas conectado a las redes sociales y no lo logras?	1	2	3	4	5

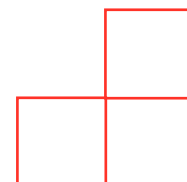
Nota: Test de Young (1998), adaptado y validado para el estudio de redes sociales.

Anexo II: Cuestionario de Evaluación sobre Cohesión y Adaptabilidad Familiar (Martínez-Pampliega et al., 2006)

A continuación, se presentan una serie de afirmaciones relacionadas con aspectos que se producen en las familias y entre los familiares. Indique, por favor, con qué frecuencia le ocurren a usted, siendo:

1 = Nunca o casi nunca	3 = A veces	5 = Casi siempre
2 = Pocas veces	4 = Con frecuencia	

1. Los miembros de la familia se sienten muy cercanos unos a otros.	1	2	3	4	5
2. Cuando hay que resolver problemas, se siguen las propuestas de los hijos.	1	2	3	4	5
4. En nuestra familia la disciplina (normas, obligaciones, consecuencias, castigos) es justa.	1	2	3	4	5
5. Los miembros de la familia asumen las decisiones que se toman de manera conjunta como familia.	1	2	3	4	5
9. Los miembros de la familia se piden ayuda mutuamente.	1	2	3	4	5
10. En cuanto a su disciplina, se tiene en cuenta la opinión de los hijos (normas, obligaciones).	1	2	3	4	5
12. Cuando surgen problemas, negociamos para encontrar una solución.	1	2	3	4	5
13. En nuestra familia hacemos cosas juntos.	1	2	3	4	5



16. Los miembros de la familia dicen lo que quieren libremente.	1	2	3	4	5
23. En nuestra familia nos reunimos todos juntos en la misma habitación (sala, cocina).	1	2	3	4	5
25. A los miembros de la familia les gusta pasar su tiempo libre juntos.	1	2	3	4	5
26. En nuestra familia, a todos nos resulta fácil expresar nuestra opinión.	1	2	3	4	5
27. Los miembros de la familia se apoyan unos a otros en los momentos difíciles.	1	2	3	4	5
28. En nuestra familia se intentan nuevas formas de resolver los problemas.	1	2	3	4	5
29. Los miembros de la familia comparten intereses y hobbies,	1	2	3	4	5
34. Todos tenemos voz y voto en las decisiones familiares importantes.	1	2	3	4	5
38. Los miembros de la familia se consultan unos a otros sus decisiones.	1	2	3	4	5
41. Los padres y los hijos hablan juntos sobre el castigo.	1	2	3	4	5
42. La unidad familiar es una preocupación principal.	1	2	3	4	5
47. Los miembros de la familia comentamos los problemas y nos sentimos muy bien con las soluciones encontradas.	1	2	3	4	5

Nota: Cuestionario original FACES II-50; ítems seleccionados para Cohesión y Adaptabilidad.

