



GRADO EN PSICOLOGÍA

Trabajo Fin de Grado

**Efecto de la exposición a contenido ofensivo online
en los problemas de salud y felicidad**

Presentado por: David Augusto Milicia Navarro

Director/es:

Javier Esparza Reig

Curso: 2022-2023

Convocatoria: Ordinaria

Resumen

El efecto que tiene en las personas estar expuestos a contenido ofensivo en línea no ha sido estudiado en profundidad a pesar de que el uso de internet forma parte de nuestro día a día. El objetivo de la investigación busca conocer la relación que tienen la exposición al contenido ofensivo en línea (vulnerabilidad), la felicidad y la salud mental; como afecta la edad sobre la vulnerabilidad y por último, si la vulnerabilidad, la felicidad y la salud mental son predictores de la satisfacción con la vida. Para esto se evaluó una muestra de 500 personas (66.4% mujeres) con una edad media de 24.59 años (DT= 8.99) por medio de cuestionarios que midieron la vulnerabilidad, la felicidad, la salud mental y la satisfacción con la vida, realizando con los resultados correlaciones de Pearson y regresiones lineales tanto simples como múltiples. Se encontró que a medida que la edad aumenta, la variable vulnerabilidad disminuye; por otro lado, la vulnerabilidad se encontró relacionada con la salud mental y no con la felicidad. Por último solo las variables salud mental y felicidad resultaron predictoras de la satisfacción con la vida.

Palabras claves:

Edad, Exposición al contenido ofensivo en línea, vulnerabilidad, felicidad, salud mental, satisfacción con la vida.

Abstract

The effect on people of being exposed to offensive content online has not been studied in depth despite the fact that the use of the Internet is part of our daily lives. The objective of the research seeks to know the relationship between exposure to offensive content online (vulnerability), happiness and mental health; how age affects vulnerability and finally, whether vulnerability, happiness and mental health are predictors of life satisfaction. For this, a sample of 500 people (66.4% women) with a mean age of 24.59 years (SD= 8.99) was evaluated through questionnaires that measured vulnerability, happiness, mental health and

satisfaction with life, performing Pearson's correlations and simple and multiple linear regressions. It was found that as age increases, the vulnerability variable decreases; on the other hand, vulnerability was found to be related to mental health and not to happiness. Finally, only the variables mental health and happiness were predictors of satisfaction with life.

Keywords:

Age, Exposure to offensive content online, vulnerability, happiness, mental health, life satisfaction

Índice

Introducción.....	5
Método.....	10
Procedimiento.....	10
Instrumentos.....	12
Análisis realizados.....	13
Resultados.....	13
Discusión.....	15
Referencias.....	18

1. Introducción

A partir de 2013 ha aumentado el número de adolescentes que cuentan con algún grado de malestar psicológico desde moderado a uno más serio ha crecido desde un 24% en el 2013 a un 39% en el 2017, a su vez desde el 2009 al 2014 ha habido un aumento del 110% de ingresos hospitalarios de chicas debido a conductas autolesivas siendo el suicidio la segunda causa de muerte en jóvenes canadienses (Abi-Jaoude et al., 2020). Según el mismo equipo, esto también ocurre en Estados Unidos, pues se ha duplicado el número de ingresos hospitalarios por intentos de suicidio o ideación suicida desde el año 2008 al 2015.

Conjuntamente con este aumento se ha dado otro paralelamente en los últimos 6 años donde el número de adolescentes de entre los 13 a los 17 años que tienen móviles aumentó en un 89%, además, el 70% de los adolescentes usan redes sociales varias veces al día estando un tercio por encima de los adolescentes en 2012 (Rideout et al. 2018).

Este crecimiento conjunto junto con el hecho de que los jóvenes son personas especialmente vulnerables a las repercusiones de las redes sociales debido a que se encuentran en un proceso de desarrollo y no cuentan con sus recursos psicosociales bien desarrollados (Casado y Sánchez, 2022) se estudia la posibilidad de que haya algún grado de relación entre las variables.

Para dar una respuesta a esa idea, Abi-Jaoude et al (2020) observó que los estudiantes que pasaban más tiempo en Facebook eran más propensos a desarrollar sentimientos de envidia, sentir que otros se encontraban mejor que ellos, FOMO (Fear of missing out) o algún efecto negativo psicológico, sin embargo otro estudio dice que el tiempo empleado en redes sociales es en realidad un mal predictor de la salud mental, encontrando además que ni el tiempo ni la importancia que los individuos le daban a las redes sociales eran predictores de la salud mental, a excepción de las conductas de “vaguebooking” (Publicar contenido poco claro pero que resulte alarmante con la finalidad de llamar la atención) (Berryman et al., 2018).

También se ha asociado el uso de redes sociales con preocupaciones con respecto a su imagen corporal y trastornos de la conducta alimentaria. También se observó que publicar pensamientos suicidas o autolesivos tanto en fotos como en vídeos se puede ver comentado por mensajes dando un feedback positivo o contando experiencias personales de autolesión siendo rara vez comentado ofreciendo consuelo o hablando sobre procesos de recuperación romantizando así este tipo de conductas. Sin embargo dar como solución un abordaje prohibitivo es contraproducente ya que las redes sociales terminan siendo una forma más del psicodesarrollo de los adolescentes, siendo importante ayudarles a navegar y acompañándolos en su evolución (Abi-Jaoude et al., 2020).

Dodemaide et al. (2022) encontraron que los participantes consideraban que el riesgo de las redes sociales era mayor en población que padecía de una enfermedad mental preexistente o alguna vulnerabilidad a estas, siendo entonces algunas redes sociales específicas las cuales podrían conducirles a experiencias negativas o aumentar exponencialmente su riesgo de suicidio. Además citan otro artículo donde comentan que una muestra de 3946 jóvenes de Reino Unido demostró que el acceso a internet relacionado con el suicidio era común pero este era mayor en la población que contaba con antecedentes de ideación suicida y que los adultos jóvenes entraban tanto a sitios útiles como perjudiciales, haciendo esta distinción entre sitios útiles y perjudiciales. Comentan que YouTube era identificado por los participantes como una plataforma en la cual cuentan con un sentimiento de control sobre el contenido que están viendo, lo que les resulta útil para su estado de ánimo, convirtiéndose así en una distracción o forma de escape (Andika et al., 2021; Dodemaide et al., 2022; Sharma et al., 2020).

Instagram por otro lado recibió comentarios tanto positivos como negativos de los participantes; mientras que a unos les levantaba el estado de ánimo (Dodemaide et al., 2022), a otros les generaba una visión más negativa de sí mismos debido a la comparación que

hacían con otros, también alimentaba su percepción negativa sobre su autoestima y su imagen corporal (Sherlock y Wagstaff, 2019), además comentan que promueve expectativas irreales mostrando el cuerpo y estilo de vida de los demás como perfectos (Dodemaide et al., 2022).

También informaron la utilidad de Facebook en cuanto a la posibilidad de hablar con otros, planificar eventos y participar en grupos de apoyo específicos (Dodemaide et al., 2022; Sharma et al., 2020); sin embargo, los participantes también comentan que su uso resulta adictivo y alimenta expectativas irreales acerca de lo que deberían estar haciendo (Dodemaide et al., 2022) contando además con una influencia negativa en el estado de ánimo debido a un uso pasivo de este (Yuen et al., 2018).

Encontraron que Twitter fue positivo en cuanto al humor Tumblr y Pinterest al igual que YouTube resultaron vías de escape y de Snapchat un medio para establecer conexiones Sin embargo, otros participantes reportaban a Twitter y Tumblr como perjudiciales debido a su negatividad, comunicación tóxica y contenido desencadenante para aquellos con trastornos mentales (Dodemaide et al., 2022). A esto se suma Santos et al. (2023) con su revisión donde menciona que dos estudios encontraron que el uso de redes sociales (entre ellas twitter) se asociaba con baja autoestima, depresión, entre otros efectos.

Dodemaide et al. (2022) y Barthorpe et al. (2020) destacan la premisa de que depende de a quién sigues y como estas usando las redes.

Partiendo de la información expuesta, las redes sociales por sí solas no tienen porqué ser perjudiciales si no que cuentan con un amplio abanico de variables, como el contenido que consumes. Esto respaldado por Berryman et al. (2018). Quienes también comentan que encontraron que así como la conducta de “Vaguebooking”, el conflicto percibido entre padres e hijos y la necesidad de pertenecer eran predictores o se encontraban asociados con problemas de salud mental; el apoyo social y familiar eran un fuerte factor protector.

A continuación, para poder abordar las hipótesis, primero es necesario explicar las variables a utilizar. En un primer acercamiento a la variable “vulnerabilidad a contenido ofensivo” se recurre a la clasificación de los riesgos que pueden haber en internet propuesta por la UE Proyecto Kids Online la cual hace una distinción entre Riesgo de contenido, de contacto y de conducta. En el actual trabajo nos centraremos en el riesgo de contenido y el cómo estar expuesto a este riesgo puede afectar en tu salud mental (Smahel et al. 2020).

La variable de vulnerabilidad a contenido ofensivo (a partir de ahora como “vulnerabilidad”), hace referencia a la frecuencia en que una persona puede verse expuesto a cierto tipo de contenido considerado dañino (Harmful content). El contenido que es clasificado bajo el susodicho nombre de contenido dañino por Smahel et al. (2020) es:

- Maneras de lastimarse o hacerse daño físico a ellos mismos
- maneras de cometer suicidio
- Maneras para ser muy delgado
- mensajes de odio que atacan a determinados grupos o individuos
- sus experiencias consumiendo drogas
- imágenes o vídeos sangrientos, violentos o gráficos en exceso

Sin embargo, bajo esta clasificación pueden entrar varios tipos de contenido pudiendo variar. Por ejemplo, Daud y Jalil (2017) dicen que el “content risk” surge del acceso a contenido ilegal, inapropiado para determinadas edades y contenido dañino en línea, sin embargo, es el caso que los distintos países cuentan con distinta jurisdicción, por lo tanto, lo que se considera ilegal en un país no tiene porque serlo en otro país; este es un claro ejemplo de cómo el contenido que puede estar bajo la categoría de “contenido de riesgo” puede variar de un caso al otro. Por lo que nos terminamos ciñendo más a la definición otorgada por

Buglass et al. (2017) siendo los autores del cuestionario que utilizamos: “La vulnerabilidad en línea se puede definir como la capacidad de un individuo para experimentar perjuicios a su bienestar psicológico, reputacional o físico como resultado de las experiencias que pueden encontrar mientras participan en actividades en línea” (p.3).

En el actual estudio consideraremos como contenido de riesgo en línea lo siguiente:

- Comentarios críticos o hirientes
- Vergüenza social
- Cotilleos y rumores perjudiciales
- Uso indebido de la información personal (es decir, compartirla sin permiso)
- Contenidos de carácter sexual o violento
- Insinuaciones no deseadas, acoso o hostigamiento en línea.

La variable usada de salud mental es entendida bajo el concepto de la OMS (2017):

La salud mental es un estado de bienestar mental que permite a las personas hacer frente a los momentos de estrés de la vida, desarrollar todas sus habilidades, poder aprender y trabajar adecuadamente y contribuir a la mejora de su comunidad. Es parte fundamental de la salud y el bienestar que sustenta nuestras capacidades individuales y colectivas para tomar decisiones, establecer relaciones y dar forma al mundo en el que vivimos. La salud mental es, además, un derecho humano fundamental. Y un elemento esencial para el desarrollo personal, comunitario y socioeconómico.(OMS, 2017).

La última variable es la felicidad, la cual según la literatura revisada, se ve afectada por el contenido al que nos podemos ver expuestos. Keipi et al. (2018) han observado que el contenido de odio en línea tiene efecto negativo en la felicidad además del bienestar autopercebido y de la satisfacción con la vida.

Por otro lado, esto también pasa con el contenido de páginas a favor de los trastornos de conducta alimenticia, donde las personas que son expuestas a estos sitios experimentan menores niveles de felicidad y recomiendan dietas peligrosas a personas sin historial previo de estos trastornos (Yan et al., 2023).

Una vez abordadas las variables. El objetivo principal que se persigue es analizar y conocer el efecto que tiene la exposición a contenido ofensivo en internet sobre la felicidad y la salud de las personas. Esto partiendo de 3 hipótesis, la primera argumenta que las personas más jóvenes se encuentran más expuestas a este tipo de contenido. La segunda consta de la presencia de una relación entre esta exposición y la felicidad y la salud mental. Por último, la exposición al contenido ofensivo, la felicidad y la salud mental actúan como predictores de la satisfacción con la vida.

2. Método

2.1. Procedimiento

Este estudio es de diseño transversal de carácter cuantitativo correlacional. Se creó un cuestionario el cual fue aplicado a personas mayores de edad residentes en España. Este cuestionario cuenta con la aprobación del Comité de Ética de la Universidad Europea de Valencia y se le ha asignado el código CIPI/23.169.

Se seleccionaron cuestionarios validados para medir cada una de las variables del objeto de estudio, contando con una duración aproximada de 15 minutos y se llevó a cabo un muestreo no probabilístico por bola de nieve, en el que se contactó con los posible

participantes solicitándoles que enviaran el enlace a más gente, siendo el único requisito que fueran mayores de edad.

Participantes

Se utilizó una muestra de 500 personas conformadas por mayores de edad residentes en España con una edad media de 24.59 años (DT= 8.99) entre 18 y 68 años de los cuales un 66.4% ($n= 332$) fueron mujeres. Los datos sociodemográficos completos se encuentran en la tabla 1.

Tabla 1.

Datos descriptivos de la muestra

		Frecuencia	Porcentaje
Sexo	Otros	3	0.6%
	Mujer	332	66.4%
	Hombre	165	33.0%
Nivel de estudios	Otro	2	0.4%
	Sin estudios	1	0.2%
	Primaria	9	1.8%
	ESO	11	2.2%
	Bachiller/FP	116	23.2%
	Graduado/Licenciado/Diplomado	293	58.6%
	Posgrado	57	11.4%
	Doctorado	11	2.2%
Total		500	100.0

Situación Laboral

El 71.2% de la muestra son estudiantes (N=356), por otro lado el 42.4% de la muestra Trabaja (N=212), el otro 7.8% está conformado de personas jubiladas, en situación de paro y otras situaciones no contempladas (N=3, N=27, N=9).

2.2. Instrumentos

La Escala de Vulnerabilidad Online (Buglas et al., 2017) para medir la variable de vulnerabilidad. Este instrumento está conformado por 6 Ítems que se basan y combinan las teorías de Binder et al. (2012). Este mide, por medio de una escala Likert de 5 alternativas, la frecuencia en la que los sujetos observan o se encuentran involucrados ante situaciones violentas, embarazosas, nocivas o de carácter no voluntario cuando utilizan redes sociales. A nivel estadístico, el cuestionario cuenta con una fiabilidad de 0.92.

La Escala española de Felicidad Subjetiva (Lyubomirsky y Lepper, 1999; adaptada por Extremera y Fernández-Berrocal, 2014) para medir la variable felicidad. Cuenta con 4 ítems con puntuaciones Likert de 1 al 7 donde 1 significa “Nada en absoluto” y 7 “En gran medida”.

De estos 4 Ítems, los primeros dos consisten en la valoración por parte del sujeto de sí mismos en base a criterios de valoración absolutos de su vida o de los criterios de valoración con respecto a los demás. Los otros dos tienen la consisten en la lectura de una descripción breve acerca de individuos que son felices o infelices y en base a dichas descripciones puntuaran qué tan identificados se sentían con ellas. Sin embargo la fiabilidad consta de 0.12 resultando bastante baja por lo que no nos garantiza precisión y estabilidad.

El General Health Questionnaire de 12 ítems (Goldberg y Williams, 1988) para medir la variable salud mental. utilizado para la medición de la salud mental por medio de 12 ítems cuyas respuestas son de tipo Likert de 4 alternativas.

Cada ítem mide el constructo de salud mental dando por lo tanto una fiabilidad del 0.90.

2.3. Análisis realizados

Tras la obtención de los resultados se llevó a cabo con ellos análisis descriptivos para tener conocimiento de las características generales de la muestra y los análisis de fiabilidad de los instrumentos incluidos.

Posteriormente se aplicaron correlaciones de Pearson entre las variables de vulnerabilidad, salud mental y felicidad con la finalidad de conocer la existencia de una relación entre estas. Así mismo se llevaron a cabo regresiones lineales tanto simples como múltiples para dar respuesta a las hipótesis planteadas. Todo este trabajo se realizó por medio de SPSS 20.0.

3. Resultados

3.1. Relación entre edad y vulnerabilidad.

Para este análisis se ha llevado a cabo una regresión lineal simple en la que se busca observar cómo varía la vulnerabilidad (VD) con respecto a la edad (VI) encontrándose que $B = -.13$; $t(1) = -2.92$; $p < .05$. La R cuadrado ajustado (R^2a) es del 1.5% queriendo decir que la edad tiene este porcentaje de influencia sobre la vulnerabilidad.

Entendiéndose entonces que la influencia de la edad es significativa y negativa, de manera que a medida que aumenta, la vulnerabilidad disminuye.

3.2. Relación de la vulnerabilidad con la salud mental y felicidad.

Se busca observar si existe una relación entre las variables, esto por medio de correlaciones de Pearson entre las variables.

Según los datos estadísticos obtenidos se destaca una correlación inversa entre la variable vulnerabilidad con la de salud mental ($r = -.10$; $p < .01$) sin embargo no se halla ninguna correlación entre la vulnerabilidad y la felicidad.

Por último se destaca la correlación positiva entre la felicidad y la salud mental ($r = .45$; $p < .05$).

Tabla 2.

Análisis de correlación de Pearson entre las variables medidas.

		Vulnerabilidad	Felicidad	Salud mental
Vulnerabilidad	Correlación de Pearson	1		
	Sig. (bilateral)			
	N	500		
Felicidad	Correlación de Pearson	-.03	1	
	Sig. (bilateral)	.57		
	N	500	500	
Salud mental	Correlación de Pearson	-.10*	.45**	1
	Sig. (bilateral)	.03	.00	
	N	500	500	500

*.La correlación es significativa en el nivel 0.05 (bilateral)

** . La correlación es significativa en el nivel 0.01 (bilateral)

3.3. Efecto de la vulnerabilidad, la felicidad y la salud mental sobre la satisfacción con la vida.

Esta hipótesis se llevó a prueba por medio de una regresión lineal múltiple.

Tabla 3.

Modelo de regresión lineal múltiple con la satisfacción con la vida

	Coefficientes estandarizados Beta	Sig.
Vulnerabilidad	.03	.42
Felicidad	.31	.00
Salud mental	.48	.00

Variable dependiente: Satisfacción con la vida

El modelo regresión fue estadísticamente significativo. $F= 136.77$; $p < .01$. Resultaron ser significativas únicamente las variables predictoras “felicidad” ($B= .30$; $t(3)=8.18$; $p < .01$) y “salud mental” ($B= .48$; $t(3)=12.82$; $p < .01$). El R^2_a cuenta con un valor de .45 por lo que el modelo explica el 45% de la varianza.

4. Discusión

El objetivo de esta investigación es conocer si realmente son las personas más jóvenes quienes realmente están más expuestos al contenido en línea y si el contenido que se consume en línea está realmente relacionado con la felicidad y la salud. Por último, conocer si el estar expuesto al contenido en línea, la salud mental y la felicidad afectan a la satisfacción con la vida de la persona.

Con respecto a la H1, la literatura revisada comenta que la cantidad de tiempo que pasan los adolescentes en redes ha aumentado a lo largo del tiempo (Rideout. V et al. 2018), cosa que sumado al hecho de que debido a su proceso de desarrollo son más vulnerables a las repercusiones de estas (Casado y Sánchez, 2022) siendo esto el motivo de el aumento a lo largo de los últimos años de trastornos psicológicos en edades tan tempranas (Abi-Jaoude et al., 2020) gracias a el tiempo cada vez mayor de uso de dispositivos y redes sociales, el cual ha aumentado exponencialmente gracias a la situación pandémica del COVID-19 (Santos et al., 2023). Sin embargo bajo la hipótesis de la investigación de que no es el tiempo que pasamos en redes lo que afecta la si no el contenido que se consume (vulnerabilidad), se evaluó si la edad era un predictor de esta variable encontrando que los resultados son congruentes con la hipótesis planteada, es decir, a medida que las personas crecen, la tendencia con la que se ven expuestos a contenido ofensivo es menor.

Referente a la H2 los resultados de la investigación respaldan la hipótesis planteada, encontrando una relación inversa entre vulnerabilidad y salud mental. Esto se ve respaldado por las investigaciones de Abi-Jaoude et al (2020) además de lo conseguido por Santos et al.(2023) donde en su revisión sistemática comenta que 6 investigaciones asociaron una mala salud mental y deterioro en el bienestar mental con el uso de redes sociales. Observando también que el uso de redes puede empeorar la depresión y ansiedad, matizando algunos de ellos que depende de a qué contenido está expuesto o al uso que se le da, pues el uso de la televisión no mostró una relación significativa con la sintomatología depresiva, sin embargo la mayor correlación se encontraba con el uso de teléfonos e internet.

Por otro lado, los resultados no muestran una relación entre la vulnerabilidad y la felicidad, cosa que discierne con los resultados de Keipi et al. (2018) y Yan et al. (2023) cuyos resultados avalan una relación existente.

Por último, los resultados referentes a el rol que cumplen la vulnerabilidad, la felicidad y la salud mental sobre la satisfacción con la vida reflejan que la vulnerabilidad no es predictor de la satisfacción con la vida cosa que descarta la hipótesis por el lado de la vulnerabilidad, esto a pesar de los resultados de Keipi et al. (2018) que alegan que si que tiene un efecto negativo.

La felicidad si resulta predictora de la satisfacción con la vida viéndose corroborada por el trabajo de Sanín et al. (2019) sin embargo aquí tienen la variable de optimismo de por medio, estudiando cómo esta influye en la satisfacción a través de la felicidad con la vida Esta relación también se ve presente con la salud mental, siendo esta predictora de la satisfacción con la vida tal como comenta Mand y Bansod (2023) en su investigación, donde la salud física, mental y funcional estaban positivamente correlacionados con la satisfacción con la vida.

En cuanto a las limitaciones de la investigación, se destaca la notable poca fiabilidad que tuvo La Escala española de Felicidad Subjetiva (Lyubomirsky y Lepper, 1999; adaptada por Extremera y Fernández-Berrocal, 2014) con nuestra muestra, indicándonos que los resultados proporcionados no son una medición exacta de la variable felicidad, siendo quizás el motivo por el que no se halló ninguna relación entre la vulnerabilidad y la felicidad.

Cabe añadir que no es un tema tan estudiado, mucha de la literatura se centra concretamente en el tiempo que se pasa frente a pantallas o en internet y no en el contenido de estas dificultando así la puesta en contexto.

Pese a esto, sería interesante averiguar para futuras investigaciones observar ya no solo si hay una relación entre las variables “vulnerabilidad”, “salud mental” y “felicidad” si no también realizar regresiones lineales para observar causalidad. Además de encontrar otro instrumento o medio para evaluar la felicidad debido a el problema que se presentó en cuanto

a la fiabilidad de la escala española de Felicidad Subjetiva (Lyubomirsky y Lepper, 1999; adaptada por Extremera y Fernández-Berrocal, 2014).

Con respecto a la variable “vulnerabilidad” es oportuno observar si a medida que aumenta el tiempo de uso en redes sociales, aumenta la vulnerabilidad.

En cuanto a la muestra cabe destacar que no contamos con un buen equilibrio en ella, habiendo una mayor proporción de mujeres que hombres pudiendo afectar en los resultados

Por otro lado, esta investigación es de carácter transversal, sería interesante realizar una longitudinal para poder observar con mayor detalle los efectos de la vulnerabilidad en las personas y poder a su misma vez identificar causalidades.

A pesar de esto, este trabajo aporta un poco mas de evidencia en este campo que está muy poco estudiado y es muy extenso, la mayoría de la investigación a lo largo del tiempo se ha centrado mayoritariamente en el tiempo que pasas frente a una pantalla o en algunos casos en internet y ya pero no se especifica o ahonda lo suficiente en este aspecto pudiendo ser este el motivo por el que existen tantos resultados tan variados acerca del tema. Sin embargo el pasar un tiempo frente a una pantalla o dentro de una red social no implica que se experimentará lo mismo que otra persona dentro de la misma por lo tanto las implicaciones psicológicas pueden ser muy distintas.

Siendo el uso del internet y las redes sociales algo cada vez más común en el día a día es cuanto menos útil empezar a entender las implicaciones de estas, de manera que haya un conocimiento del riesgo real que existe al usarlas, siendo entonces a su vez capaces de sacar el máximo provecho de estas de una manera segura.

Referencias:

Andika, R., Kao, C. T., Williams, C., Lee, Y. J., Al-Battah, H. and Alweis, R. (2021)

‘YouTube as a source of information on the COVID-19 pandemic’, *Journal of*

Community Hospital Internal Medicine Perspectives, 11(1), 39–41.

<https://doi.org/10.1080/20009666.2020.1837412>

Barthorpe, A. E., Winstone, L., Mars, B., y Moran, P. (2020). Is social media screen time really associated with poor adolescent mental health? A time use diary study. *Journal of Affective Disorders*, 274, 864-870. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.05.106>

Berryman, C., Ferguson, C. J., y Negy, C. (2018). Social Media Use and Mental Health among Young Adults. *Psychiatric Quarterly*, 89(2), 307-314.

<https://doi.org/10.1007/s11126-017-9535-6>

Binder, J. F., Buglass, S. L., Betts, L. R., y Underwood, J. D. M. (2017). Online social network data as sociometric markers. *American Psychologist*, 72(7), 668–678.

<https://doi.org/10.1037/amp0000052>

Buglass, S. L., Binder, J. F., Betts, L. R., y Underwood, J. (2017). Motivators of online vulnerability: The impact of social network site use and FOMO. *Computers in Human Behavior*, 66, 248-255. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.09.055>

Casado, J. I. S., y Sánchez, E. (2022). «Revisión sobre la “Salud mental y nuevas tecnologías”»: análisis de las redes sociales y los videojuegos en las primeras etapas de desarrollo como factores modulares de una salud mental positiva». *International Journal of Developmental and Educational Psychology: INFAD. Revista de Psicología*, 2(1), 79-88. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2022.n1.v2.2324>

Daud, M., y Abd Jalil, J. (2017). Protecting Children against Exposure to Content Risks Online in Malaysia: Lessons from Australia. *Journal Komunikasi, Malaysian Journal of Communication*, 33(1), 115-126. <https://doi.org/10.17576/jkmjc-2017-3301-08>

Dodemaide, P., Merolli, M., Hill, N., y Joubert, L. (2022). Do Social Media Impact Young Adult Mental Health and Well-Being? A Qualitative Study. *The British Journal of Social Work*, 52(8), 4664-4683. <https://doi.org/10.1093/bjsw/bcac078>

- Elia Abi-Jaoude, Karlina Treurnicht Naylor, Antonio Pignatiello (2020). Smartphones, social media use and youth mental health. *CMAJ* 192 (6) E136-E141;
<https://doi.org/10.1503/cmaj.190434>
- Extremera, N., y Fernández-Berrocal, P. (2014). The Subjective Happiness Scale: Translation and Preliminary Psychometric Evaluation of a Spain Version. *Social Indicators Research*, 119(1), 473-481. <https://doi.org/10.1007/s11205-013-0497-2>
- Goldberg, D. y Williams, P. (1988). A user's guide to the General Health Questionnaire. Windsor, UK: NFER-Nelson
- Keipi, T., Räsänen, P., Oksanen, A., Hawdon, J. and Näsi, M. (2018), "Exposure to online hate material and subjective well-being: A comparative study of American and Finnish youth", *Online Information Review*, Vol. 42 No. 1, pp. 2-15.
<https://doi.org/10.1108/OIR-05-2016-0133>.
- Mand, R., y Bansod, D. W. (2023). Satisfaction of life among Urban elderly in India: Exploring the role of multidimensional health. *Clinical Epidemiology and Global Health*, 21, 101308. <https://doi.org/10.1016/j.cegh.2023.101308>
- Organización Mundial de la Salud (2020). Salud mental: fortalecer nuestra respuesta.
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- Rideout V, Robb MB.(2018) *Social media, social life: teens reveal their experiences*. San Francisco: Common Sense Media
- Sanín Posada, A.; Salanova Soria, M. y Vera-Villaroel, P. (2019). Satisfacción con la Vida: El rol de la Felicidad en el Trabajo y la Vida. *Revista Interamericana de Psicología Ocupacional*, 38(1), 54-66. DOI: 10.21772/ripo.v38n1a05
- Santos, R. M. S., Mendes, C. G., Bressani, G. Y. S., De Alcantara Ventura, S., De Almeida Nogueira, Y. J., De Miranda, D. M., y Romano-Silva, M. A. (2023). The associations

- between screen time and mental health in adolescents: a systematic review. *BMC Psychology*, 11(1). <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01166-7>
- Sharma, M. K., John, N., y Sahu, M. (2020). Influence of social media on mental health: a systematic review. *Current opinion in psychiatry*, 33(5), 467–475.
<https://doi.org/10.1097/YCO.0000000000000631>
- Sherlock, M., y Wagstaff, D. L. (2019). Exploring the relationship between frequency of Instagram use, exposure to idealized images, and psychological well-being in women. *Psychology of Popular Media Culture*, 8(4), 482–490.
<https://doi.org/10.1037/ppm0000182>
- Smahel, D., Machackova, H., Mascheroni, G., Dedkova, L., Staksrud, E., Ólafsson, K., Livingstone, S., and Hasebrink, U. (2020). EU Kids Online 2020: Survey results from 19 countries. *EU Kids Online*. <https://doi.org/10.21953/lse.47fdeqj01of0>
- Yan, Y.; Deng, Y.; Igartua, J.-J.; Song, X. Does Internet Use Promote Subjective Well-Being? Evidence from the Different Age Groups Based on CGSS 2017 Data. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 2023, 20, 2897. <https://doi.org/10.3390/ijerph20042897>
- Yuen, E. K., Koterba, E. A., Stasio, M. J., Patrick, R. B., Gangi, C. E., Ash, P. A., Barakat, K., Greene, V., Hamilton, W., y Mansour, B. (2018). The effects of Facebook on mood in emerging adults. *Psychology of popular media culture*, 8(3), 198-206.
<https://doi.org/10.1037/ppm0000178>