

Tipo de artículo: Artículo original

Uso de las redes sociales: análisis de su influencia sobre el desarrollo de los adolescentes

Use of social networks: analysis of their influence on the development of adolescents

Daniela Peralta Parra ^{1*} , <https://orcid.org/0000-0002-1166-3024>

Olga Lidia Eizmendiz Corvo ² , <https://orcid.org/0009-0007-6610-8814>

Yudiel Martínez Martínez ³ , <https://orcid.org/0009-0005-7895-0668>

¹ Universidad de Artemisa. Facultad Ciencias de la Educación. Artemisa. Correo electrónico: dpp9908@gmail.com

² Universidad de Artemisa. Facultad Ciencias de la Educación. Artemisa. Correo electrónico: lidieizmendiz@gmail.com

³ Universidad de Artemisa. Facultad Ciencias de la Educación. Artemisa. Correo electrónico: yudielmm24@nauta.cu

* Autor para correspondencia: dpp9908@gmail.com

Resumen

Con el avance de las tecnologías y las facilidades de conexión a Internet, el uso de las redes sociales se ha consagrado como una de las actividades favoritas para todos los públicos, pero no es menos cierto que son los adolescentes quienes poseen mayores índices en cuanto a la realización de dicha actividad, debido a las peculiaridades de la etapa y las disímiles ofertas que estas ofrecen. Por otro lado, con la aparición de la Covid-19 su uso aumentó considerablemente, principalmente como una vía interacción social alternativa frente al confinamiento que fue dictaminado ante la situación sanitaria a la cual nos enfrentábamos. Es por ello que este estudio tiene como objetivo analizar la influencia del uso de las redes sociales sobre los adolescentes, puesto que la adolescencia constituye una etapa crucial en el desarrollo biopsicosocial de los individuos, por ende, se hace necesario conocer cómo influyen las redes sociales sobre estos. Para lo cual se implementó una metodología cualitativa centrada en el análisis documental de varios estudios realizados tanto a nivel nacional, como internacional. En cuanto a los resultados se encontró que el uso de las redes sociales se incrementó significativamente durante la pandemia, utilizadas fundamentalmente como ruta alternativa de comunicación y relación con los otros; además, el tiempo destinado a esta práctica fue tan elevado que desplazó la realización de otras tareas como el estudio y labores del hogar; encontrándose también evidencias sobre la aparición de problemas a la salud mental, como: la ansiedad, el estrés, depresión, etc.

Palabras clave: adolescentes, redes sociales, desarrollo biopsicosocial.

Abstract

With the advancement of technologies and the facilities on Internet connection, the use of social networks has become one of the favorite activities for all audiences, but it is no less true that it is teenagers who have higher rates in terms of performing such activity, due to the peculiarities of the stage and the dissimilar offers that they offer. On the other hand, with the emergence of covid-19, its use increased considerably, mainly as an alternative social interaction route compared to the confinement that was dictated to the confinement that was dictated by the health situation we were facing. That is why this study has as main objective to analyze the influence of the use of social networks on adolescents, since adolescence constitutes a crucial stage in the biopsychosocial development of individuals, therefore, it becomes necessary to know how social networks influence on these. For this, a qualitative methodology was implemented focused on the documentary analysis of several studies carried out both nationally and internationally. As for the results, it was found that the use of social networks increased significantly during the pandemic, mainly used as an alternative route of communication and relationship with others; in addition, the time allocated to



Esta obra está bajo una licencia *Creative Commons* de tipo **Atribución 4.0 Internacional**
(CC BY 4.0)

this practice was so high that it displaced the performance of the other tasks such as study and housework; also finding evidence on the appearance of mental health problems, such as anxiety, stress, depression, etc.

Keywords: *adolescents, social networks, biopsychosocial development.*

Recibido: 28/07/2023

Aceptado: 28/10/2023

En línea: 01/11/2023

Introducción

Con la aparición de la covid-19 y la instauración de una etapa de confinamiento prolongado como medida principal para evitar el contagio y propagación del virus la vida de las personas cambió drásticamente en todos sus aspectos; etapa donde las actividades realizadas fueron fundamentales para sobrellevar de alguna forma la situación tan crítica que supuso dicha escenario sanitario y el aislamiento social que trajo consigo, donde según Arana Arrieta, Mimenza Castillo y Norbaiza Amillategi (2020) Internet se convirtió en protagonista del encierro a nivel mundial y a pesar de las diferentes brechas culturales, económicas, sociales y tecnológicas, conectarse fue la respuesta global al aislamiento.

Durante dicho período las personas llegaron a pasar más tiempo en Internet que realizando otras actividades, principalmente jugando juegos en línea, realizando compras virtuales, viendo películas y series, utilizando las redes sociales, comunicándose con sus familiares y amigos, e incluso estudiando (Dong, Yang, Lu, & Hao, 2020).

Ahora bien, en busca de distracciones ante la cuarentena se acrecentó principalmente el uso de las redes sociales, las cuales se fueron convirtiendo en un medio indispensable, usadas diariamente para comunicarse y compartir diferentes contenidos. Elemento que condicionó el uso de estas por parte de los adolescentes, debido al gran atractivo que poseen, las variadas propuestas que ofrecen y las características psicológicas de este grupo etario (Arab y Díaz, 2015 citado en (Ochoa Quispe & Barragán Condori, 2022)).

Por lo que Musial y Kazienko (2013) refieren un conjunto de características que hacen a las redes sociales seductores para los adolescentes, entre ellas encontramos:

- Ausencia de contacto físico entre sus participantes.
- Favorecen la transformación de la personalidad del individuo en el mundo real y virtual.
- Posibilitan la relación social para las personas que en la vida real presentan limitaciones.
- Posibilidad de poder comunicarse al mismo tiempo y de manera simultánea con un gran volumen de personas.
- Facilidad técnica para romper o suspender las relaciones y los contactos.



Particularidades que propiciaron el aumento tan drástico del uso de estas redes sociales que, si bien es un hecho que muchos adolescentes ya las manejaban antes de la pandemia, es necesario destacar que tal y como exponen Brooks et al. (2020), el número de adolescentes que comenzó a utilizarlas durante la pandemia se disparó, buscando la forma de seguir en contacto con sus amigos y disminuir la frustración y el aburrimiento que les generaba dicha situación.

Encontrándose además que, el uso excesivo de estas puede perturbar seriamente la salud física y mental de los adolescentes, debido a las particularidades del desarrollo de la etapa en la que se encuentran y la falta en muchas ocasiones de una figura adulta que desempeñen adecuadamente su rol mediador entre los adolescentes y las redes sociales (UNESCO, 2020). Puesto que la adolescencia es una etapa crucial en el desarrollo de las personas, en la cual se alcanza o debe alcanzarse la maduración cognitiva a través de la consecución del pensamiento formal, en ella se establecen importantes avances en el desarrollo de la personalidad que se manifiesta durante la madurez y se desarrollan muchas de las conductas y actitudes sociales que rigen las relaciones interpersonales (Del Barrio Fernández y Ruiz Fernández, 2014).

En esta etapa del desarrollo la interacción con los otros, principalmente con los coetáneos es primordial, por lo que el aislamiento social supuso todo un reto a sobrellevar durante la pandemia, por lo que los adolescentes encontraron de cierta forma un refugio en las redes sociales, permitiéndoles resistir de alguna forma el encierro. Siendo necesario señalar que justamente al poseer tanto “tiempo libre” los adolescentes se sumergieron casi del todo en el mundo virtual, dedicándoles cortos períodos de tiempo a la realización de otras actividades como el estudio, actividad principal en esta etapa y que a pesar de ser necesario un reajuste en el sistema educativo, el proceso de enseñanza-aprendizaje continuo realizándose de forma virtual.

Teniendo en cuenta que uno de los aprendizajes básico para la vida según el Dr. Gustavo Torroella es aprender a convivir y a comunicarse con los otros, lo cual implica el desarrollo de habilidades sociales como: la empatía, asertividad, saber escuchar, observar; las cuales se logran a partir de la interacción con los otros. Habilidades que ayudan al adolescente y a todas las personas en general a desarrollar estilos de comunicación y relación saludables con los otros.

Entre las potencialidades que ofrece el grupo como categoría psicológica, se encuentran tres procesos esenciales: la complementación, ratificación y compensación. Dentro de la dinámica y funcionamiento del grupo escolar y grupo de amigos, esta posibilita mediante los roles y la actividad que sus miembros aporten sus potencialidades, fortalezas, habilidades, estilos de afrontamiento, lo que son capaces en ese proceso de interacción aportarles a otros y retroalimentarse de los demás, lo que ellos aprenden de otros, y de esa manera se reafirman, se auto descubren. Es importante señalar según Rodríguez Rebutillo y Bermúdez Sarguera (2006), el adolescente no está solo, se halla bajo



la influencia constante de sus compañeros de estudio. Si se considera la idea que lo social es una condición de transformación personal, se debe admitir que el grupo condiciona cambios de la personalidad de sus miembros.

He aquí una de las limitaciones que representa el uso prolongado y desmedido de las redes sociales, ya que si su uso no es adecuado puede ser contraproducente y dañar las relaciones interpersonales del adolescente con su grupo si se llegan a manejar con fines negativos o como ya se ha venido explicando si estas se convierten en la única vía de interacción de los adolescentes.

Es necesario resaltar el hecho de que, es tanta la influencia que poseen las redes sociales sobre los adolescentes que, Del Barrio Fernández y Ruiz Fernández (2014), exponen que estos están constantemente en la red, modificando sus formas de relación y determinados comportamientos, ya que viven pendientes de los zumbidos, pitidos y vibraciones de un nuevo mensaje, de un *Like* o de nuevos seguidores, elementos que condicionan el posible surgimiento de adicción al uso de las redes.

Siendo preciso señalar que durante el confinamiento el uso de las redes sociales más clásicas se acrecentó, sobre todo Facebook e Instagram (González, 2020), en las cuales se tiende a ofrecer información privada, por lo que los adolescentes están exponiéndose a diversos peligros y más aún si tenemos en cuenta que los adultos encargados de su cuidado no desempeñan un verdadero rol mediador.

Por lo que, a partir de estos elementos se puede observar la importancia que ocupa el papel de la familia ante el uso de las redes sociales por parte de los adolescentes; puesto que en primer lugar constituyen un modelo a seguir por sus hijos, pero además son los encargados de educar y controlar adecuadamente a los menores en fin de evitar que se conviertan en meros consumidores.

Muestra de la importancia de este rol mediador por parte de los padres se manifiesta en el estudio “Familia y redes sociales un binomio controvertido” en el cual se evidenció que aquellos menores que acceden permanentemente a medios virtuales carecen del control por parte de los adultos, trayendo consigo una influencia mayor e incluso negativa en el desarrollo de los adolescentes (Dans Álvarez, Muñoz Carril, y González Sanmamed, 2019).

Y es justamente por dichos elementos que es necesario llevar a cabo un análisis sobre cómo influye el uso de las redes sociales sobre el adecuado desarrollo de los adolescentes.

Materiales y métodos

Se implementó una metodología de tipo cualitativa, centrada en el análisis documental de diversas investigaciones realizadas tanto a nivel nacional como internacional, con el fin de analizar la influencia de las redes sociales sobre el



desarrollo biopsicosocial de los adolescentes. Dicha técnica permitió obtener diversas informaciones sobre el objeto de estudio de la presente investigación, contrastando los resultados obtenidos en cada una de estas.

Para la búsqueda y selección de la información se consideraron los artículos científicos contenidos en diversas bases de datos como: Scielo.org, Scopus, Landex.org y Google académico.

En lo que respecta al análisis del contenido se categorizaron de forma estructurada las investigaciones encontradas teniendo en cuenta los objetivos que perseguían, los resultados encontrados en cada una de ellas, y sus aportes teóricos o prácticos respecto a la influencia del uso de las redes sociales sobre los adolescentes.

Por último, los datos recopilados fueron seleccionados, analizados y comparados para contrastar los resultados comunes que pudieran contener con el fin de responder al objetivo fundamental de este estudio y de esta forma poder triangular la información obtenida.

Resultados y discusión

La utilización de las redes sociales por parte de los adolescentes constituía una práctica habitual antes de la aparición del coronavirus, pero durante este período aumentó su frecuencia de realización, ya que al verse confinados durante tanto tiempo se generó una gran necesidad de utilizarlas, incluyendo en algunas ocasiones actividades relacionadas al estudio, aunque es necesario destacar que esta razón no llegó a ocupar una alta posición en la lista de motivos por los cuales acceder a las redes sociales; práctica que si bien supuso una vía de escape para tolerar el estrés generado en esta etapa, es preciso señalar que no todos le dieron un uso adecuado, evidenciándose principalmente en el uso desmedido de estas (Ochoa Quispe & Barragán Condori, 2022).

En cuanto a las redes sociales más utilizadas por los adolescentes se encontró que según un estudio realizado por Huamani Calloapaza (2022) la red social más utilizada fue Facebook (94%), seguida de WhatsApp (86%), luego encontramos YouTube (62%) y por último Instagram (60%).

Ahora bien, en lo que concierne a la influencia de las redes sociales sobre el desarrollo de los adolescentes encontramos que el uso excesivo de estas puede aumentar significativamente las alteraciones en el sueño (Echeburúa y Requesens, 2012), impactando directamente en la calidad de este y por consiguiente afectar la salud en general de los adolescentes, los cuales se encuentran en pleno desarrollo y necesitan cumplir con ciertos horarios de sueño; pero las estadísticas demuestran que los adolescentes se quedan hasta largas horas de la noche accediendo a sus redes sociales; por lo que en muchas ocasiones reportan síntomas como el insomnio privándolos de un descanso adecuado (López Iglesias, Tapia-Frade, & Ruiz Velasco, 2022).



Por otro lado, el uso desmedido y descontrolado de estas puede generar también la aparición de una adicción de tipo comportamental, lo cual condiciona a su vez el surgimiento de estados de ansiedad, estrés, irritabilidad e incluso depresión, al no poder usar sus redes, manifestándose fundamentalmente en el caso de los adolescentes cubanos cuando se les acaba el paquete de datos y no pueden comprar otro inmediatamente o cuando tienen que realizar otra actividad donde no puedan tener acceso a sus teléfonos móviles por ejemplo en los centros educativos, donde está restringido su uso, por lo que se afecta la actividad de estudio, la cual constituye la actividad fundamental para este grupo etario ya que a pesar de estar ubicados físicamente en la escuela sus pensamientos giran en torno a si tendrán alguna llamada o SMS nuevo, si tendrán un nuevo seguidor o si sus publicaciones están recibiendo *Likes*, todo ello causado por la necesidad de mantenerse conectados a las redes sociales (Peris, 2018).

Se encontró también que el uso excesivo de estas puede provocar efectos contraproducentes en la vida de los adolescentes, como el aislamiento social, distorsión entre el mundo real y el virtual, la falta de atención hacia otras actividades, condicionando que en muchas ocasiones no cuenten con las habilidades sociales necesarias para relacionarse con los otros, dando paso a que se aíslen de los grupos sociales a los que pertenecen ya que prefieren estar conectados al mundo virtual y dejar de lado su vida real (Valencia-Ortiz, Cabero-Almenara, Garay-Ruiz, & Fernández Robles, 2021).

Desde el punto de vista biológico también encontramos un conjunto de consecuencias negativas que están condicionadas por el uso constante y abusivo de las redes sociales, como por ejemplo la producción de cambios en la conectividad neuronal, en la estructura y en el funcionamiento cerebral (He, Turel, & Bechara, 2017).

Por otro lado, teniendo en cuenta que el acceso a las redes sociales ocurre mediante la utilización de dispositivos electrónicos los cuales emiten luz azul-violeta, sumado a los períodos extremadamente prolongados que los adolescentes están utilizándolos es muy común la aparición de síntomas que denotan afectaciones negativas en la salud visual, dígase: ojos secos, fatiga ocular, enrojecimiento de los ojos, ojos borrosos, visión doble y borrosa; los cuales a su vez pueden conducir al surgimiento de síntomas extraoculares como: dolor de cabeza, dolor cervical, dolor de espalda (Blanco Vázquez & Vázquez Fernández, 2023).

Otro de los grandes problemas que se encontraron en torno al uso de las redes sociales fue el *ciberbullying*, forma de acoso que supone la utilización de distintas tecnologías digitales con la pretensión de acosar psicológicamente a otras personas; el cual se produce generalmente entre menores y adolescentes de la misma edad y que suelen pertenecer a contextos sociales semejantes. Elemento que constituye un gran riesgo para el bienestar de los adolescentes, ya que como se había explicado, el grupo de iguales ocupa un lugar fundamental en esta etapa, así como la alta necesidad de ser reconocidos en ellos.



Relacionado a esto tenemos que, según los resultados encontrados en una investigación de tipo cuantitativa realizada a un grupo de adolescentes se pudo observar que, la alta dependencia a redes sociales puede activar también conductas suicidas, condicionado por diferentes variables provenientes de sistema familiar disfuncional, el ciber acoso, estrés e incluso el consumo de drogas (Mendoza-Palma y Mera-Holguín, 2019).

Es preciso señalar además que, mediante las redes sociales existe una gran atribución a estereotipos, cánones de belleza, de moda y estilos de vida que en la mayoría de los casos no son reales, ni corresponden con la realidad de nuestro país, constituyendo solo una fachada para encubrir los aspectos verdaderos de sus vidas, pero que aún así influyen en la autopercepción inadecuada de la imagen corporal de los adolescentes, desencadenando en muchas ocasiones trastornos de la conducta alimenticia, sobre todo en las adolescentes generando por consiguiente perturbaciones en su salud mental; conduciendo además a la presencia de patrones de conducta superficiales preocupándose solamente por estar a la moda, tener ropa de marca, el último modelo de iPhone y dejando de lado aspectos más importantes y significativos de sus vidas (Ojeda-Martín, et al. 2021).

Conclusiones

A partir de la revisión de la literatura consultada se encontró que el uso de las redes sociales por parte de los adolescentes creció durante la pandemia de Covid-19, cuyo uso excesivo puede condicionar en los adolescentes:

- Un estado vulnerable de padecer alteraciones en el estado del ánimo, dígame depresión, ansiedad, estrés e irritabilidad.
- Bajo rendimiento académico asociado a los prolongados períodos de tiempo que le dedican a esta actividad.
- Trastornos comportamentales que desencadenan conductas relacionadas a la autopercepción de la imagen corporal, uso de sustancias tóxicas, trastornos del sueño, agresividad e incluso conductas suicidas.
- Aislamiento social, asociado a las pocas o nulas habilidades sociales que poseen.
- Afectaciones a la salud visual: ojos secos, fatiga ocular, enrojecimiento de los ojos, ojos borrosos, visión doble y borrosa los cuales a su vez pueden conducir al surgimiento de síntomas extraoculares como: dolor de cabeza, dolor cervical, dolor de espalda.

A partir de los resultados obtenidos se refleja no solo la necesidad de seguir indagando en cómo los adolescentes usan las redes sociales, sino que también es necesario investigar como los padres o tutores de los adolescentes desempeñan su rol mediador ante dicha actividad para poder realizar posteriormente estrategias dirigidas a ambos grupos con el fin de promover el uso responsable de las redes sociales.



Conflictos de intereses

Los autores no poseen conflictos de intereses.

Contribución de los autores

1. Conceptualización: Daniela Peralta Parra.
2. Curación de datos: Olga Lidia Eizmendiz Corvo.
3. Análisis formal: Yudiel Martínez Martínez.
4. Adquisición de fondos: Olga Lidia Eizmendiz Corvo.
5. Investigación: Daniela Peralta Parra.
6. Metodología: Olga Lidia Eizmendiz Corvo.
7. Administración del proyecto: Daniela Peralta Parra.
8. Recursos: Yudiel Martínez Martínez.
9. Software: Daniela Peralta Parra.
10. Supervisión: Olga Lidia Eizmendiz Corvo.
11. Validación: Yudiel Martínez Martínez.
12. Visualización: Olga Lidia Eizmendiz Corvo.
13. Redacción – borrador original: Daniela Peralta Parra.
14. Redacción – revisión y edición: Yudiel Martínez Martínez.

Financiamiento

La investigación no requirió fuente de financiamiento externa.

Referencias

- Arana Arrieta, E., Mimenza Castillo, L., & Norbaiza Amillategi, B. (2020). Pandemia, consumo audiovisual y tendencias de futuro en comunicación. *Comunicación y Salud*, 10 (2), 149-183. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7697394.pdf&ved=2ahUKEwiQovOlweeBAxX1omoFHSPGDfkQFnoECAwQAA&usq=AOvVaw0N-dF5cugldAtdhWRQuGpt>



Esta obra está bajo una licencia *Creative Commons* de tipo **Atribución 4.0 Internacional** (CC BY 4.0)

- Brooks, S. W. (2020). El impacto psicológico de la cuarentena y cómo reducirla: Revisión rápida de las pruebas. *Lancet*, 912-920. Obtenido de <https://apmadrid.org/Imagenes/actividades/BROOKS%20SK%20et%20al.%20El%20impacto%20psicologico%20de%20la%20cuarentena%20y%20como%20reducirla.pdf>
- Contini, E. N. (2022). Algunos enlaces conceptuales entre redes virtuales, comportamiento agresivo en la adolescencia y psicopatología del desarrollo. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 24(4), 1491-1551. Obtenido de <https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi2021/epi214i.pdf>
- Dans Álvarez de Sotomayor, I., Muñoz Carril, P. C., & González Sanmamed, M. (2019). Familia y redes sociales: un binomio controvertido. *Aula Abierta*, 48(2), 183-192. Obtenido de <https://doi.org/10.17811/rifie.48.2.2019.183-192>
- Del Barrio Fernández, Á., & Ruiz Fernández, I. (2014). Los adolescentes y el uso de las Redes Sociales. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 3(1), 571-576. Obtenido de https://revista.infad.eu/index.php/IJODAEF/article/download/537/462%26hl%3Des%26sa%3DX%26ei%3D0y8jZcqGAo_5yATsroL4Bg%26scisig%3DAFWwaeYCtHXFMp6Tt1iFA_BGm_u0%26oi%3Dscholarr&ved=2ahUKEwjFxOzDwueBAxUMnGoFHSZC8MQgAN6BAgfEAE%usg=AOvVaw0nzqU_YCMT852bnm0dKCF
- 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 (Covid19) epidemic. *Frontiers in Psycachiatry*. Obtenido de <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.00751>
- Echeburúa, E., & Requesens, A. (2012). *Adicción a las redes sociales y nuevas tecnologías en niños y adolescentes: guía para educadores*. Ediciones Pirámide. Obtenido de <https://www.edicionespiramide.es/libro.php%3Fid%3D2409069&ved=2ahUKEwui4ovcxOeBAxUnQjABHVRWCSAQFnoECACQAQ&usg=AOvVaw0vkJmm7sJuK-eeMr5LUP1H>
- González, Y. M. (2020). El lugar de la creencia en tiempos de pandemia: Jóvenes y redes sociales virtuales. *Revista Argentina de Estudios de Juventud*, 14. doi:<https://doi.org/10.24215/18524907e043>
- He, Q., Turel, O., & Bechara, A. (2017). Brain anatomy alterations associated with social networking site (SNS) addiction. *Scientific Reports*(7). Obtenido de <http://doi.org/10.1038/srep45064>
- Huamani Calloapaza, K. E. (2022). Redes sociales virtuales y la salud mental en tiempos de COVID-19: una revisión de literatura. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 3(2), 773-783. Obtenido de



<https://latam.redilat.org/inde.php/lt/article/dowland/146/132&ved=2ahUKEwjvlbHBxeeBAxWDRzABHTbiBAsQFnoECAgQAQ&usg=AOvVaw3NHSYLZgvm9NPKQoRyeyeW>

López Iglesias, M., Tapia-Frade, A., & Ruiz Velasco, C. M. (2022). Patologías y dependencias que provocan las redes sociales en los jóvenes nativos digitales. *Revista de Comunicación y Salud*, 13, 23–43. Obtenido de <https://doi.org/10.35669/rcys.2023.13.e301>

Mendoza-Palma, K., & Mera-Holguín, G. (2019). Adicción a las redes sociales y conducta suicida en los adolescentes de Montecristi. *Revista Científica Y Arbitrada De Psicología NUNA YACHAY*, 2(3), 2-14. Obtenido de <https://publicacionescd.uleam.edu.ec/index.php/nunayachay/article/view/113>

Musial, K., & Kazienko, P. (2013). Social net-works on the internet. *World Wide Web*, 16(1), 31-72. Obtenido de <https://doi.org/10.1007/s11280-011-0155-z>

Ochoa Quispe, F. Z., & Barragán Condori, M. (2022). El uso en exceso de las redes sociales en medio de la pandemia. *Investigación en Ciencias Sociales y Humanidades*, 9(1), 85-92. Obtenido de <https://doi.org/10.30545/academo.2022.ene-jun.8>

Ojeda-Martín, Á., Del Pilar López-Morales, M., Jáuregui-Lobera, I., & Herrero-Martín, G. (2021). Uso de redes sociales y riesgo de padecer TCA en jóvenes. *Journal of Negative and No Positive Results*, 6(10), 1289-1307. Obtenido de <https://doi.org/10.19230/jonnpr.4322>

Peris, M. M. (2018). Escala de riesgo de adicción-adolescente a las redes sociales e internet: Fiabilidad y validez. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 5(2). Obtenido de <http://www.coda.jic.org/node/4066>

Rodríguez Rebastillo, M., & Bermúdez Sarguera, R. (2006). *Diagnóstico psicológico para la educación*. Pueblo y Educación. Obtenido de https://books.google.com/books/about/Diagn%C3%B3stico_psicol%C3%B3gico_para_la_educa.html?es&id=2A_OswEACAAJ

UNESCO. (2020). *Riesgos y oportunidades de las redes sociales del internet en tiempos de aislamiento*. Obtenido de <https://articles.unesco.org/es/articles/oportunidades-y-riesgos-de-internet-en-tiemposde-aislamiento>

Valencia-Ortiz, R., Cabero-Almenara, J., Garay-Ruiz, U., & Fernández Robles, B. (2021). Problemática de estudio e investigación de la adicción a las redes sociales online en jóvenes y adolescentes. *Tecnología, Ciencia y Educación*(18), 99-125. Obtenido de <https://www.tecnologia-ciencia->



educacion.com/index.php/TCE/article/view/573&ved=2ahUKEwi3mqOmxueBAxWzkmoHFHevKAdlQFnoEC4QAAQ%usg=AOvVaw208jqy4DojVFB9B-n6ysrl



Esta obra está bajo una licencia *Creative Commons* de tipo **Atribución 4.0 Internacional**
(CC BY 4.0)