



---

---

Centro Universitario UAEM Ecatepec

“Revisión sistemática sobre la adicción a las redes sociales”

# T E S I S

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

PRESENTAN:

**Arenas Lucas Montserrat Michelle**

**Cano Chávez Aldo**

**Asesora: Dra. En C.S. Gabriela Rodríguez Hernández**

**Revisores:**

Mtra. en C.S. Karla Patricia Cruz Calderón

Dra. en Psicología Brenda Sarahi Cervantes Luna

Ecatepec de Morelos Estado de México 8 de Abril de 2022





## Tabla de contenido

Resumen.....	1
Introducción.....	2
Capítulo 1 Redes sociales e internet.....	6
Antecedentes.....	6
1.1 Características.....	8
1.2 La web.....	10
1.2.1 Capas de la web.....	11
1.3 Uso de internet.....	12
1.3.1 Tiempo de uso.....	13
1.4 Internet en México.....	14
1.5 Rede Socia vs Redes Sociales.....	15
1.5.1 Red Social.....	15
1.5.1.1 Características de la Red Social.....	17
1.5.2 Redes sociales.....	18
1.5.2.1 Características de las redes sociales.....	19
1.5.2.2 Uso de las redes sociales.....	20
1.5.2.3 Ventajas y desventajas de las redes sociales.....	22
1.6 Redes sociales clásicas vs Redes sociales.....	24
1.7 Indicadores sobre el caso de México.....	26
Capítulo 2 Adicción a las redes sociales.....	28



2.1	Conceptualización de adicción .....	28
2.1.1	Comportamiento Adictivo .....	30
2.2	Criterios para el diagnóstico de adicción .....	32
2.3	Las principales adicciones en el mundo .....	37
2.4	Modalidades de adicción .....	37
2.4.1	Adicciones inducidas por sustancias.....	37
2.4.2	Adicciones conductuales o psicológicas.....	38
2.4.3	Modalidades de las Adicciones psicológicas... ..	40
2.4.3.1	Juego patológico.....	41
2.4.3.2	Adicción al sexo.....	41
2.4.3.3	Adicción a las compras .....	42
2.4.3.4	Adicción a la comida .....	43
2.4.3.5	Adicción al trabajo .....	44
2.4.3.6	Adicción a internet.....	45
2.5	Adicción a las redes sociales.....	47
Capítulo 3	Método.....	48
3.1	Planteamiento del problema .....	48
3.2	Pregunta de investigación .....	48
3.3	Objetivos.....	49
3.4	Conceptos ordenadores .....	49
3.5	Tipo de investigación .....	49



3.6 Tipo de diseño .....	49
3.6.1 Fuentes de datos.....	50
3.6.2 Estrategias de búsqueda.....	50
Capítulo 4 Resultados .....	54
4.1 Conceptos y términos utilizados .....	72
4.2 Adicción a las redes sociales.....	72
4.2.1 Construcción y validación de escalas o instrumentos .....	72
4.2.2 Medición.....	72
4.2.3 Adicción a Facebook.....	75
4.3 Adicción a internet .....	76
4.4 Adicción y rasgos de personalidad .....	76
4.5 Hábito o adicción .....	77
4.6 Conclusiones .....	79
Reflexiones Finales.....	82
Referencias.....	89



## **Resumen**

La creciente popularidad de las redes sociales ha sido continúa trayendo consigo miles de nuevos usuarios cada día, a su vez las horas de uso se han incrementado; este uso excesivo se ha visto como algo normal o común, ignorando las consecuencias para la salud así como la alteración que genera en la conducta. En el presente trabajo se realizó una investigación sistemática con el propósito de constatar y recopilar los criterios establecidos de una adicción conductual de acuerdo al DSM-5 (Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales) y CIE-10 (Clasificación Internacional de Enfermedades). Se realizó una revisión en dos bases de datos confiables como lo son Psycinfo y PubMed, examinando los artículos pertenecientes al año 2001 al 2021 enfocados a la adicción hacia las redes sociales; para ello se implementaron cinco filtros en su debido orden, así se recopilaron un total de 46 artículos. Dentro de los resultados, los más importantes que se consideraron son la creación de diferentes instrumentos para medir la adicción a las redes sociales; algunos autores utilizan el término adicción mientras que otros la refieren como uso problemático/excesivo. Aunque los fundamentos teóricos se encuentren establecidos es necesaria la evidencia empírica para reforzar los criterios de ser considerada como una adicción conductual.



## Introducción

A finales del año 2019, surgió la enfermedad infecciosa Covid-19 causada por el virus SARS-CoV-2, tanto el virus como la enfermedad eran desconocidos antes de que apareciera el primer brote en Wuhan, China (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2020), esta enfermedad al ser altamente contagiosa afectó a la población mundial para transformarse en pandemia. Como medida de prevención los gobiernos tomaron estrategias de control como el confinamiento en el hogar, el cierre de instituciones y negocios que no fueran de necesidades primarias (comida, salud, telecomunicaciones, transporte, entre otros) para evitar la propagación del virus.

A causa del confinamiento, diversas personas al estar mucho tiempo en sus hogares comenzaron a experimentar estados psicológicos negativos como estrés, ansiedad, depresión y vulnerabilidad psicológica (Jahan et al., 2021), además, la comunicación cara a cara fue parcialmente sustituida por el uso de las redes sociales, por lo que el recurrir a la tecnología y sus diversos medios de comunicación surgió como una necesidad para continuar con las actividades diarias (educativas, laborales, sociales, entre otras), así como mantenerse informados de los sucesos cotidianos.

Por otra parte, la Asociación de Internet Mexicana (AMIPCI) afirma lo siguiente:

Las redes sociales en esta época de contingencia, significaron tiempo relevante para los internautas en México, 4 horas 8 minutos de conexión diarios, 37 minutos más que en 2019 y no solo eso, significaron el 31% del tiempo de conexión diario a internet en México. (AMIPCI, 2021, pp 25)



El uso de la tecnología es adictivo o solo problemático, considerando que el primero se refiere a una patología; se puede entender a la adicción como la dependencia fisiológica y/o psicológica a alguna sustancia psicoactiva legal o ilegal, provocada por el abuso en el consumo, que causa una búsqueda ansiosa de la misma (Comisión Nacional contra las Adicciones [CONADIC], 2018), mientras el uso problemático se asocia con la soledad y diversos problemas de salud mental, todo esto puede verse acentuado por la continuidad de la pandemia (Jahan et al., 2021). Cabe mencionar que la Adicción al internet no se encuentra catalogada en el Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales, quinta edición (DSM 5). Lo anterior, llevó al siguiente cuestionamiento ¿Cuáles son los parámetros teóricos metodológicos que consideran los estudios científicos sobre la adicción a internet?, pregunta que llevó a desarrollar un proyecto de investigación de la siguiente manera:

En el capítulo uno, se detalla la evolución del internet, en el cual se describen los componentes, momentos más emblemáticos, sus diferentes sitios de navegación web, el tipo de uso y tiempo que se le ha dado en diferentes momentos de su historia; con el propósito de conocer el proceso de cómo surgieron las redes sociales en internet. Asimismo, en este capítulo se describen los elementos que conforman una red social y cómo esta herramienta de comunicación es empleada en diferentes ámbitos de la vida cotidiana.

El segundo capítulo denominado Adicción a las redes sociales, se habla sobre qué es la adicción, cómo es que ha ido evolucionando a través de los años de tal forma que el término ha sido modificado, es decir, del consumo de drogas se pasó a hablar sobre las adicciones conductuales o psicológicas, en donde ambas comparten algunos de los criterios establecidos por el CIE 10 y el DSM 5. Cabe



resaltar que es uno de los capítulos más importantes de este proyecto de investigación, ya que, se establecen los criterios que se deben tomar en consideración para el diagnóstico de la misma.

El tercer capítulo está enfocado en la metodología basada en una revisión sistemática, dado que este método representa el nivel más alto de evidencia en la investigación, es decir, es una síntesis de estudios cuantitativos y cualitativos disponibles. Se ha tomado el modelo Prisma como fundamento para realizar las búsquedas avanzadas de artículos e investigaciones en las bases de datos Medline y Psycinfo, se incluyeron los estudios que consideran la adicción a las redes sociales.

En el capítulo cuatro se habla sobre los resultados obtenidos en esta investigación; se recolectaron 46 artículos y se han ordenado cronológicamente de acuerdo a la fecha de publicación (del más antiguo hasta el más reciente), adicionalmente se recupera información como el objetivo de las investigaciones, el tipo de artículo/estudio, muestra, y resultados de los mismos. De todos estos artículos se han obtenido diversos resultados, por lo tanto consideramos hablar de ellos por secciones, por ejemplo: conceptos y términos utilizados, adicción a las redes sociales, medición, instrumentos utilizados para medir la adicción a las redes sociales (en donde se menciona el nombre del instrumento/escala, autor(es) originales y autor(es) quienes recuperan o replican), también se mencionan los resultados que se obtuvieron de acuerdo a la adicción a Facebook, la adicción a Internet (haciendo referencia a la adicción a las redes sociales), la relación entre la adicción y los rasgos de personalidad, si es un hábito o adicción.

En seguido, se encuentran las conclusiones, aquí se mencionan algunas de las limitaciones del tema de nuestra investigación, ya que empíricamente se ha



estudiado muy poco para poder sustentar con información convincente que existe la adicción a las redes sociales, por lo que también aquí mismo se les hace la invitación a futuros investigadores del tema a indagar más y a desarrollar la evidencia empírica suficiente y convincente.

Por último, se hace mención de cómo es que la pandemia por Covid-19 ha influido en la naturaleza del tema de investigación, cuáles fueron los beneficios que trajo consigo y cuáles fueron sus desventajas, cómo es que ha repercutido en el ámbito laboral, educativo, social; asimismo cómo es que ha impactado en la salud y estabilidad física, emocional y mental de las personas durante el confinamiento, cómo el uso de la tecnología benefició o perjudicó a los usuarios y cuáles fueron las consecuencias de las mismas, cuáles fueron las medidas que tomaron las instituciones educativas y de salud implementando el uso de la tecnología y las redes sociales, también se habla sobre cómo es que este suceso ha reforzado los fundamentos teóricos sobre el uso de las redes sociales, cuál fue el interés y motivo por estudiar este tema. Posteriormente, se menciona que al ser integrada la ludopatía al DSM-V como adicción conductual abre las puertas para que otras adicciones de la misma categoría puedan ser integradas a este manual, asimismo, se habla cómo es que México no se encuentra preparado para enfrentar una pandemia de este nivel y cuáles son sus áreas de oportunidad para seguir trabajando en ello, y para enfrentar nuevos fenómenos como lo es el de la investigación, lo que falta y lo que se debe de hacer para que la salud mental no sea tomada a la ligera y se tomen las medidas pertinentes para cuidar de la misma.



## Capítulo 1

### Redes Sociales e Internet

#### 1. Antecedentes

Se puede entender al internet como una red informática de comunicación invisible donde existe una interconexión entre ordenadores estáticos o portátiles, los cuales poseen un hardware (material físico compuesto por partes eléctricas, mecánicas, electrónicas y electromecánicas y un software (instrucciones electrónicas dadas mediante programación informática). Se considera que en el año de 1983 nació el internet debido a la primera conexión entre las tres redes existentes en ese momento (Cilleruelo y Rekalde, 2000). Esto se logró gracias a que la red se separó de la guerra armamentista dado a que eran utilizados para detectar misiles que tenían la intención de ser lanzados (Briggs et al., 2002). Conforme fueron pasando los años, el internet comenzó a tener popularidad en diferentes países, expandiéndose a cada rincón del mundo, actualizándose constantemente y agregando nuevas características a sus conexiones para que su uso fuera más sencillo y entendible para el público.

En la evolución del internet se encuentran sucesos que edificaron esta red como hoy lo conocemos, Trigo (2004) identifica los eventos más relevantes en el desarrollo del internet:

- 1979. Los primeros emoticones
- 1990. Se da la creación de la WWW (World Wide Web) y el HTML por Berners-Lee, las cuales permite combinar textos, imágenes y establecer enlaces a otros documentos.
- 1995. Microsoft lanzó su primera versión de su propio navegador llamado y conocido actualmente como Internet Explorer.



- 1996. Apareció el servidor llamado Hotmail la cual permitiría una interacción entre cibernautas más ordenada de forma rápida y privada.
- 1998. Apareció el líder de los buscadores, haciendo referencia a google, ocupando en el 2003 un 54.7% de usuarios.

En años posteriores se empiezan a crear páginas web, aplicaciones, plataformas y demás, con el fin de potencializar e innovar la socialización entre quienes navegaban, pues tiempo después a su creación se dio la invención de páginas, las cuales se adaptarían a aplicaciones o por su palabra en inglés a Applications (Apps) con un propósito comunicativo. Desde el lanzamiento de SixDegrees la cual es la primera red social proyectada a un servidor de internet desde el 2001 se comenzaron a multiplicar estas redes informáticas en donde año con año se actualizan o se crean nuevas con diferentes características adecuadas al internet. En este estudio se tomaron en cuenta las redes más usadas dentro del mundo cibernauta las cuales son Facebook, YouTube, WhatsApp y Messenger (We Are Social y Hootsuite [WASH], 2018).

En el año 2004 se creó el sitio que posee más fama dentro de las invenciones que se encuentran dentro de internet, Facebook creada con el propósito de ser una red privada en el instituto de harvard, pero usada años posteriores por navegantes del internet en todo el mundo, rompiendo barreras en la comunicación de un país a otro y dando más opciones al momento de utilizarse, como tener un perfil, un buscador de amigos, uso de imágenes, videos, audios, creaciones de páginas de debate, moda, deportes (por mencionar algunas de sus funciones) convirtiéndose en una red informática y teniendo consigo un medio de comunicación, de interacción y de organización social (Castells, 2001). Existe un ilimitado número de información, debido a la relación bidireccional, en la cual se adquiere conocimiento de internet y



por otro lado también se enriquece mediante los mismos usuarios. Siendo así una herramienta que flexibiliza todo a su límite (Lederer, 2003).

## 1.1 Características

El internet posee diversas características, las cuales hacen que sea completa en su totalidad. Debido a que la red informática es compleja pero ordenada esta brinda la posibilidad de crear o adquirir cualquier tipo de conocimiento. Las propiedades las explican De Benito (2000) y Fainholc (2004) con el fin de ejemplificar este mundo llamado internet. En las características presentadas por estos dos autores se pueden encontrar tanto similitudes como diferencias al describir los contenidos distintivos del Internet. En cuanto a similitudes ambos autores ven la necesidad de señalar que en la red informática existe una hipertextualidad en los textos. Sin embargo existen más diferencias en cuanto a palabras claves para describir el internet, ya que por una parte Benito hace uso de términos que explican dos aspectos, la primera son las funciones que son visibles en la red y describen el software (navegador, paginas HTML y la información multimedia) las cuales no están inmersas dentro del cuadro y la segunda son las características que permiten una interacción y relación entre los usuarios, (acceso remoto, multiplataforma, interfaz gráfica e hipertextual). Por otro lado, Fainholc habla de características que se presentan al momento que el usuario se relaciona con el internet (interactividad y conectividad) así como la relación e interacción entre sus textos.



Tabla 1

*Características del internet*

<b>Autores</b>	<b>Características</b>	<b>Descripción</b>
<b>Benito (2000)</b>	Acceso remoto	Accesibilidad en cualquier dispositivo
	Multiplataforma	Funcionamiento de programas o sistemas en diversas plataformas
	Interfaz grafica	Conexión funcional entre dos o más aparatos independientes
	Hipertextual	Combinación de diferentes textos presentados en formatos diversos
<b>Fainholc (2004)</b>	Interactividad	Relación entre usuario y el internet
	Conectividad	Acceso a internet
	Intertextualidad	Relación que un texto establece con otros
	Hipertextual	Relación que un texto establece con otros

*Nota:* HTML = Hyper Text Markup Languaje es decir Languaje de Formato de Documentos para Hipertexto.

Para poder entender el internet esta posee un lenguaje particular el cual está compuesto por equipos informáticos que se comunican remotamente mediante un lenguaje común denominado TCP/IP (*Transmission Control Protocol/Internet Protocol*) (Cilleruelo y Rekalde, 2000) es decir el TCP es el protocolo encargado de establecer una conexión e intercambiar datos entre dos o más usuarios, asegurando la entrega de información en el orden en que se enviaron. El IP es el protocolo que utiliza direcciones numéricas.



## 1.2 La Web

Para poder almacenar información dentro de internet y que está a su vez fuera recuperada en cualquier momento y en diferentes sitios geográficos se creó la web. De este hecho hace referencia Ros-Martín (2009) pues menciona que al inaugurar la web SixDegrees.com en 1997 se da el nacimiento de los sitios web. Sin embargo Latorre (2018) habla de otro año exacto en la creación de la web, discrepando con la fecha propuesta por Ros-Martin de 1997, mencionando que la web surgió en el año de 1990, que a su vez Méndez (2009) concuerda con el mismo año tomando esta fecha como la verídica en el nacimiento de la web. Para que estos sitios web tengan su debido uso tienen que poseer una combinación de diferentes textos presentados en formatos diversos e inmersos dentro de internet en donde se relacionan con motores de búsqueda como Google y con las direcciones LRU/URL (*Localizador de Recursos Uniforme/Uniform Resource Locator*) para llegar así al archivo que busca el usuario.

La interacción que las personas podían tener con esta web informática cambiaba en cada actualización, pues en la creación del internet se dan cuatro sucesos significativos en su historia. Con la creación de la web 1.0 en 1990, comenzó una interacción en una sola dirección pues en esos momentos los editores eran los webmasters y solo ellos tenían los conocimientos informáticos para actualizar las páginas web (Santiago y Navaridas, 2012). Dejando en claro que estas personas eran las únicas responsables de subir material a la diversidad de plataformas que se hallaban en este periodo. Sin embargo, los sitios web destinados al establecimiento de las redes sociales comenzaron con la creación de la Web 2.0 la cual posibilitó un espacio con un fin social pues poseía características tales como la comunicación y/o el conocimiento, gracias a esto se posibilitó un intercambio de



culturas diferentes a las propias mediante las mismas personas que se comunicaban entre sí (Fumero et al., 2007; Méndez 2009). La web 2.0 surgió en el 2004 mediante el uso de un término que fue acuñado por O'Reilly con la intención de dar a conocer una segunda generación de la web en donde se podía dar una comunicación entre usuarios (García, 2014; Latorre, 2018). Posteriormente se daría la creación de la web 3.0 el año 2010 donde surgieron las aplicaciones web conectadas a internet, las cuales son interoperativas pues el usuario tiene la libertad de realizar cambios a voluntad con la intención de modificar la base de datos, el ejemplo más famoso es la nube en donde se almacena información y al mismo tiempo se puede acceder a ella en cualquier dispositivo y en cualquier lugar, asociándose al concepto de personalización. Asimismo, plataformas como YouTube y Facebook brindan información a los usuarios, relacionada a sus gustos y preferencias. Finalmente en el año 2016 se actualizó la web 3.0 dando como consecuencia a la creación de la web 4.0 en donde existe y se crean sistemas de voz inteligentes, para que busquen la información que el usuario desea, mediante el uso de palabras verbales, ejemplos de ellos es Siri, Google Now o Cortana entre otros. Además de la comprensión del lenguaje que se da en la web 4.0 también se da la comunicación máquina a máquina, en donde se hace uso de información en el momento, como el GPS, ritmo cardiaco etc. Como se observa, cada 6 años existe una nueva versión de la web, debido a que la tecnología se supera para llevar a cabo nuevas invenciones y con ello un cambio o mejoramiento de las redes sociales.

### **1.2.1 Capas de la Web**

El término capas fue utilizado por Weimann (2016) haciendo referencia a la profundidad que las webs tienen, pues en cada una de ellas se encuentra



información accesible o difícil de acceder para los internautas. La profundidad de acceso a la información que el usuario puede tener, se clasifica en tres niveles, las cuales son la Clear Web, Deep Web y Dark Web. Para entenderlo mejor hay que ilustrarlo de forma popular, pues se hace una comparación con un géiser de hielo, esto debido a que en la punta de este se encuentra la Clear Web, que es toda aquella información que es accesible al público en general es decir todo aquello donde podemos navegar usando los buscadores comunes como lo son Google. La parte posterior de abajo que aún es visible a nivel del mar, se encuentra la Deep Web, las cuales son regiones del internet ocultas al público debido a la sensibilidad que esta tiene, en donde la localización y contenido del usuario no es visible. Por último se encuentra el hielo que está por debajo del nivel del mar, haciendo la representación metafórica de la Dark Web en donde de forma deliberada, se ocultan ciertas regiones dedicadas al mercado negro, drogas, terrorismo, pornografía infantil etc.

La fabricación de información dentro de estos tipos de profundidad en la web es realizada por personas específicas en el área, pues el administrador se encarga de la creación de cursos, el diseñador, es quien traza el servidor, elabora materiales y responsabiliza del desarrollo del curso y por último están los consumidores que se encuentran navegando dentro de las diferentes profundidades existentes en internet (Benito, 2000).

### **1.3 Uso de Internet**

El internet tiene la facultad de contener diferentes fines de uso, por ejemplo, dentro de él se pueden crear diversos contenidos (educativos, informáticos, de entretenimiento, políticos, sociales, religiosos, etc.), creando conversaciones colectivas de acuerdo a un tema de interés en particular, en las que se pueden



brindar servicios básicos de comunicación y presencia, además de utilizarse para fines de negocio debido a que tiene su economía interna y es impulsada a través de la expansión del comercio, mejorando la utilización del capital y fomentando la competencia e ingreso en el mercado (Briggs et al., 2002; Fumero et al., 2007; Santiago y Navaridas, 2012; Sastre, 2012). Debido a que en el internet se puede tener acceso a diversos tópicos tanto personales como cotidianos, el número de personas en el mundo que conocen el internet alcanza la cifra de 7.75 billones, lo que representa el 55% de la población mundial. En cuanto a edades, sorpresivamente quienes hacen más uso de las redes sociales son los niños de 0 a 4 años de edad, seguido de los jóvenes de 15 a 24 años de edad (WASH, 2020).

### **1.3.1 Tiempo de Uso**

En cuestión a la duración que se le ha destinado al uso del internet, se han realizado algunos estudios, como por ejemplo el trabajo realizado por Astonitas (2005) en donde dieron a conocer que la mayoría de participantes (53.1 %) utilizan el Internet entre 10 y 15 horas por semana y un promedio de 14.14 horas semanales. Sin embargo en el estudio Las necesidades adolescentes y las nuevas tecnologías de la información y la comunicación elaborada por Ochaíta et al. (2014) se dio a saber que los adolescentes le dedican entre dos y tres horas diarias al internet; incrementando el tiempo dedicado en los fines de semana. Analizando el trabajo tanto de Astonitas y Mainé como el de Ochaíta et al. se llegó a la conclusión de que poseen similitudes en sus trabajos en el aspecto del rango de horas que utilizan los jóvenes el internet, siendo un aproximado entre 14 y 17 horas a la semana.

Por otro lado, la Fundación Pfizer ([FP], 2009) dio a conocer que 7 de cada 10 afirman acceder a la red por un tiempo diario de al menos 1.5 horas, pero sólo



una minoría (3-6%) hace un uso abusivo de Internet. Los adolescentes acceden al internet principalmente desde sus propios hogares. En cuanto al tiempo de conexión a internet al día, el rango de mayor tiempo es de 9 horas 45 minutos el cual lo posee Filipinas, seguido por Sudáfrica con 9 horas 22 minutos, Brasil con 9 horas 17 minutos y México con 8 horas 21 minutos (WASH, 2020).

#### **1.4 Internet en México**

Cada país del mundo presenció la evolución del internet, al igual que colaboró para que esta red creciera. Algunos se conectaron al mundo internauta desde sus inicios lo cual provocó un alza en la actualización y mejoramientos de las herramientas que solo el internet brinda. En el caso de México se considera que se conectó por primera vez en junio de 1986, cuando el Instituto Tecnológico de Estudios Superiores de Monterrey (ITESM), se conectó a BITNET (EDUCOM), a través de una línea conmutada a la Universidad de Texas. (Robles, 1999). Otros autores como Gayosso (2003) difieren en el año que se dio la primera conexión, pues el da a conocer que en agosto de 1987 en México, el instituto de astronomía y el ITESM solicitó directamente a Steve Wolf responsable de la red nsfnet (la cual era utilizada por la Fundación Científica Nacional estadounidense) una carta de invitación para conectarse a la red científica que poseía Así mismo Wolf contestó el mensaje y en junio se conectó el ITESM a través de la Universidad de Texas, en San Antonio.

Año tras año crece la popularidad del internet en México y con ello los usuarios. La Asociación de Internet en México [AMIPCI] (2021) reporta que en México existen 84.1 millones de personas conectadas a internet con un 72% de penetración en la población de mayores de 6 años. En cuestiones de género las usuarias mexicanas son las que predominan ante los hombres con un 50.8%. En el



tema de edades, las personas entre 25 a 34 representan el mayor número de internautas con un 20.2%. En las zonas con más usuarios de internet se encontró que el centro sur de México es la que se mantiene a la alza.

Durante la pandemia se vio un incremento tanto del tiempo que los usuarios utilizaron el internet como un incremento del gasto mensual que pagaron por el internet pues uno de cada diez usuarios quería incrementar la velocidad de navegación a pesar del impacto económico negativo.

En cuanto a hábitos al momento de interactuar dentro de internet, para los internautas mexicanos el sábado es el día de mayor uso favorito por la mayoría de los mexicanos con un 28.6% y el domingo con un 28.3%. El 27.6% de los usuarios mexicanos tienen un uso preferencial de conectarse en la tarde/noche siendo más específicos desde las 16 a 19 horas. El dispositivo por excelencia para conectarse a internet es el Smartphone con un 92%. Una persona promedio en México se conecta 4 horas con 15 minutos al día desde su celular. existiendo un incremento de uso, pues en el año 2018 WASH registro que un internauta mexicano navegaba 3 horas 39 minutos en internet desde el mismo medio. Finalmente los *internautas mexicanos utilizan esta red informática para acceder a redes sociales (83.9%), enviar/recibir mensajes instantáneos (53.4%)* (AMIPCI, 2021; WASH, 2020).

## **1.5 Red Social vs Redes Sociales**

### **1.5.1 Red Social**

Para comprender el significado de una red social primero tenemos que dividir el concepto, en primera instancia una red se define como un conjunto de relaciones compuesta por una serie de objetos en donde existe una relación entre estos. Kadushin (2013) señala que existen tres tipos de redes, 1) Redes egocéntricas: Aquellas que solo mantienen un nodo o un individuo, como por ejemplo un trabajo



en pareja, consuelo durante una enfermedad, o pedir dinero prestado. 2) Redes sociocéntricas: son aquellas relaciones activas que se llevan a cabo en un lugar determinado, pues el contexto lo amerita, como por ejemplo en un salón de clases, en una organización de trabajadores o un equipo de fútbol. 3) Redes de sistemas abiertos: son aquellas donde los límites de intervención no están bien establecidos, pues no se realizan en un solo lugar, como por ejemplo la élite de los estados unidos, la profesión de una religión, la conexión entre corporaciones etcétera. Por otro lado una red social es una estructura de actores sociales vinculados por una serie de relaciones interpersonales, que se pueden interpretar como relaciones de amistad, parentesco o intereses comunes y que a su vez cumplen con determinadas propiedades (Fernández, 2013; Imizcoz, 1996). Una red social se puede manifestar en diferentes lugares y formas, sujetándose siempre a una estructura y patrón determinados que tengan como fin la interacción de las personas, donde existe un vínculo dependiente del tipo de relación que se lleve a cabo, como una amistad, un negocio, una problemática, un aspecto sexual, de enseñanza aprendizaje etc.

El concepto de red social ha ido cambiando, debido al contexto y el cómo sea utilizado por la sociedad, pues tienen indicadores temporales, en donde se indican la situación, una época o proceso donde se empezó a utilizar la palabra y determinaciones de contenido las cuales son características propias de la situación, por lo que todo concepto sociológico es elástico estando sometido a la variabilidad de un contexto a otro. La palabra “red social” se ha visto transformada por la representación social, pues con el uso de la tecnología y la creación de plataformas que permiten una interacción entre personas, la interpretación o percepción de la palabra se ha visto ligada a estas mismas plataformas, ya que al hablar de red social hacemos una asociación con Facebook, WhatsApp o YouTube, esto debido a



que en los últimos años se han convertido en los máximos exponentes de la interacción entre sujetos de todo el mundo, siendo Facebook conocido como una red social (Girola, 2011).

**1.5.1.1 Características de la Red Social.** Para que una red social sea tomada como tal, debe de cumplir ciertas características Abello y Madariaga (1999) presenta un listado de cada elemento propio de una red social y hacen una división entre el patrón de las redes las cuales son normas de carácter específico que sirven para orientar una acción y su morfología, haciendo referencia a la estructura general por la que está compuesta:

Patrón de las redes. 1) Anclaje: orientación que permite al usuario encontrar la red que desea. 2) Alcanzabilidad: grado de conexión que tienen los usuarios entre sí. 3) Densidad: grado en el cual los miembros se pueden conocer entre sí. 4) Rango: es la cantidad de contactos que tiene un usuario para interactuar.

Morfología. 1) Cuantitativo: número de personas que entran en contacto con otras. 2) Homogeneidad: características similares que tienen dentro de un grupo. 3) Dispersión geográfica: es el lugar donde se lleva a cabo la interacción. Las características interaccionales incluyen el contenido, dirección, durabilidad, intensidad y multiplicidad.

Las características de una red social van a estar en constante cambio, ya que este fenómeno se ha llevado a cabo en diferentes ámbitos como circunstancias, cambiando el medio por el cual se da la comunicación, ajustándose para que los usuarios tengan la mejor interacción posible, siendo esta una característica que nunca cambiara, pues sin una interacción como un número determinado de personas, no existiría una red social. En la interacción de las redes sociales se dan diferentes beneficios, pues se crean con base a una necesidad que de forma



individual no puede ser realizada. De forma general Villalba (1993) da a saber las funcionalidades que tienen las redes sociales en las personas, ya que en su estudio describe cinco tipos de relaciones que surgen de las necesidades individuales, las cuales se pueden encontrar gracias a las características de la red social:

1) Las redes pequeñas ofrecen más apoyo debido a la cantidad de usuarios, pero por otro lado carecen de cambios y ayuda cuando surgen problemas externos al grupo, pues hace falta recursos.

2) Las redes densas ofrecen más apoyo emocional y brindan mayor grado de intimidad, pues sus miembros se encuentran próximos físicamente.

3) Las redes amplias y dispersas dan una variedad amplia de recursos, dando como consecuencia una comunicación mayor.

4) Sirven para acceder a otros recursos externos a ella mediante vínculos.

5) Permite el acceso a nuevas relaciones y contactos sociales.

### **1.5.2 Redes Sociales**

Las redes sociales han sido estudiadas a través de los años con el propósito de indagar y explicar sucesos que se dan durante la interacción o inclusive para saber su origen y por qué de su misma existencia. Un autor que quiso saber la causa del surgimiento de estos mismo grupos fue Villalba (1993) ya que durante toda la década de los 70s se realizaron métodos de investigación, procedimientos estadísticos y análisis de datos, combinándose para ofrecer una gran capacidad de examinar las medidas simples cuantitativas de la interacción humana y las valoraciones cualitativas de cómo y por qué las personas desarrollan relaciones de amistad y acuden a unas personas para solicitar ayuda en cualquier aspecto. Este hecho se hizo más visible cuando se crearon las páginas con el propósito de realizar conversaciones con otras personas como Facebook o WhatsApp, en este punto de



la historia es donde las redes sociales son asociadas con estas plataformas. Posteriormente con la actualización del concepto “redes sociales” se empezó a definir su significado, Campos (2008) da su propia definición. Una red social es un lugar donde dialogan y crean nuevas formas de comunicarse y nuevos conocimientos, mediante el uso de una tecnología flexible, apta para el intercambio de información y estándares web, teniendo una arquitectura modular capaz de crear aplicaciones complejas en donde la comunicación se lleve a cabo de una forma más accesible y completa. Hütt (2012) define estas páginas o aplicaciones como lugares en Internet donde las personas publican y comparten todo tipo de información, personal y profesional, con terceras personas, conocidos y absolutos desconocidos.

**1.5.2.1 Características de las Redes Sociales.** Para que pueda ser considerada como una red social tendrán que cumplir con los siguientes requisitos: Ser una comunidad de internet donde los usuarios interactúan y colaboran a través de perfiles públicos en tiempo real, además de ser un medio de comunicación masiva, generando un gran impacto en la conducta de muchas personas (Acquisti y Gross, 2006; Celaya, 2011). Así mismo García y Gertrudix (2011) mencionan características que poseen las redes sociales, haciendo una división de dos factores en donde la primera es la infinitud en la que no hay límites para seguir creciendo o avanzando y la segunda es la finitud es decir restricciones o límites del internet:

Infinitud

- Persistencia. Base de datos permanentes.
- Virtualidad. Conexiones que innumerables páginas web.
- Conectividad. Conexión con el internet.
- Prolijidad y abundancia. Cantidad de información e interacción dada en internet.



- Exhibición. La muestra de información en diferentes formatos

Finitud

- Mutabilidad. Cambio o actualización de sitios, paginas o conexión.
- Realidad. Actualización de una información verdadera.
- Privacidad. Acceso limitado a cierto número de información.

Existen diferentes tipos de redes sociales, las cuales tienen características específicas haciendo que cada una de ellas tenga una función única, es por ello que Hütt (2012) las clasifica en tres aspectos. De forma genérica: 1) Red profesional: se encuentran sitios web con motivos laborales (LinkedIn, Xing, Viadeo). 2) Redes generalistas: en donde sus ejemplares tienen como fin la dispersión en cuanto a entretenimiento (Facebook, YouTube, WhatsApp). Finalmente se encuentran las redes especializadas elaboradas con fines específicos y complejos (Ediciona, eBugá, CinemaVIP, 11870). En este estudio se tomaron en cuenta las redes generalistas pues son las principales redes que llevan a cabo una interacción más social debido a la popularidad de estas.

**1.5.2.2 Uso de las Redes Sociales.** Cada una de las redes sociales es única y disponen de cierta singularidad al realizar su uso predeterminado, pues mientras unas dan la oportunidad de interactuar mediante uso de imágenes con su significado general o inclusive subjetivo, otras plataformas brindan conexión audiovisual en vivo con otras personas o sucesos que solo pasan en otros países. Resultando así una gama de posibilidades en cuanto al manejo de las redes sociales y creciendo aún más con la actualización que se dan conforme a las necesidades de sus usuarios. Villalba (1993) menciona que cierto número de personas buscan una red cercana y densa debido al apoyo que este brinda siendo de utilidad para diversos problemas, sin embargo no significa que sea la solución



correcta. Se recurre a estas redes debido a que el apoyo emocional que necesita un usuarios se da en estos lugares como Facebook, esto se debe a que la frecuencia de contacto genera una intimidad, apego e implicaciones emocionales, esta se hace más sólida si los contactos están cerca físicamente del usuario, pues redes sociales como Messenger brinda una conexión externa a esta en donde se puede buscar físicamente a la persona con la que se conversa, teniendo una cita de negocios, amorosa, o simplemente para divertirse. Las redes digitales brindan la posibilidad de conocer personas nuevas en donde se crea un filtro invisible que tiene como fin escoger a la persona que uno desea conocer, mientras que las personas que no son de nuestro agrado se mantienen solo como contactos o son eliminadas, pues para que esto se dé es necesario una conversación con un grado determinado de profundidad y de secuencia, pero también se puede llevar a cabo esta discriminación con simplemente calificar el físico que tiene la persona mediante su foto de perfil.

Las acciones que se llevan a cabo en las redes sociales son variables y cada año surgen nuevas funciones dentro de cada plataforma. Esto se debe a que en las redes sociales se brinda la oportunidad de que las personas tengan una, modificación, reutilización, combinación, registro de su información en su perfil de cualquier plataforma social y que realicen comentarios, recomendaciones, reacciones o selecciones al estar en contacto con otros usuarios de la misma plataforma (García y Gertrudix, 2011). Gracias a las posibilidades de uso, existe una preferencia en el tipo de redes sociales, pues en unas cuantas se pueden realizar citas, blogs, negocios, videos, fotografías etcétera, siendo las más famosas Facebook, YouTube, WhatsApp y Messenger debido a las posibilidades de interacción que brindan, dejando atrás a otras plataformas (WASH, 2018). Los



últimos estudios en cuanto a popularidad de las redes sociales, se ha observado que algunas plataformas como Twitter que ocupaban los primeros puestos de utilización mundial ha bajado de posición, mientras que otros se han dado a conocer más; pues se realizó un estudio global con el propósito de saber cuáles son las redes sociales más utilizadas en el mundo. La red social con más usuarios del mundo es Facebook con 2,449 millones de usuarios, seguida de YouTube con 2,000 millones de usuarios, en el tercer puesto se encuentra WhatsApp con 1,600 millones y en cuarto lugar Messenger con 1.300 millones (WASH, 2020).

**1.5.2.3 Ventajas y Desventajas de las Redes Sociales.** Las ventajas como desventajas que pueden tener las redes sociales dependerá del lugar, tiempo, intención, habilidades cognitivas y sociales que tenga el sujeto, así como el nivel de interacción y profundidad que pueda otorgar la red de comunicación, dejando de lado las consecuencias que puedan desembocar una red social con fallos técnicos o los fines ilegales en cuanto a su uso.

El principal factor que se modifica en estos sitios web o APPs es la identidad del sujeto pues se da un proceso activo en donde el ambiente modifica al sujeto y este a su vez moldea el ambiente de comunicación. Los usuarios tienen la posibilidad (en la mayoría de redes) de crear perfiles falsos con diferentes propósitos e inclusive se puede tener un perfil legítimo de la persona, con una forma de darse a conocer de forma diferente a lo que habitualmente es en una interacción cara a cara, donde se da información. Autores justifican este hecho por necesidades no realizadas dentro del individuo ya sean básicas o de autorrealización, como es en el caso teórico de Maslow. También podría explicarse este tipo de conductas como un problema de identidad (Arab y Díaz 2015).



Las ventajas que brindan las redes sociales se pueden encontrar diversas formas de empleo con un resultado beneficioso para quien hace uso de estas, un ejemplo de ello es que en los últimos años se han utilizado como parte de un tratamiento neuronal con el fin de excitar o realizar conexiones sinápticas en partes del cerebro que tienen poca respuesta. Un estudio realizado y centrado en encontrar las ventajas como desventajas de las redes sociales fue llevado a cabo por Arab y Díaz (2015) donde mencionan que el uso de redes sociales muestra múltiples aspectos positivos como la creación de blogs, videos y páginas web que pueden desarrollar sentimientos de competencia, generación de elementos educativos, reforzamiento de relaciones creadas offline, educación sexual, promoción y prevención en salud, apoyo en logros académicos. Esto se debe a que las redes sociales funcionan como un medio alternativo de comunicación en donde se ha visto ampliamente utilizadas en el área educativa pues según la Interactive Advertising Bureau de México (2019) los internautas que ya han tomado un curso online tienen la disposición de cursar otra oferta educativa, dando a entender que es factible aprender mediante estas plataformas.

En el ámbito personal proporciona herramientas para el crecimiento personal del individuo, por ejemplo la plataforma como YouTube donde brinda las herramientas necesarias a los youtubers (palabra destinada a las personas que suben contenido contante en esta plataforma) de crear y dar a conocer diferentes tópicos, ganando reconocimiento y fama que a su vez se ve remunerada si este creador está asociado a una empresa o marca con el fin de patrocinar y recibir una paga económica por dicho nombramiento que se puede dar de forma directa por parte del youtuber o mediante un comercial que es presentado en su video. Existen diferentes ejemplos donde se logra una remuneración constante en las plataformas



que dan esta oportunidad pues Facebook también brinda la oportunidad de patrocinar a empresas o crear un lugar de negocios.

En contraparte a las ventajas que atrae un uso adecuado de las redes sociales, se encuentran aspectos que pueden dañar al usuario o a terceros. Arab y Díaz (2015) mencionan todos aquellos peligros que trae consigo el internet. La primera consecuencia de la que hacen mención es el Grooming que se refiere a la utilización de las redes sociales con el fin de extorsionar o mantener algún tipo de control sobre la víctima con el fin de lograr realizar un acto sexual. Este peligro está compuesto de tres etapas: empieza con la amistad, seguida del engaño y finalmente con el chantaje. Otra consecuencia negativa es el Cyberbullyng la cual se da principalmente en niños y jóvenes, donde el agresor hace uso de diferentes herramientas como imágenes, videos, datos privados etcétera con el fin de perjudicar o avergonzar a su víctima. El sexting es un tema de los últimos años, causante de diferentes conflictos en cuanto a identidad, pues se trata de imágenes sexuales que se comparten mediante chats privados en donde supuestamente existe una confianza, sin embargo las personas se arriesgan a la divulgación pública, manchando así la reputación tanto del perjudicado como de algunos familiares o amigos, culminando en algunas ocasiones en depresión, suicidio, o simplemente un mal rato, las consecuencias varía dependiendo de la personalidad del afectado. Por último, la Ciberadicción o conducta adictiva al internet caracterizándose por una pérdida de control y aislamiento de la interacción social física, pasando más tiempo en el uso de las redes sociales.

### **1.6 Redes Sociales Clásicas vs Redes Sociales**

Antes de que las redes sociales fueran favoritas como medios de comunicación en todo el mundo, existieron otras redes en cuanto a intercambio de



información e interacción, donde se daba una comunicación bidireccional o unidireccional llamadas redes sociales convencionales, conocidas por ser las habituales o tradicionales dentro de un grupo social, siendo la interacción cara a cara la más antigua y la que aún permanece como medio de intercomunicación. Las primeras redes sociales clásicas a parte de la que se da cara a cara se manifestaron mediante el uso de jeroglíficos tallados en diferentes texturas, usadas para dar a conocer leyes, mandatos, hechos culturales etc. informando a los habitantes de un área geográfica determinada, sobre lo más relevante de su época. Con el desarrollo de la tecnología, surgen diferentes medios de comunicación clásicos, ejemplo de ello son los periódicos, cartas, revistas e inclusive libros surgidos de la imprenta y escritura. Posteriormente con el origen de las industrias modernas de la comunicación, surgieron inventos como el telégrafo, teléfono, radio y el cine. Inclusive también se puede tomar las carreteras, ferrocarriles, cables submarinos, líneas eléctricas y el telégrafo como redes sociales de comunicación y que a su vez son convencionales a su época o al propósito que tienen (Campos, 2008).

En las últimas tres décadas las redes convencionales que tuvieron y tienen en la actualidad relevancia son la imprenta, radio y la televisión; sin embargo, estas fueron superadas por las redes sociales digitales, aquellas que surgen del uso de medios digitales mediante el uso de internet, como los blogs o los wikis; las redes sociales digitales orientadas al broadcasting (YouTube), a las relaciones sociales (Facebook), las relaciones profesionales (NovaGob) (Criado y Rojas, 2013).

Se ha identificado que se hace uso de ambos tipos de redes sociales con el fin de tener mayor y mejor accesibilidad en cuanto a información. Los medios digitales utilizan la divulgación de las redes convencionales para dar a conocer



sucesos relevantes en un tiempo determinado. Creando una alianza entre estas dos redes sociales.

Las personas que buscan mantener una comunicación con otras y con los sucesos del día a día han demostrado un consumo preferencial de las redes sociales digitales ante las redes sociales convencionales. Las noticias que normalmente se muestran en la televisión, periódicos y radio, también se transmiten mediante el uso de diferentes redes sociales, como YouTube, Facebook, Twitter e inclusive en diferentes paginas informativas, esto es debido a que es más dinámico al momento de seleccionar la información deseada y por otra parte el autor de la información tiene más libertad al proyectar sus ideas, ya que en internet se puede encontrar una identidad propia, normas, valores y orientación diferentes a las que tienen empresas como la imprenta, radio etc. (Reyes, 2000).

### **1.7 Indicadores Sobre el Caso de México**

Una de las instituciones que recaba información estadística sobre el uso de las redes sociales en México es el Instituto Nacional de Estadística y Geografía ([INEGI], 2019) quien en un estudio referente al internet dio a conocer que el 90.3% de los encuestados se comunican mediante las redes sociales y que el 78% usa internet para acceder a contenidos audiovisuales. Por otro lado AMIPCI hace mención que los internautas mexicanos utilizan cada vez más el internet para acceder a las redes sociales, pues en su mayoría las utiliza para enviar/recibir mensajes instantáneos, siendo los jóvenes de 19 a 25 años quienes realizan más esta acción. Año con año el número de personas que tienen accesibilidad a internet incrementa y por ende crece el número de personas que hacen uso de diferentes plataformas y Apps para comunicarse entre ellos, pues del año 2019 a 2021 incremento en un 4.8%. Estas cifras se ven altamente alteradas debido al



confinamiento causado por la pandemia originada el 23 de marzo del 2020 pues “las actividades relacionadas con la tele-educación y tele-trabajo han incrementado por parte de los usuarios” (AMIPCI, 2021, p.13).

En cuanto a las redes sociales más usadas, Interactive Advertising Bureau ([IAB México], 2019) dio a conocer las principales entre los mexicanos, siendo Facebook la más utilizada con 84 millones de usuarios, posteriormente WhatsApp, seguido de YouTube y en cuarta posición Instagram. El Instituto Federal de Telecomunicaciones (2016) informó que el dispositivo más utilizado por la población mexicana es el teléfono celular, utilizado principalmente para consumir contenidos audiovisuales a través del internet, desde el hogar.

Por último, es necesario mencionar que durante el año 2020 y 2021 las redes sociales han demostrado ser importantes en la comunicación de los mexicanos al igual que en otros países, ya que han sido una opción en el confinamiento para aquellas personas que trabajaron, estudiaron o simplemente no podían estar con personas de su círculo social pues 7 de cada 10 internautas han realizado video llamada siendo la más utilizada WhatsApp seguida de Zoom y Google Meet.



## Capítulo 2

### Adicción a las Redes Sociales

El hombre ha recurrido al uso de diversos elementos excitantes desde tiempos inmemorables, por ejemplo: fumar tabaco, beber alcohol, mascar hojas de coca, inhalar drogas psicoactivas, fumar marihuana; entre otras. Estas sustancias fueron evolucionando al pasar de los años, a través de sus derivados industriales y químicos, hasta llegar a las drogas que actualmente se conocen como la heroína, la cocaína, las drogas de diseño, el LSD. Sin embargo, existen otras drogas, las comportamentales, es decir, las que no son inducidas por sustancias, como el caso de la adicción a la internet, al juego de azar, al teléfono móvil, al sexo, a las redes sociales, a las compras, entre otras conductas que pueden ser adictivas.

Por lo que el término adicción se ha ido modificando a través del tiempo, anteriormente cuando se hablaba de esta se hacía alusión al consumo de drogas. Cía (2013) identifica a través de la revisión de diversos estudios un elemento en particular en todos los trastornos adictivos: la falta de control del individuo ante determinada conducta, que al principio resulta ser placentera, pero si el consumidor no tiene la capacidad para regular esta sensación, esta puede llegar a dominar su vida. Por lo que actualmente se habla de las adicciones inducidas por sustancias y las adicciones conductuales. Antes de continuar con la explicación de estas modalidades de adicción, resulta necesario entender el término adicción.

#### 2.1 Conceptualización de adicción

Se puede entender a la adicción como la dependencia fisiológica y/o psicológica a alguna sustancia psicoactiva legal o ilegal, provocada por el abuso en el consumo, que causa una búsqueda ansiosa de la misma (Comisión Nacional contra las Adicciones [CONADIC], 2018). Lo que caracteriza principalmente a una



adicción es la pérdida de control y la dependencia. Todas las conductas adictivas están controladas inicialmente por reforzadores positivos (el aspecto placentero de la conducta en sí), pero terminan por ser controladas por reforzadores negativos (el alivio de la tensión emocional) (Echeburúa y Corral, 2010). En estos casos el comportamiento está desencadenado por una emoción que puede oscilar desde un deseo intenso hasta una auténtica obsesión, que puede ser capaz de originar un fuerte malestar, llamado síndrome de abstinencia cuando se deja de practicarlo (Montes, 2016).

El término de adicción puede considerarse como un trastorno por uso de sustancias, definido por el Manual de diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (por sus siglas en inglés DSM-5) (2013), en el que menciona que este trastorno abarca diez clases de drogas distintas: alcohol, cafeína, cannabis, alucinógenos, inhalantes, opiáceos, sedantes, hipnóticos y ansiolíticos, estimulantes y el tabaco. Una activación intensa del sistema de recompensa es producida por el exceso de una droga consumida. El DSM- 5 no solamente habla de lo trastornos relacionados a sustancias, sino que se incluye el juego patológico, que de igual manera se activan sistemas de recompensa similares a los que se activan por las drogas, dado que se producen síntomas y comportamientos similares al trastorno relacionado con el consumo de sustancias. Estos trastornos se encuentran divididos en dos grupos:

- Trastornos inducidos por sustancias: intoxicación, abstinencia y otros trastornos mentales inducidos por una sustancia o medicamento (trastornos psicóticos, trastorno bipolar y trastornos relacionados, trastornos depresivos, trastornos de ansiedad, trastorno obsesivo compulsivo y trastornos relacionados, trastornos del sueño, disfunciones sexuales, síndrome confusional y trastornos neurocognitivos.



- Trastornos por consumo de sustancias: Alcohol, cafeína, cannabis, alucinógenos, fencididina, inhalantes, otros alucinógenos, opiáceos, sedantes, hipnóticos o ansiolíticos, estimulantes y tabaco.

El CONADIC (2018) hace mención de los factores que podrían generar una adicción:

- Individuales: Baja autoestima, estados depresivos, personalidad, deseos de sensaciones “fuertes”
- Familiares: Desintegración del núcleo familiar y disfuncionalidad
- Sociales: Disponibilidad y facilidad del acceso, publicidad a determinadas sustancias, y movimientos migratorios

Las reacciones del adicto están regidas más por el principio del placer que por el principio de realidad. Es por eso que a la persona adicta le es imposible tolerar las demoras de lo que necesita o desea por lo que exige tenerlo en ese mismo momento, los adictos prefieren el placer inmediato. Lo que hace que una persona llegue a ser adicta no está totalmente implicado en las actividades o el consumo de determinadas sustancias o satisfactores, sino el modo de relación que se tenga con éstas, para entender esta relación, Rossi (2008) propone la siguiente ecuación para entender la adicción: un vacío afectivo y un estímulo (objeto, sustancia, persona) que brinda la ilusión de que la angustia desaparecerá, generándose un círculo vicioso, ya que, una vez que pasa el efecto del estímulo, la angustia aumenta y la compulsión hacia el objeto o la actividad se va haciendo incontrolable.

### **2.1.1 Comportamiento Adictivo**

Griffiths (2013) define comportamiento adictivo cualquier conducta que presente los siguientes seis componentes 1. Notoriedad (es fácil percibirlo)



2. Modificación del estado del ánimo (cambio favorable en el estado de ánimo)
3. Tolerancia (uso mayor de tiempo en las redes sociales)
4. Síntomas de abstinencia (experimentar síntomas físicos y emocionales desagradables cuando no pueden hacer uso de las redes sociales).
5. Conflicto (emergen problemas personales e intrapsíquicos)
6. Recaída (personas que vuelven al uso excesivo de las redes sociales después de un periodo de abstinencia).

La motivación es otro factor que acompaña a la adicción. Se refiere al “egocentrismo”. Las personas se ven motivadas para encontrar una identidad social con experiencias emocionales positivas, elevando visiblemente su estado de ánimo. Las personas con baja autoestima son las más beneficiadas en este punto (Basem, 2018).

También se deben considerar los factores personales que emergen de los problemas de personalidad como lo es la “timidez excesiva, baja autoestima, rechazo de la imagen corporal o el afrontamiento inadecuado a las situaciones cotidianas” (Echeburúa, 2012, p.440). En este sentido, las personas al sentirse insatisfechas con sus vidas utilizan las redes sociales como el móvil para satisfacer aquellas necesidades afectivas, emocionales y sociales. De la misma forma, algunos entornos familiares resultan ser poco favorables para el desarrollo de conductas adaptables y sanas ante la sociedad, por ejemplo se encuentran los padres que ejercen una educación autoritaria causante de la dependencia de los hijos o la rebeldía hacia las normas. En el lado opuesto, se encuentran los padres con educación permisiva que no les enseñan a sus hijos límites, autocontrol y



apoyo emocional adecuado, propiciando a que sean personas “egocéntricas, caprichosas e impulsivas” (Echeburúa, 2012).

Otro factor que habrá de añadir es el factor social, por ejemplo, la situación actual causada por la pandemia del COVID-19 en curso, durante la cual, las personas se vieron obligadas a mantenerse en confinamiento o aislamiento para evitar la propagación del virus, por lo que fue un factor para que éste fenómeno continúe aumentando y perjudicando fácilmente a las personas vulnerables; pues estas mismas pueden dejarse influir por la situación y a compensar de manera virtual lo que está pasando en el entorno real.

## **2.2 Criterios para el diagnóstico de Adicción**

Dos de los sistemas clasificatorios utilizados en el ámbito internacional para el diagnóstico de trastornos mentales de la edad adulta, niñez y adolescencia son el Manual de Enfermedades y Estadísticas de la Asociación Americana de Psiquiatría (por sus siglas en inglés DSM –5 y la Clasificación Internacional de Enfermedades para Estadísticas de Mortalidad y Morbilidad (CIE 10). En el primero, se establecen siete criterios para la evaluación de la dependencia química. Un patrón de uso inadecuado hacia una sustancia implica un deterioro clínicamente significativo en al menos tres o más de los siguientes criterios, por al menos en un periodo de 12 meses:

1) Tolerancia: definida por (a) una necesidad de cantidad alta en la sustancia para conseguir la intoxicación o el efecto deseado o (b) el efecto de la misma cantidad de sustancia disminuye conforme sea consumida continuamente.

2) Abstinencia: definida por (a) el cambio de comportamiento desadaptativo vinculado con lo cognoscitivo y lo fisiológico que tiene lugar cuando la concentración en la sangre de una sustancia disminuye en el individuo cuando ha prolongado



grandes cantidades de esa sustancia o (b) se toma la misma o alguna muy similar con la finalidad de aliviar o evitar los síntomas de la abstinencia.

3) Patrón de uso compulsivo a una sustancia: la sustancia es tomada en cantidades mayores o durante un período de tiempo más prolongado de lo originalmente pretendido.

4) Deseo persistente o esfuerzos infructuosos de controlar o interrumpir el consumo de la sustancia.

5) Empleo mucho tiempo a adquirir la sustancia, a tomarla o a recuperarse de la misma.

6) Reducción de importantes actividades sociales, laborales o recreativas debido al consumo de la sustancia.

7) Se continúa tomando la sustancia a pesar de tener conciencia de problemas psicológicos o físicos recidivantes o persistentes, que parecen causados o exacerbados por el consumo de la sustancia.

El CIE 10 (2018) en su quinto capítulo – Trastornos mentales y del comportamiento- está conformado por 11 grupos, en donde la segunda sección (F10-F19) está enfocado en los Trastornos mentales y del comportamiento debidos al uso de sustancias psicoactivas, este incluye diversos trastornos de diferente gravedad, aunque todos son atribuibles al consumo de una o más sustancias. La sustancia a evaluar se indica con el tercer carácter, mientras que el cuadro clínico se especifica con los códigos del cuarto carácter. Los siguientes apartados de cuarto carácter son para ser utilizadas con las categorías F10-F19:

0 Intoxicación aguda: Estado posterior al introducir una sustancia psicoactiva, que incita a perturbaciones en el nivel de conciencia, cognitivo, en la percepción, afectividad o en el comportamiento, en otras funciones y respuestas fisiológicas.



1 Uso nocivo: Abuso de sustancia psicoactiva que ocasiona daños a la salud, el daño puede ser físico o mental.

2 Síndrome de dependencia: Poderoso deseo de administrarse la droga, un deterioro en la capacidad de autocontrolar el consumo de la misma, la persistencia del uso a pesar de las consecuencias dañinas, una asignación de mayor prioridad a la utilización de la droga que a otras actividades y obligaciones, un aumento de la tolerancia a la droga y, a veces, un estado de abstinencia por dependencia física.

3 Estado de abstinencia: Grupo de síntomas de gravedad y grado de integración de variables, que aparecen durante la abstinencia absoluta o relativa de una sustancia psicoactiva, luego de una fase de utilización permanente de la misma

4 Estado de abstinencia con delirio: Afección en la que el estado de abstinencia se complica con delirio. También se pueden presentar convulsiones.

5 Trastorno psicótico: Conjunto de fenómenos psicóticos que ocurren durante o después del consumo de la sustancia psicoactiva; se caracteriza por alucinaciones (auditivas o con más de una modalidad sensorial), distorsiones perceptivas, por delirios (de naturaleza paranoide o persecutoria), perturbaciones psicomotrices (excitación o estupor) y por una afectividad anormal, que puede variar desde el temor intenso hasta el éxtasis. Habitualmente el sensorio se mantiene lúcido, pero puede haber cierto grado de obnubilación de la conciencia que no llega a la confusión grave.

6 Síndrome amnésico: Asociado con un deterioro crónico relevante de la memoria reciente y de la memoria remota, lo común son evidentes perturbaciones del sentido del tiempo y de ordenamiento de sucesos, como lo es también el deterioro de la capacidad de aprendizaje de nuevos materiales.



7 Trastorno psicótico residual y de comienzo tardío: os cambios cognitivos, de la afectividad, de la personalidad o del comportamiento inducidos por el alcohol o por sustancias psicoactivas, se prolongan más allá del período durante el cual podría asumirse razonablemente que está operando un efecto directamente relacionado con las mismas.

Los criterios presentados por estos sistemas clasificatorios presentan similitudes y diferencias al describir los requisitos para diagnosticar el trastorno por consumo de sustancias. Entre las similitudes se encuentra el uso peligroso, problemas sociales / interpersonales, síndrome de abstinencia, entre otros. Sin embargo, también existen diferencias entre ambos sistemas; por ejemplo, el CIE 10 considera el estado de amnesia con delirio, trastorno psicótico, etc. En la tabla 2 se contrastan los criterios de ambos sistemas de diagnóstico.



**Tabla 2**

*Criterios del DSM 5 y CIE 10 para el trastorno por consumo de sustancias*

	<b>DSM – 5 (2013) Trastorno por consumo de sustancias (<math>\geq 2</math> criterios)<sup>a</sup></b>	<b>CIE – 10 (1994) Trastornos mentales y del comportamiento debidos al consumo de sustancias psicótropas (<math>\geq 3</math> criterios)<sup>b</sup></b>
Uso peligroso	X	X
Peligros sociales / interpersonales relacionados con el Consumo	X	X
Incumplimiento de los principales roles por su consumo	X	X
Síndrome de abstinencia	X	X
Tolerancia	X	
Usa mayor cantidad / más tiempo	X	X
Intentos repetidos de dejarlo / controlar el consumo	X	X
Mucho más tiempo del que se pensaba	X	X
Problemas físicos / psicológicos relacionados con el Consumo	X	X
Síndrome de dependencia		X
Estado de abstinencia con delirio		X
Trastorno psicótico		X
Síndrome amnésico		X
Trastorno psicótico residual y de comienzo tardío		X

Nota: <sup>a</sup> = Dos o más criterios del Trastorno por consumo de sustancias en un periodo de 12 meses.

<sup>b</sup> = Tres o más criterios de los Trastornos mentales y del comportamiento debidos al consumo de sustancias psicótropas.



## **2.3 Las Principales Adicciones en el Mundo**

La adicción más frecuente está relacionada con el abuso de drogas, de acuerdo con el Informe Mundial sobre las Drogas (2021) refiere que el número de consumidores de drogas sintéticas (cannabis, opioides) y estimulantes (cocaína, anfetaminas), actualmente existen 36 millones de personas que padecen de trastornos por consumo de drogas (que representa el 5.5 % de la población de 15 a 64 años). A diferencia del informe anterior, en el cual se habían reportado a 30,5 millones de consumidores de droga y 11 millones de personas se inyectan narcóticos. Los datos actuales muestran un aumento de la prevalencia del consumo de opioides en África, Asia, Europa y América del Norte, y del consumo de cannabis en América del Norte, América del Sur y Asia. Mientras que la droga que más se consume en todo el mundo sigue siendo el cannabis (se estima que 188 millones de personas consumieron cannabis en el año anterior).

De acuerdo con la Encuesta Mundial sobre Drogas (2019) la cual tiene por objetivo hacer un uso más seguro y responsable del consumo de sustancias, informa que en México las sustancias que más se consumen son el alcohol, seguida del cannabis, el tabaco, la cocaína y el LSD.

## **2.4 Modalidades de adicción**

### ***2.4.1 Adicciones Inducidas por Sustancias***

El National Institute on Drug Abuse ([NIH], 2014) define las adicciones inducidas por sustancias como una enfermedad crónica y recurrente del cerebro que se caracteriza por la búsqueda y el consumo compulsivo de drogas, a pesar de sus consecuencias nocivas. Se considera una enfermedad del cerebro porque las drogas



modifican este órgano, su estructura y funcionamiento se ven afectados, cambios que pueden ser de larga duración, y pueden conducir a comportamientos peligrosos que se observan en las personas que abusan del consumo de drogas.

Las adicciones son muy similares a otras enfermedades, ambas afectan y perjudican a los órganos dependiendo de cuál sea el caso, las consecuencias adquiridas por estas son muy nocivas, y si no se tratan a tiempo pueden llevar a la muerte del afectado; sin embargo, existen tratamientos para poder atenderlas y también para evitarlas.

#### **2.4.2 Adicciones Conductuales o Psicológicas**

Las adicciones conductuales, también son denominadas como adicciones comportamentales, no convencionales, sin sustancias, no químicas o no tóxicas (Salas, 2014). Madrid (2000, como se citó en Ecurra y Salas, 2014) afirma que las adicciones psicológicas o conductuales son caracterizadas por comportamientos repetitivos que resultan placenteros, que llegan a generar estados de necesidad (una vez que se han convertido en hábitos) y que al no ser controlados ocasionan un nivel alto de ansiedad. Es aquí cuando las personas desarrollan el comportamiento adictivo, al tratar de reducir la ansiedad que les produce el hecho de no poder ejecutarlo, por lo que ya no se realiza tanto por la obtención del placer, sino para aminorar los niveles de ansiedad.

El concepto de adicciones conductuales, hace referencia a la dificultad que presentan las personas al intentar controlar un agrupamiento de comportamientos repetidos. Comportamiento que realiza para liberarse de situaciones desagradables, por lo que se dedica mayor tiempo a estas actividades para manejar la situación en la que se encuentran; sin embargo, estos comportamientos pueden apoderarse



progresivamente del tiempo, al grado que la persona deja de tener control sobre su propio comportamiento. Dentro de este tipo de adicciones se reconocen una serie de comportamientos, entre los que se encuentran la adicción a internet, a la tecnología, a móviles (teléfonos celulares), videojuegos, compras, trabajo, juegos de azar (los casinos), sexo, a las redes sociales, etc.

Actualmente, existen hábitos que aparentemente son inofensivos pero que en determinadas circunstancias pueden generar una dependencia, pues el desarrollo de estas adicciones es muy similar al proceso que se lleva a cabo con las que están relacionadas a sustancias. Primeramente este tipo de conductas son controladas por resultados positivos, pero conforme el consumo se hace más frecuente o en cantidades mayores, se termina generando una necesidad a la que hay que satisfacer. Cuando la adicción conductual ha evolucionado, existe un pobre control cognitivo, los comportamientos se vuelven automáticos y son dominados por las emociones y los impulsos. Lo que caracteriza a una adicción psicológica no es el tipo de conducta implicada, sino el tipo de relación que el sujeto establece con esta (Echeburúa y Corral, 1994).

Krych (1989) propone una secuencia evolutiva de las adicciones psicológicas:

- a. La conducta es placentera y recompensante para la persona
- b. Hay un aumento de los pensamientos referidos a dicha conducta en los momentos en que la persona no está implicada en ella
- c. La conducta tiende a hacerse cada vez más frecuente, y la persona pierde interés por otro tipo de actividades anteriormente gratificantes



- d. La persona tiende a quitar importancia al interés o al deslumbramiento suscitados en él por la conducta (mecanismo psicológico de la negación)
- e. Se experimenta un deseo intenso –sentido periódicamente– de llevar a cabo la conducta y se tienen expectativas muy altas acerca del alivio del malestar que se va a sentir tras la ejecución de la conducta
- f. La conducta se mantiene a pesar de las consecuencias negativas crecientes. Hay una justificación personal y un intento de convencimiento a los demás por medio de una distorsión acentuada de la realidad
- g. A medida que los efectos adversos de la conducta aumentan, el adicto comienza a tomar conciencia de la realidad y realiza intentos –habitualmente fallidos– de controlar la conducta por sí mismo
- h. Lo que mantiene ahora la conducta no es ya el efecto placentero, sino el alivio del malestar. Este alivio es cada vez de menor intensidad y de más corta duración
- i. La persona muestra una capacidad de aguante cada vez menor ante las emociones negativas y las frustraciones cotidianas. Las estrategias de afrontamiento se empobrecen debido a la falta de uso. De este modo, el comportamiento adictivo se convierte en la única vía para hacer frente al estrés
- j. La conducta adictiva se agrava: una crisis externa –la ruptura de la pareja, una estafa, la pérdida de empleo, etc. – lleva al paciente o a la familia a solicitar tratamiento. Una crisis externa es la que lleva a solicitar tratamiento.

#### **2.4.3 Modalidades de las Adicciones Psicológicas**

Cualquier conducta placentera puede volverse adictiva si se llega a hacer un mal uso de ella, la peculiaridad de este fenómeno es cuando el sujeto pierde el control en el



momento en que desarrolla una conducta determinada y que a pesar de las consecuencias adversas que pudiera tener, continúa con la misma, manera en cómo se adquiere una dependencia mayor a la conducta. Como tal, no se puede hacer una clasificación de este tipo de adicciones, aunque desde la perspectiva clínica, existen algunas conductas como el juego patológico, la comida descontrolada, la dependencia a las compras, el ejercicio físico irracional, el abuso del internet, de las redes sociales, el trabajo excesivo, entre otros, que pueden ser consideradas como adicciones (Fernández y López, 2010).

**2.4.3.1 Juego Patológico.** Esta dependencia se caracteriza principalmente por la relación que posee el afectado hacia el juego y por la incapacidad de controlar el impulso a jugar; como consecuencia de ello se ve afectada la consecución de objetivos personales, familiares y profesionales. Se trata de un problema social que influye en todas las clases sociales y en todas las edades, sin embargo; este trastorno es más frecuente en hombres que en mujeres. La ludopatía se ve más compleja por problemas familiares, bajo rendimiento académico, la dificultad de relaciones interpersonales, etc. Si al afectado se le impide realizar este comportamiento, la urgencia para llevar a cabo la conducta es muy similar al deseo compulsivo y el síndrome de abstinencia que se experimenta con las drogodependencias. La transición del juego normal al juego patológico se da de la siguiente manera: Se inicia gastando más dinero de lo planeado, posteriormente se apuesta para recuperar el dinero perdido y finalmente el sujeto sigue jugando a pesar de haber perdido anteriormente.

**2.4.3.2 Adicción al Sexo.** Consiste en la incapacidad de controlar el exceso de las conductas y los deseos sexuales; principalmente el género masculino es el más



afectado, se caracteriza porque el objetivo del comportamiento es la reducción de un malestar o conductas no deseadas que producen consecuencias negativas en diferentes áreas, por ejemplo en lo físico se adquieren enfermedades de transmisión sexual; en lo psicológico resaltan los sentimientos de culpa y vergüenza, ruptura matrimonial no deseada, baja autoestima, depresión etc. En lo social se encuentra la pérdida de empleo, la devaluación del estatus socioeconómico (por mencionar algunas); dejando a un lado el placer, de esta manera la conducta amorosa se ve reducida a una mera necesidad biológica en donde el único objetivo es la penetración y la eyaculación sin dejar un espacio para la comunicación. La adicción al sexo puede manifestarse de distintas maneras: masturbación compulsiva, búsqueda ansiosa de relaciones sucesivas con múltiples amantes, una mayor frecuencia en los prostíbulos, una búsqueda excesiva en páginas de internet dedicadas al sexo en donde se intentan satisfacer fantasías sexuales de toda índole (Young, 2008).

**2.4.3.3 Adicción a las Compras.** Se define como el impulso incontrolable de adquirir objetos inútiles o innecesarios; la gratificación deriva del proceso de comprar (Fernández-Montalvo y López-Goñi, 2010). Las principales de esta conducta es que se compra de manera excesiva, los objetos adquiridos no los necesita y además el sujeto es consciente de ello, pero cuenta con la incapacidad de frenar el impulso.

Las personas que son afectadas por esta adicción se sienten estimulados por el placer de comprar sin embargo existe una pérdida de aprecio por los productos una vez comprados. El problema se hace visible para la persona afectada cuando existe la imposibilidad de sustentar las deudas bancarias, cuando los reclamos de familiares se hacen presentes al ver esta conducta des adaptativa o cuando la persona ha quedado



en bancarrota. Sin embargo los productos que adquieren los adictos a las compras varían dependiendo del género, por ejemplo, los hombres están mayormente inclinados a adquirir materiales informáticos, vídeos, equipo de música y accesorios para los automóviles; y por el otro lado, las mujeres se encuentran inclinadas a adquirir maquillaje, lencería, ropa, lencería, accesorios, zapatos; es decir lo que está relacionado con el atractivo físico. Aunque la motivación en ambos géneros es la misma, aumentar la autoestima, en el caso de las mujeres por elevar el aspecto físico y los hombres por poseer riquezas.

**2.4.3.4 Adicción a la Comida.** Supone un ansia por consumir de manera descontrolada alimentos generados por una atracción irresistible y una sensación de no parar, que si se llega a frustrar esta conducta, genera ansiedad e irritabilidad en el sujeto (Alonso-Fernández, 1996), esto se inicia de manera brusca a partir de una sensación de hambre voraz incontenible y que conllevan a la ingestión, generalmente este acto se realiza cuando el individuo se encuentra solo o lo realiza a escondidas y termina cuando el sujeto se encuentra desagradablemente satisfecho, los efectos que surgen cuando se está realizando la acción es gratificación inmediata ya que la inquietud y la euforia se reducen, aunque una vez que se finaliza dicha conducta aparecen malestares físicos como la somnolencia, dolor abdominal o sensación de pesadez, y aparece la ansiedad psicológica con sentimientos de culpabilidad ante la pérdida de control, una baja autoestima, estado de ánimo deprimido y un malestar al recordar el atracón.

Cabe resaltar que no es lo mismo comer mucho que ser adicto a la comida, en el caso de comer mucho se hace referencia a que no existe una dieta, se come



lentamente y además se saborea la comida. En la sobre ingestión está controlada por aliviar el malestar (reforzadores negativos) que por el placer de la comida (reforzadores positivos), además la ingestión es de manera rápida, los alimentos que están prohibidos en la dieta son los que más se consumen durante el atracón y los pensamientos relacionados a la comida se llevan a cabo durante la realización de otras actividades.

**2.4.3.5 Adicción al Trabajo.** Se caracteriza por la pérdida de control respecto a los límites del trabajo y una interferencia negativa en la vida cotidiana, en las relaciones interpersonales con la familia y sociales, tiempo de ocio y en cuestiones de la salud, implicando un exceso y una desadaptatividad con las actividades laborales. Una peculiaridad de estos adictos es la actitud que tienen hacia la tarea a realizar que las horas dedicadas al trabajo, además se esconde bajo estos comportamientos una baja autoestima y el reconocimiento social, asimismo están inmersos sentimientos de inferioridad y de miedo al fracaso. De acuerdo con Killinger (1993) las principales características de esta adicción son: Implicación elevada en la actividad laboral; b) impulso a trabajar debido a presiones internas; c) poca capacidad para disfrutar de la tarea realizada; y d) búsqueda de poder o prestigio.

Cabe mencionar que la dedicación intensa al trabajo y la adicción al trabajo son distintas, en la primera se disfruta de las actividades laborales a realizar, son personas muy productivas, se entusiasman con su trabajo y además les dedican tiempo a sus familias, a las actividades de ocio, y generalmente estas demandas son por periodos de tiempo temporales. En cambio, a los adictos al trabajo manifiestan problemas en el estado de salud física, de igual manera se ven afectadas las relaciones familiares y sociales. En esta situación las consecuencias negativas impactan de diferentes



maneras, por ejemplo: las relaciones familiares se ven deterioradas, existe un aislamiento social por parte del afectado, pérdida del humor, desinterés por las relaciones interpersonales, las relaciones sexuales son programadas, existe un desgaste en la salud, enfermedades relacionadas con el estrés como es el caso de alteraciones cardiovasculares. La calidad de vida de estos sujetos es deficiente y que generalmente llegan a un consumo abusivo de alcohol, tabaco y estimulantes en su tiempo libre.

**2.4.3.6 Adicción a Internet.** Es necesario mencionar que esta adicción no ha sido incluida en el DSM-V a pesar que existen diversas investigaciones empíricas y cualitativas sobre la adicción a Internet, aun no se ha podido consolidar como parte de los trastornos adictivos debido a que falta información que pueda respaldar a este suceso novedoso. De acuerdo con Prieto y Moreno (2015) el primer investigador que expuso la adicción a internet, así como los criterios para su diagnóstico fue el psiquiatra Ivan Goldeberg en el año de 1995. Posteriormente, Kimberly S. Young en 1998, retomó los ocho criterios adaptados para el diagnóstico de juego patológico para crear un instrumento que midiera la dependencia a Internet y así poder definirla.

Cabe señalar que las asociaciones de internautas y las grandes empresas desarrolladoras de tecnología son opositores a que se incluya el uso problemático del internet como una adicción, pues resultaría difícil lidiar con una patología en contra de sus propios modelos de negocios. Es por ello, se prefiere hablar de uso problemático de internet como un problema temporal que no desencadena un desorden (Prieto y Moreno, 2015).



Su importancia clínica y epidemiológica la sitúa como una de las patologías emergentes de mayor impacto en el siglo actual y se caracteriza por la falta de control en el uso que se le determina a esta actividad (Cía, 2013).

Griffiths (2000) menciona que es necesario distinguir entre adicción en la internet y adicción a internet, en el primer caso hace referencia a todos aquellos comportamientos que a través de la internet la utilizan como medio para alimentar a otras adicciones, por ejemplo el individuo que es adicto a los juegos que elige participar en los juegos de azar en línea, así como un adicto a los juegos que utiliza la computadora para jugar en línea, resaltando que el internet es el medio por el cual llevan cabo el comportamiento elegido.

Sin embargo, hay algunos estudios como el caso de Young (1998), en donde se habla de una adicción a Internet en sí misma, teniendo como base que la internet cuenta con determinadas funciones que no están disponibles en ningún otro medio, como salas de chat o juegos de rol, las personas adictas a internet lo son porque participan en actividades utilizando las características peculiares de la internet. La dependencia a Internet causa consecuencias negativas en los participantes, como: hacen un uso excesivo asociado a una pérdida de control, aparecen síntomas de abstinencia (ansiedad, depresión, irritabilidad) ante la imposibilidad temporal de acceder a la red, se establece la tolerancia (es decir, la necesidad creciente de aumentar el tiempo de conexión a Internet para sentirse satisfecho) y se producen repercusiones negativas en la vida cotidiana con reducción de la actividad física; estos comportamientos son comparables a aquellos experimentados en otras adicciones.



## **2.5 Adicción a las Redes Sociales**

El término de adicción comúnmente se relaciona al consumo de sustancias, tal como se evidencia en el Manual Diagnóstico de los Trastornos Mentales, en su quinta versión (DSM 5, 2012) define la adicción como abuso y dependencia a cualquier sustancia psicoactiva. No obstante, en esta última actualización se considera como trastorno adictivo al juego patológico o ludopatía, para el diagnóstico de este trastorno no se considera ningún tipo de sustancias psicoactivas, aunque si es considerada una conducta grave para la salud, que genera una dependencia, un síndrome de abstinencia y tolerancia, como ocurre con el alcoholismo, tabaquismo, consumo de anfetaminas, cocaína, marihuana, etc.

En el área de la salud mental se ha debatido si se deberían considerar algunos comportamientos adictivos como adicciones; según Basem (2018) “existen cinco tipos de adicciones distintas a las redes sociales (p. 2):

1. Adicción a la computadora, se refiere a los juegos que trae de fábrica;
2. Sobrecarga de información, buscar información en las páginas web; compulsiones netas,
3. Adicción a los juegos y/o compras en línea;
4. Adicción cibersexual, como la pornografía o adicción al sexo en línea; y
5. Adicción a las relaciones cibernéticas, relaciones románticas en línea, aplica para la adicción a las redes sociales.



## **Capítulo 3**

### **Método**

#### **3.1 Planteamiento del problema**

Durante la última década se ha hablado y estudiado la adicción a las redes sociales (ARS) las cuales al estar inmersas en el internet han sido más accesibles y constantes en su uso para la mayoría de los consumidores, incrementando año con año el número de personas que interactúan en las redes sociales. Dentro de las consecuencias negativas encontradas en las adicciones no relacionadas a sustancias, se pueden hallar la pérdida de control, síntomas de abstinencia como la ansiedad, la depresión e irritabilidad. Incluso se señala su importancia clínica y epidemiológica, situando la adicción a las redes sociales como una de las patologías emergentes de mayor impacto en el siglo actual (Cía, 2013). No obstante la ARS no está incluida en el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales en su Quinta Edición (DSM-V) ni en el Clasificación Internacional de Enfermedades en su Décima Edición (CIE-10), por no cumplir con los criterios establecidos para las adicciones psicológicas, razón por la cual, el propósito de esta investigación es realizar una revisión sistemática de la ARS para resumir toda la evidencia científica disponible con respecto a la ARS y evaluar críticamente si, se identifican los criterios establecidos para las adicciones psicológicas.

#### **3.2 Pregunta de investigación**

¿Los estudios científicos sobre adicción a redes sociales reportan los criterios establecidos para las adicciones psicológicas mencionadas en los manuales DSM-V y CIE-10?



### **3.3 Objetivos**

- I) Conocer el estado de conocimiento sobre la adicción a las redes sociales
- II) Constatar en la literatura científica sobre la adicción a internet los criterios establecidos para las adicciones psicológicas en el DSM-V y CIE-10

### **3.4 Conceptos ordenadores**

Adicción: Es la dependencia fisiológica y/o psicológica a alguna sustancia psicoactiva legal o ilegal provocada por el abuso en el consumo, que causa una búsqueda ansiosa de la misma (Consejo Nacional Contra las Adicciones, 2018).

Red social: Son comunidades virtuales en las que las personas pueden crear su propio perfil con todo tipo de información personal e interactuar con los perfiles de sus amigos en la vida real, así como conocer a nuevas personas con las que compartan algún interés (Boyd y Ellison, 2008).

### **3.5 Tipo de investigación**

Revisión sistemática. Resumen claro y estructurado orientados a un tópico en específico, con la finalidad de responder una pregunta en específico. Para realizar una revisión sistemática se hace uso de múltiples artículos fuentes de información, debido a esto representa el más alto nivel de evidencia dentro de la jerarquía de la evidencia. Las propiedades de este estudio se constan en recolectar, seleccionar, evaluar críticamente y resumir toda la evidencia científica disponible (Moreno et al., 2018).

### **3.6 Tipo de diseño**

Con el fin de proporcionar un estado del conocimiento adecuado y plasmar mediante una imagen la identificación y selección de los artículos referentes al tópico “adicción a las redes sociales”, se siguió el procedimiento recomendado por la



declaración PRISMA 2020 (Matthew et al., 2020). Se recopilaron un total de 1011 documentos referentes al tema de investigación, sometiéndolos a 4 filtros de elegibilidad de manera deductiva (Ver diagrama 1). Debido a la naturaleza del tema se recabaron artículos descriptivos, cualitativos, explicativos, correlacionales, exploratorios, analíticos y transversales.

### **3.6.1 Fuentes de datos**

Se utilizaron las bases de datos más confiables para una investigación del nivel de tesis, para ello la literatura se limitó a artículos en el idioma Inglés y Español, tomando como filtro de discriminación el año de publicación, considerando del año 1998 al año 2021 como margen de elección. Las búsquedas se llevaron a cabo en las bases de datos electrónicas Psycinfo y PubMed (siendo esta última parte de Medline) ya que proporcionan resúmenes e índices completos de publicaciones en psicología y biomedicina a nivel internacional. La base de datos Psycinfo es publicada por la American Psychological Association, siendo considerada la más importante en el campo de la Psicología; a su vez PubMed es un recurso de la biblioteca nacional de medicina de EE. UU., proporcionando ambas bases de datos veracidad al estudio.

### **3.6.2 Estrategia de búsqueda**

La recapitulación de los artículos requeridos fue realizada por dos investigadores de manera colectiva utilizando las mismas herramientas que proporcionan las bases de datos, en estas se encuentran filtros específicos que facilitan la detección de documentos deseados. En primera instancia los documentos tenían que poseer las palabras “Adicción” y “Redes sociales” en el título, debido a la creciente popularidad del tema se encontraron 1011 documentos que hacían referencia a las palabras clave, en



la base de datos Psycinfo se encontraron 276 registros y en PubMed 735 registros. Se excluyeron 37 registros debido a que se encontraban en ambas bases de datos. En el apartado de Cribado se eliminaron 85 registros tras leer la relación del título con el tema de investigación. Para excluir todos aquellos artículos innecesarios para esta investigación se utilizaron 4 filtros con un orden en específico siendo deductivo la colocación de estos:

- 1) Año de publicación (2001 -2021)
- 2) Disciplina en psicología
- 3) Tipo de documento: Artículo de investigación.
- 4) Abstract

En el primer filtro se hizo una discriminación con base al año de publicación pues solo se tomaron en cuenta a partir del año 2001 al año 2021 con el propósito de considerar la información más actualizada. En la aplicación de este filtro se excluyeron un total de 57 documentos de ambas bases de datos, esto es debido a que el tema de la investigación tuvo su auge a principios del siglo XXI.

Para el segundo filtro se descartaron todos aquellos artículos que no fueran de la disciplina en psicología, esto es debido a que en diversos documentos el tema de adicción a redes sociales se trataba desde un enfoque diferente al deseado. Por la relación que tiene las redes sociales con diferentes disciplinas especialmente en el ámbito tecnológico, se lograron descartar un total de 458 documentos.

El tercer filtro constato en eliminar todo aquel documento que no fuera artículo de investigación, siendo este y el tercer filtro los que depuraron más. En el penúltimo filtro se eliminó documentos que carecían de la información y estructura requerida como



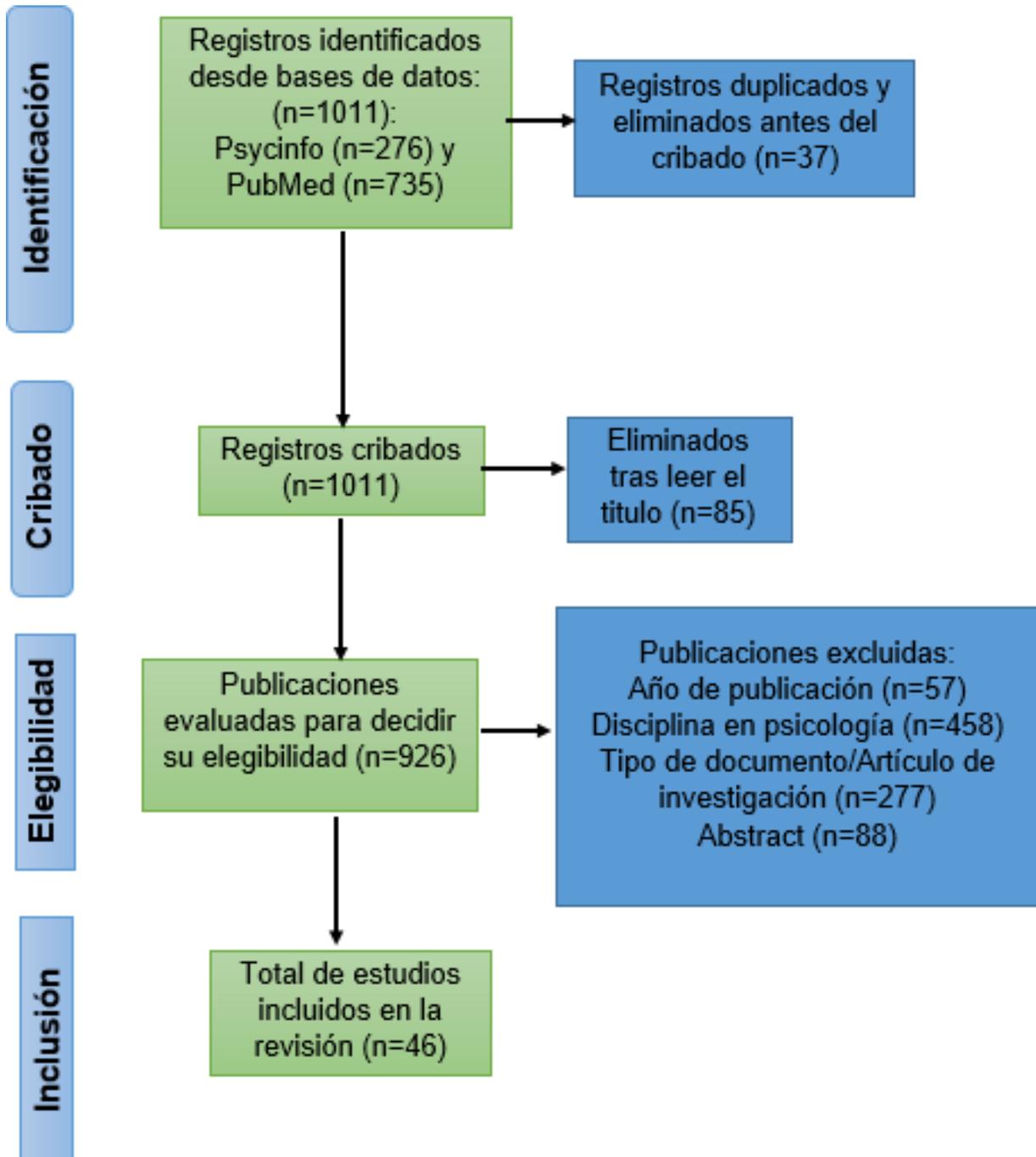
boletines, páginas webs, conferencias etc. Para esta instancia se excluyeron 277 documentos.

Finalmente la búsqueda de la literatura se concretó en el cuarto y último filtro el cual fue basado en el abstract o el resumen del artículo, para lo cual se realizó una lectura crítica basada en el propósito, metodología, contexto, resultados y conclusiones inmersas en el abstract. La cifra final que arrojó el proceso de selección fue de 46 artículos de investigación.



Diagrama 1

Diagrama de flujo sobre la adicción a las redes sociales. Basado en PRISMA 2020





## **CAPITULO 4**

### **Resultados**

De la revisión, recuperación y análisis de los documentos, se recopilaron un total de 46 investigaciones, tal y como se aprecia en la Tabla número tres.



*Cronología de las investigaciones referentes a la adicción hacia las redes sociales*

Autor (es)	Objetivo	Tipo de estudio	Muestra	Resultados
Griffiths, M. (2005)	Argumentar que las adicciones son parte de un proceso biopsicosocial y cada vez hay más pruebas de que los comportamientos excesivos de todo tipo parecen tener muchos puntos en común	Explicativo	Revisión de Literatura	Lo que este artículo ha demostrado es que las adicciones son parte de un proceso biopsicosocial y no solo se limitan a los comportamientos de ingesta de drogas.
Widyanto, L. y Griffiths, M. (2007)	Revisar investigaciones empíricas sobre la adicción a internet y sus derivados así como la evaluación de en qué medida existe.	Descriptivo Explicativo	Estudios previos	Parece que, si la adicción a Internet realmente existe, solo afecta a un porcentaje relativamente pequeño de los usuarios en línea. Sin embargo, aún no está claro qué es exactamente en Internet a lo que son adictos.
La Barbera, D., et al.(2009).	Examinar la literatura reciente sobre las redes sociales y cualquier riesgo psicopatológico relacionado con la misma.	Descriptivo	Revisión de literatura.	Las redes sociales satisfacen la necesidad de contacto, facilitando las relaciones y el bienestar psicológico. Los usuarios egocéntricos, más vulnerables, especialmente los jóvenes, podrían ser absorbidos por la web y desarrollar comportamientos adictivos.



(Continúa)

*Cronología de las investigaciones referentes a la adicción hacia las redes sociales*

Autor (es)	Objetivo	Tipo de estudio	Muestra	Resultado
Kang, I., et. al. (2013).	Reinterpretar el social network services (SNSs) desde la perspectiva del comportamiento del consumidor	Exploratoria	254 personas, 132 hombres y 122 mujeres entre 20 a 40 años de edad. Revisión de literatura.	La adicción a las redes sociales se puede utilizar como medio de marketing debido a la influencia que tiene en sus usuarios. 21 ítems cumplieron el criterio. La medida de adecuación muestral de Kaiser-Meyer-Olkin fue de 0,89, lo que indicó que los ítems incluidos eran adecuados para el análisis factorial.
Kuss, D., et. al. (2013).	Sintetizar los hallazgos anteriores y las interacciones entre los rasgos de personalidad y el uso de determinadas aplicaciones de Internet como factor para la adicción al internet.	Descriptivo	3105 adolescentes holandeses de Dakota del Sur, entre 11 a 19 años.	La vulnerabilidad y la resiliencia aparecen como aspectos importantes que requieren consideración en estudios adicionales.
Basteiro, J., et. al. (2013).	Crear un instrumento de medida válida y fiable que permita evaluar el abuso de las redes sociales.	Exploratorio	Primer estudio: por 446 participantes (un 64.13% fueron mujeres y un	Parece que, si la adicción a Internet realmente existe, solo afecta a un porcentaje relativamente pequeño de los usuarios en línea. Sin embargo, aún no está claro qué es exactamente en Internet a lo que son adictos.



(Continúa)

*Cronología de las investigaciones referentes a la adicción hacia las redes sociales*

Autor (es)	Objetivo	Tipo de estudio	Muestra	Resultado
Prieto, J. y Moreno, A. (2013).	Presentar el atractivo de las redes sociales y sus consecuencias.	Explicativo	Revisión de Literatura	El abuso de Internet puede ser una manifestación secundaria de otra patología principal como la depresión, la fobia social u otros problemas.
García, J. (2013).	Examinar la literatura previa a las adicciones conductuales.	Descriptivo	Revisión de Literatura	El reconocimiento de la adicción conductual ha avanzado como una prueba que se potencia el día al día entre la comunidad científica.
Salehan, M., y Negahban, A. (2013).	Predecir mediante las aplicaciones móviles una posible adicción al celular	Exploratorio	214 estudiantes de una universidad pública en el suroeste de los Estados Unidos.	Las aplicaciones de un celular móvil se ven afectadas por la adicción a las redes sociales y que estas a su vez tienen un impacto diferente en la edad del usuario o intensidad de uso. El uso de aplicaciones móviles SNS es un predictor significativo de adicción móvil.
García, A., et. al. (2014).	Analizar los postulados teóricos, las ventajas de las redes sociales para las personas contra el comportamiento adictivo y abusivo.	Descriptivo	Revisión de literatura	Posiblemente uno de los problemas que dificultan el estudio de los efectos adictivos a las redes sociales está en la velocidad con la que se desarrolla y las muchas ramificaciones y referencias que la generan.



*Cronología de las investigaciones referentes a la adicción hacia las redes sociales*

Autor (es)	Objetivo	Tipo de estudio	Muestra	Resultado
Katasonov a, A., et al. (2014).	Analizar el impacto comportamental que tiene la adicción al internet en los jóvenes.	Exploratorio	60 personas entre las edades de 17 y 22 participaron en el estudio, incluidas 26 mujeres y 34 hombres.	Los jóvenes que son adictos a internet les causa una distracción en los estudios debido al tiempo exhaustivo que están en el internet, así como una menor capacidad para ser conscientes de sí mismo en el tiempo. A su vez puede originar impulsos, confusión, deseos y motivos.
Escurra, M. y Salas, E. (2014)	Desarrollar y validar un cuestionario para evaluar la adicción a las redes sociales de acuerdo al Modelo de Respuesta Graduada de Samejima.	Exploratorio	380 participantes provenientes de cinco universidades de la ciudad de Lima, una de ellas de tipo estatal, 63.7% mujeres y 36.3% varones, (entre 16 y 42 de edad)	Este instrumento fue desarrollado a partir de los indicadores de adicción a sustancias del DSM-IV. El análisis factorial arrojó tres dimensiones: 1. Obsesión por las redes sociales; 2. Falta de control personal en el uso de las redes sociales y 3. Uso excesivo de las redes sociales. Instrumento de diagnóstico que no reconoce las adicciones psicológicas como trastornos. El cuestionario de Adicción a las Redes Sociales en general y por factores aporta evidencias de confiabilidad por consistencia interna.
Masur, P., et al. (2014).	Explorar el fenómeno de las redes sociales e identificar predictores	Exploratorio	143 mujeres y 56 hombres. Su rango de edad osciló entre los	Asumen que la falta de autonomía conduce al uso excesivo de las redes sociales como una forma de escape, no teniendo motivo alguno para llevar la acción.



(Continúa)

*Cronología de las investigaciones referentes a la adicción hacia las redes sociales*

Autor (es)	Objetivo	Tipo de estudio	Muestra	Resultado
	que lo llevan a un uso problemático		18 y los 22 años.	
Durán, M. (2014).	Examinar el uso que jóvenes españoles hacen de la red social Tuenti, y su posible relación con las tendencias adictivas a la misma.	Descriptivo	199 usuarios de la red social Tuenti, 143 mujeres y 56 hombres, con un rango de edad entre 18y 22 años	Muestra la existencia de 4 categorías diferenciadas en el uso que estos jóvenes dan a la red social Tuenti. (Factor 1), como herramienta de comunicación con sus amigos, a nivel público (Factor 2) o a un nivel más privado mediante otras herramientas (Factor 3) como el uso del chat o la creación de comentarios, y como fuente de información social (Factor 4), tanto para informar sobre actividades sociales en las que se participa como para poder seguir la actividad social de los contactos o amigos.
Bouna, P., et. al. (2015).	Caracterizar los nuevos criterios DSM-5 para el trastorno del juego en Internet y los criterios adaptados para el "trastorno de la red social".	Correlacional	3.287 voluntarios	Las participantes femeninas afirmaron todos los ítems de trastorno de la red social (SND) con más frecuencia que los participantes masculinos, y lo contrario fue cierto para todos los ítems de trastorno de juego en internet (IGD). Las tres mayores diferencias para IGD fueron que los hombres afirmaron "el uso continuo a pesar de las consecuencias adversas, tolerancia y uso de internet para escapar o aliviar un estado de ánimo negativo". Para SND que las mujeres afirmaron " uso de Internet para escapar o aliviar un estado de



(Continúa)

*Cronología de las investigaciones referentes a la adicción hacia las redes sociales*

Autor (es)	Objetivo	Tipo de estudio	Muestra	Resultado
				ánimo negativo, tolerancia y pérdida de control”
Casale, S. y Fioravanti, G. (2015).	Comprobar la hipótesis que al no ser satisfechas las necesidades a través de las redes sociales puede representar un uso problemático para personas socialmente ansiosas.	Correlacional	400 estudiantes universitarios de Florencia, Italia (207 mujeres y 193 hombres).	Se encontró un efecto directo de la ansiedad social en el uso problemático de los servicios comunicativos de Internet (GIU) entre ambos sexos. Los hombres y las mujeres socialmente ansiosos tienden a usar los SRS para fines de auto presentación, así como para tener la oportunidad de ser más asertivos. La asociación entre la ansiedad social y la GIU estuvo mediada en parte por la necesidad de auto-presentación solo entre los hombres.
Pearson, C. y Hussain, Z. (2015).	Investigar la relación entre el uso y la concurrencia de teléfonos inteligentes, las tendencias narcisistas y la personalidad como predictores de la adicción.	Exploratorio Correlacional	Universidad del Reino Unido 256 participantes, 181 mujeres y 75 hombres entre 17-68 años	El 13.3% de la muestra fue clasificada como adicta a los teléfonos inteligentes. Los puntajes más altos de narcisismo y los niveles de neuroticismo estaban relacionados con la adicción. De los datos cualitativos surgieron tres temas de relaciones sociales, dependencia de teléfonos inteligentes y personalidades egoístas.
Vilca, L. y Vallejos, M. (2015).	Construir y evaluar las propiedades psicométricas de un instrumento capaz de detectar el riesgo de	Exploratorio	Muestra piloto: 205 estudiantes con una media de edad de 16 años. Segunda	El análisis factorial confirmatorio mostró que la estructura factorial es buena (RMSEA = .047, CFI = .91) y el coeficiente alfa de Cronbach estuvo entre .71 y .96 tanto para las dimensiones como para la escala global.



(Coninúa)

*Cronología de las investigaciones referentes a la adicción hacia las redes sociales*

Autor (es)	Objetivo	Tipo de estudio	Muestra	Resultado
	adicción a las redes sociales en adolescentes de 14 a 18 años.		muestra: 453 estudiantes, 321 niñas y 132 niños.	
Müller, K., et. al. (2016).	Explorar si el uso de sitios de redes sociales está relacionado con síntomas de adicción y angustia psicosocial y qué variables (demografía, personalidad) predicen el uso adictivo.	Correlacional	9173 adolescentes (12 - 19 años).	Se encontraron asociaciones entre la frecuencia de uso de los sitios de redes sociales y los criterios de adicción, especialmente en lo que respecta a la preocupación y la pérdida de control. Los adolescentes que utilizan los sitios de redes sociales con mucha intensidad eran más frecuentes a la adicción a internet (4.1% niños, 3.6% niñas) y mostró mayor angustia psicosocial.
Rabaa'i,A., et. al. (2016).	Examinar la relación entre los rasgos de personalidad y la adicción a las plataformas de redes sociales (SNP).	Exploratorio	434 estudiantes universitarios de la Universidad Americana de Kuwait 247 eran mujeres y 187 hombres	La gente concienzuda no mostrará adicción a los SNP. Sin embargo las personas con neuroticismo pueden mostrar más adicción a los SNP, de igual manera las personas extravertidas pueden mostrar más adicción a los SNP.
Błachnio, A., et. al. (2016).	Probar la existencia entre la escala de adicción a Facebook, la escala de intensidad	Correlacional	381 usuarios de Facebook con un rango de	La adicción a Facebook estaba en relación con una baja autoestima. La adicción a Facebook también se relacionó negativamente con la satisfacción con la vida.



*Cronología de las investigaciones referentes a la adicción hacia las redes sociales*

Autor (es)	Objetivo	Tipo de estudio	Muestra	Resultado
	Facebook, la escala de autoestima de Rosenberg y la escala de satisfacción de vida.		edad de 12 a 58 años.	
Choi, S., y Lim, M. (2016).	Examinar los efectos de las redes sociales y la sobre carga tecnológica de la información en el bienestar psicológico.	Exploratorio	419 estudiantes universitarios y empleados de entre 20 y 30 años, de Corea de Sur.	Los resultados mostraron que la sobrecarga social y de tecnología de la información no ejerció un impacto directo en el bienestar psicológico. La adicción a las redes sociales sirvió como mediador en las relaciones entre estas variables.
Guedes, E., et. al. (2016).	Analizar si el comienzo del uso excesivo de Facebook y la adicción podría estar asociado a mecanismos de recompensa y gratificación, así como a algunos rasgos de personalidad.	Descriptivo	Revisión de la literatura	La adicción a Facebook podría estar relacionada con los mecanismos de recompensa y gratificación del cerebro y parece ser más frecuente en personas con algunos rasgos de personalidad y estados de ánimo, como ansiedad, depresión, narcisismo, baja autoestima, que buscan una mayor elevación del estado de ánimo.
Domínguez, J. e Ybañez, J. (2016).	Determinar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales.	Descriptivo Correlacional	205 estudiantes de secundaria s (104 varones y 101 mujeres adolescentes)	Existe una relación inversa altamente significativa entre la adicción a las Redes Sociales en Internet y las habilidades sociales en los adolescentes. Esto indicaría que, mientras aumenta la adicción a las redes



(Continúa)

*Cronología de las investigaciones referentes a la adicción hacia las redes sociales*

Autor (es)	Objetivo	Tipo de estudio	Muestra	Resultado
			entre los 12 y 16 años.	sociales, el nivel de habilidades sociales disminuye y viceversa.
Casale, S., et. al. (2016).	Comparar los niveles medios de uso problemático de los SRS entre narcisistas grandiosos, narcisistas vulnerables y no narcisistas	Descriptivo Exploratorio	535 estudiantes de Universidad Europea	Los narcisistas vulnerables informaron (a) niveles significativamente más altos en todas las subescalas GPIUS2 y puntajes totales que los no narcisistas y (b) una preferencia más fuerte por las interacciones sociales en línea y niveles generales más altos de uso problemático de los SRS que los narcisistas grandiosos. Este estudio sugiere que el narcisismo vulnerable puede contribuir más al uso problemático de los SRS que el narcisismo grandioso.
Kuss, D. y Griffiths, M. (2017).	Presentar 10 lecciones aprendidas sobre los sitios de redes sociales en línea y la adicción basadas en las ideas derivadas de investigaciones empíricas recientes.	Explicativo	Revisión de la literatura	La actividad de las redes sociales en sí parece ser específicamente ecléctica y en constante cambio, sugiere que los usuarios que experimentan síntomas y consecuencias tradicionalmente asociados con adicciones relacionadas con sustancias pueden ser adictos al uso de redes sociales.
Ho, S., et. al. (2017).	Aplicar la teoría del comportamiento planificado (TPB) para examinar cómo los	Exploratorio Correlacional	Total 4.920 personas de Singapur, adultos 1.000,	Los adolescentes mostraron una mayor adicción a los SRS en comparación con los adultos, y que existen diferencias clave entre



(Continúa)

*Cronología de las investigaciones referentes a la adicción hacia las redes sociales*

Autor (es)	Objetivo	Tipo de estudio	Muestra	Resultado
	factores en el TPB, junto con los rasgos de personalidad (neuroticismo y extraversión).		adolescentes 3920.	cómo se relacionan los antecedentes con las dos variables dependientes.
Sadiku, M., et. al. (2017).	Describir una breve introducción de la adicción al internet.	Descriptivo	Revisión de Literatura	Es un problema social creciente que se debate en todo el mundo, impulsado por una mayor preocupación por la cantidad del tiempo que pasan niños, jóvenes y adultos en línea. Así mismo, se ha convertido en un problema de salud pública que no puede ser descuidado. Es un problema tanto personal como social en la vida moderna.
Pontes, H. (2017).	Examinar las interrelaciones entre la adicción a las redes sociales y el trastorno de los juegos de internet.	Correlacional	700 estudiantes de sexto, séptimo, octavo y noveno grado de una escuela secundaria de Portugal, entre los 10-18 años.	Se descubrió que las variables demográficas clave pueden desempeñar un papel distinto en la explicación de la adicción a las redes sociales e IGD. Además, se descubrió que la adicción al SNS y la IGD pueden aumentar los síntomas entre sí y, al mismo tiempo, contribuir al deterioro de la salud psicológica general de una manera similar.
Hasan, M. y Kumar, U. (2018).	Medir las redes sociales Adicción a estudiantes de nivel universitario con un	Descriptivo	329 estudiantes.	Hay una diferencia significativa entre estudiantes masculinos y femeninos de nivel universitario en términos de su adicción a las redes sociales. De igual manera, existe una



*Cronología de las investigaciones referentes a la adicción hacia las redes sociales*

Autor (es)	Objetivo	Tipo de estudio	Muestra	Resultado
	examen estandarizado y explorar el patrón y las diferencias entre muestra total y submuestras con su adicción a las redes sociales.			diferencia significativa entre los estudiantes hindúes y musulmanes de nivel universitario en términos de su adicción a las redes sociales.
Choi, Y. (2018).	Examinar los comportamientos organizacionales relacionados con la adicción a los servicios de redes sociales en los lugares de trabajo.	Exploratorio	305 empleados en compañías surcoreanas.	La supervisión abusiva se asoció positivamente con la adicción a los servicios de redes Sociales. La adicción al servicio de redes sociales disminuyó el compromiso Organizacional y aumentó la intención de rotación. La adicción al servicio de redes sociales medió la relación entre la supervisión abusiva y las actitudes laborales de los empleados.
O'Reilly, M., et. al. (2018).	Investigar empíricamente cómo se ven las redes sociales en términos de mental bienestar de los propios adolescentes.	Explicativo	Seis grupos focales tuvieron lugar durante tres meses con 54 adolescentes de entre 11 y 18 años, reclutados en escuelas de Leicester y	Los adolescentes deben participar activamente en el desarrollo de programas que identifiquen como navegar con éxito en las redes sociales e internet sin un impacto perjudicial en salud mental, incluido el sueño.



(Continúa)

*Cronología de las investigaciones referentes a la adicción hacia las redes sociales*

Autor (es)	Objetivo	Tipo de estudio	Muestra	Resultado
			Londres (Reino Unido).	
Ai, B. (2018)	Analizar investigaciones empíricas respecto a la adicción hacia los sitios de redes sociales.	Explicativo	Revisión de Literatura.	Los hombres tienden a tener más amigos en las redes sociales que las mujeres. Además, se descubrió que los hombres corrían más riesgos con respecto a la divulgación de información personal. Los adolescentes activaron el sistema de aperitivos en los abusos y adictos a los juegos de Internet.
Abbasi, I. (2018).	Examinar la relación entre la adicción a las redes sociales y los comportamientos relacionados con la infidelidad.	Exploratorio Correlacional	365 parejas (242 mujeres, 123 hombres) entre las edades de 18–73 años.	La adicción a los SRS predice comportamientos relacionados con la infidelidad de los SRS y la edad modera esta relación. En las personas más jóvenes, la relación entre la adicción a los SRS y la infidelidad de los SRS es fuerte y, a medida que aumenta la edad, esta relación se debilita.
Barnes, S., et. al. (2019).	Examinar las diferencias de los factores demográficos para la adicción a los teléfonos inteligentes y los servicios de redes sociales y las percepciones de los usuarios.	Exploratorio	140 respuestas válidas, 68,6% femenina y 31,4% masculina.	La adicción a los dispositivos de teléfonos inteligentes es mayor que la adicción a los servicios de redes sociales y varía según el nivel educativo, mientras que el uso de los servicios de redes sociales no varía según el género, la edad o la educación.



(Continúa)

*Cronología de las investigaciones referentes a la adicción hacia las redes sociales*

Autor (es)	Objetivo	Tipo de estudio	Muestra	Resultado
Van Rhyne, Z., et. al. (2019).	Determinar el papel mediador de la dependencia psicológica entre la adicción a los sitios de redes sociales (SNS) y la actitud hacia la publicidad en redes sociales entre una muestra de estudiantes rurales en Sudáfrica.	Descriptivo	289 encuestados de Sudáfrica.	Encontró una relación entre: facilidad de uso y hábitos percibidos, facilidad de uso percibida y dependencia psicológica, y dependencia psicológica y actitud hacia la publicidad de los SNS.
Chen, A. (2019).	Desarrollar un modelo de mediación para explicar la relación entre el apego y la adicción al sitio de redes sociales (SNS).	Exploratorio	14 usuarios diarios de Facebook, en 194 hombres (61.8%) y 120 mujeres (38.2%).	La satisfacción de la necesidad de relacionarse y la necesidad de una presentación personal media la relación positiva entre la ansiedad de apego y la adicción al SRS. La satisfacción de la necesidad de autonomía media la relación positiva entre evitar el apego y la adicción al SRS.
Servidio, R. (2019).	Discriminar empíricamente la influencia de los cinco grandes rasgos de personalidad, la autoestima, la	Descriptivo. Correlacional	207 estudiantes universitarios italianos 45 hombres (21,7%) y 162 mujeres	El índice de deterioro del IAT indicó que 46 (14,9%) participantes no informaron síntomas de adicción a Internet, 130 (63,2%) participantes informaron síntomas leves, pero aún tenían control sobre su uso de Internet, y



(Continúa)

*Cronología de las investigaciones referentes a la adicción hacia las redes sociales*

Autor (es)	Objetivo	Tipo de estudio	Muestra	Resultado
	experiencia personal con el uso de Internet y el bienestar en diferentes niveles de riesgo de adicción a Internet.		(78,3%). de entre 19 y 41 años.	31 (21,9%) mostraron problemas ocasionales o frecuentes con Internet (síntomas moderados).
Azizi, S., et. al. (2019).	Investigar la relación entre la adicción a las redes sociales y el rendimiento académico de los estudiantes en Irán.	Descriptivo-analítico y transversal.	360 estudiantes que cursaban estudios en la KUMS en el segundo semestre, 199 eran mujeres y 161 hombres.	Se comprobó que existe una relación significativa entre la media de adicción a las redes sociales y el género de los estudiantes, o y se encontró una relación estadísticamente significativa entre la adicción a las redes sociales y el género de los estudiantes.
Seo, D. y Ray, S. (2019).	Ayudar al crecimiento adicional de estas corrientes de investigación mediante el desarrollo de un marco comparativo basados en las teorías de la automaticidad y la sensibilización a los incentivos.	Descriptivo	420 usuarios reales de Twitter.	El hábito estaba influenciado por sus antecedentes únicos propuestos de búsqueda de rutina y rigidez cognitiva. Mientras que la adicción no lo era. De manera similar, la adicción fue influenciada por sus antecedentes únicos propuestos de inmersión enfocada y preocupación por la aceptación social, mientras que el hábito no lo fue.



*Cronología de las investigaciones referentes a la adicción hacia las redes sociales*

Autor (es)	Objetivo	Tipo de estudio	Muestra	Resultado
Gokdas, I. y Kuzucu, Y. (2019).	Desarrollar una escala de adicción a la red social válida y confiable para adolescentes y adultos jóvenes.	Exploratorio	425 estudiantes de secundaria entre 14-17 años y 310 adultos jóvenes entre 18-43 años. Análisis Factorial Confirmatorio: propósito, 322 estudiantes de secundaria y 197 adultos jóvenes.	La escala exhibió una estructura de 10 ítems y tres factores en ambos grupos jóvenes. El coeficiente de fiabilidad total de Alpha de Cronbach de la escala fue de .87 para adolescentes y de .84 para adultos jóvenes. La Escala de adicción a la red social desarrollada dentro del alcance de este estudio tiene la estructura de validez y confiabilidad adecuada que se puede utilizar para medir los niveles de adicción a la red social de adolescentes y adultos jóvenes.
Abbasi, I., y Drouin, M. (2019).	Explorar la asociación entre el neurotismo, la adicción a Facebook y el afecto negativo.	Exploratorio Correlacional	742 usuarios de Facebook 742; 474 mujeres, 268 hombres, entre 18 - 74 años que residían principalmente en los Estados Unidos.	Las personas que usan Facebook como una herramienta para mejorar su estado de ánimo pueden experimentar un efecto más negativo debido a la sobrecarga social, los celos y la envidia.



*Cronología de las investigaciones referentes a la adicción hacia las redes sociales*

Autor (es)	Objetivo	Tipo de estudio	Muestra	Resultado
Liu, C. y Ma, J. (2019).	Determinar si existe una relación indirecta entre el apego inseguro y la adicción al SRS a través de la regulación de las emociones.	Explicativo Correlacional	463 estudiantes universitarios en China (344 mujeres y 119 hombres) entre los 17 a 24 años.	La ansiedad de apego predijo positivamente la adicción al SRS y que la regulación de las emociones medió este vínculo. Estos hallazgos sugieren que la capacidad de regulación afectiva de los individuos debería ser el objetivo de futuras intervenciones y tratamientos.
Cabero-Almenara, J. et. al. (2020).	Validar y adaptar al contexto mexicano la escala de adicción a las redes sociales elaboradas por Sahin (2018).	Exploratorio	605 estudiantes de bachillerato (296 hombres: 48,93% y 309 mujeres: 51,07%), con edades comprendidas entre 15 y 20 años.	El instrumento que validamos y adaptamos (Sahin, 2018) se conformó, en su versión final, por 29 ítems con construcción tipo Likert y cinco opciones de respuesta. Se han identificado cuatro factores que podrían explicar esta adicción o uso constante de las redes sociales: satisfacción/tolerancia, problemas, obsesión por estar informado y necesidad/obsesión de estar conectado.
Fandiño, J. (2021).	Realizar una primera aproximación a los planteamientos teóricos y conceptuales relativos a la adicción al internet, que contribuyan al	Descriptivo	Revisión de Literatura	Los adolescentes son el grupo más vulnerables a los efectos potencialmente dañinos del internet, debido a las características propias de esta edad, que les motiva a la búsqueda de cosas nuevas y comportamientos impulsivos.



(Continúa)

*Cronología de las investigaciones referentes a la adicción hacia las redes sociales*

Autor (es)	Objetivo	Tipo de estudio	Muestra	Resultado
	conocimiento del tema y a fundamentarlo como un problema urgente de investigación.			
Yahan, I. et. al. (2021).	Investigar los cambios en los comportamientos de uso de Internet y las tasas de adicción en comparación con estudios previos de Bangladesh.	Transversal	601 estudiantes de Bangladesh entre el 7 de octubre y el 2 de noviembre de 2020.	Un total del 4 % de la muestra se clasificó como en riesgo de dependencia grave de Internet (es decir, con una puntuación superior a 80 en IAT). Las personas tienen un riesgo elevado de uso problemático de Internet, al igual que otros impactos psicológicos que se han informado durante la pandemia de COVID-19.



## **4.1 Conceptos y términos utilizados**

De los artículos analizados, se obtuvieron hallazgos importantes. Primeramente, la gran diversidad de términos o conceptos utilizados para describir fenómenos similares, entre los que se encuentran conceptos como uso excesivo de redes sociales (Ecurra y Salas, 2014; Guedes et al., 2016; Masur et al., 2014), uso problemático (Casale y Fioravanti, 2015, 2016), abuso de las redes sociales (Basteiro et al., 2013; Pontes, 2017), trastornos del juego en internet, trastornos de la red social (Bouna et al., 2015), adicciones tecnológicas (García, 2015), riesgo psicopatológico (La Barbera et al., 2009).

## **4.2 Adicción a las redes sociales**

### **4.2.1. Construcción y validación de escalas o instrumentos**

Para la construcción de estas escalas, se ha utilizado la Escala de uso compulsivo de Internet. El uso de juegos en línea y aplicaciones como riesgo de adicción a Internet (Kuss et al., 2013). También se recuperan los criterios de Young (1998), el Test de Adicción a las Redes Sociales (TARS), (Basteiro et al., 2013). Otros ejemplos son la Escala de Riesgo de Adicción a las Redes Sociales (Cr.ARS), (Vilca y Vallejos, 2015), cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS), (Ecurra y Salas, 2014), La Escala de Adicción a las Redes Sociales (SNAS), (Hasan y Kumar, 2018).

### **4.2.2 Medición**

Un hallazgo de relevancia es la gran cantidad de instrumentos desarrollados para medir la adicción a las redes sociales (Basteiro et al., 2013; Ecurra y Salas, 2014; Gokdas y Kuzucu, 2019; Hasan y Kumar, 2018; Vilca et al., 2015). Los diseños de estas escalas se desarrollaron generalmente a partir de los indicadores de adicción a las



sustancias por ejemplo (Ecurra y Salas, 2014) y al juego patológico, única "adicción" reconocida como un trastorno psiquiátrico formal, con la intención de apoyar la inclusión de la "adicción a Internet" en el DSM-V (Kuss et al., 2013). Cabe señalar que los estudios sobre adicción se centran principalmente en la adicción a las redes sociales (Ai, 2018; Abbasi, 2019; Azizi et al., 2019; Chen, 2019; Choi, 2018; Duran, 2015; Hasan et al., 2018; Ho, 2017; La Barbera et al., 2009; Pontes (2017)). El carácter diverso de los sitios de redes sociales permite vincular a personas de diferentes orígenes con pasatiempos compartidos, opiniones religiosas o políticas, pero la red puede basarse también en lazos y conocidos establecidos fuera del mundo virtual. Algunos ejemplos de estas escalas e instrumentos se encuentran en la tabla número cuatro:

Tabla cuatro

(Continúa)

<i>Escalas e Instrumentos utilizados para medir la adicción a las redes sociales</i>		
Nombre de la escala/instrumento	Autor original	Autor quien recupera (como se citó en)
Social Media Addiction Scale-Student Form (SMAS-SF).	Sahin (2018).	Cabero-Almenara, J; et al. (2020).
La escala Experiencias en una relación cercana (ECR).	Wei, et al. (2007).	Chen, A. (2019); Liu y Ma (2019).
Prueba de adicción a Internet (IADQ).	Young (1998).	Pearson y Hussain, (2016); Servidio (2019); Yahan et al, (2021).
La Escala de adicción a las redes sociales de Bergen (BSMAS).	Andreassen et al. (2012).	Azizi, et al. (2019), Blachnio y Przepiorka, (2016); Pontes, (2017).
Cuestionario de intrusión de Facebook (FIQ).	Elphinston y Noller. ( 2011 ).	Abbasi y Drouin, (2019); Abbasi 2018).



(Continúa)

<i>Escalas e Instrumentos utilizados para medir la adicción a las redes sociales</i>		
Nombre de la escala/instrumento	Autor original	Autor quien recupera (como se citó en)
Adicción al teléfono inteligente y adicción a las redes sociales Servicios.	Charlton y Danforth (2007).	Barnes, et al (2019).
Comportamientos relacionados con la infidelidad en las redes sociales.	McDaniel, Drouin y Cravens (2017).	Abbasi, (2018).
Adicción a las redes sociales.	Kang, et al. (2013).	Choi, (2018).
Escala Actitudes hacia las Redes Sociales.	Domínguez, (2011).	Domínguez e Ybañez, (2016).
La escala de adicción de Facebook.	Koc y Gulyagci (2013).	Choi y Lim, (2016).
Escala para la evaluación de la adicción a Internet y a los juegos de computadora (AICA-S).	Müller, et al. (2014).	Müller, et al. (2016).
Escala de uso problemático generalizado de Internet (GPIUS2).	Caplan, (2010).	Casale y Firovanti (2015).
Escala de uso compulsivo de Internet (CIUS).	Meerkerk et al. (2009).	Bouna, et al. (2015).
Internet Addiction Scale.	Hahn y Jerusalén (2010).	Masur, et al. (2014).
Intensidad de las redes sociales.	Ellison, et al. (2007).	Salehan y Negahban (2013).

Existe una discusión cada vez mayor sobre el desarrollo de adicciones basadas en Internet, que al igual que otras adicciones, tienen sus raíces en la depresión, el



deterioro de la autoestima y la ansiedad social. Todo ello convierte a los sitios de redes sociales en un interesante objeto de investigación por su impacto social, educativo y económico, así como en términos de privacidad e identidad, lo cual afecta a todos los usuarios de la red global, independientemente de su sexo o edad. Algunos ejemplos son la escala Experiencias en una relación cercana (ECR) (Chen, 2019; como se citó en Wei, et al., 2007).

#### **4.2.3 Adicción a Facebook**

Es necesario precisar que algunos estudios se centran específicamente en la adicción a Facebook (Abbasi y Drouin, 2019; Andreassen y Pallesen, 2013; Błachnio et al., 2016; Guedes et al., 2016; Masur et al., 2014) con la intención de operacionalizar el grado de los síntomas de adicción conductual vinculados a sitios de redes sociales (Andreassen et al., 2012). Cabe precisar que el uso de Facebook está impulsado principalmente por dos necesidades sociales básicas: (1) el sentido de pertenencia y (2) la autopresentación. La "necesidad de pertenencia" surge del impulso básico de afiliarse con los demás y obtener aceptación social, mientras que la necesidad de autopresentación se requiere constantemente para el proceso de gestión de la impresión. Estos impulsos motivacionales suelen coexistir y podrían explicar el uso de Facebook; además varios factores demográficos y culturales están asociados a la necesidad de pertenencia, mientras que rasgos de personalidad como el neuroticismo, el narcisismo, la timidez, la autoestima y la autovaloración se asocian a la necesidad de autopresentación (Nadkarni y Hofmann, 2012).

En este punto es discutible la existencia de la adicción a las redes sociales, pues los estudios parten de una definición diferente; sin embargo, a favor cabría señalar la



evidencia emergente de que una minoría de usuarios de redes sociales experimenta síntomas similares a la adicción al juego como consecuencia de su uso excesivo, se utilizaron cuestionarios de autoinforme para evaluar la demografía, la frecuencia de uso de los sitios de redes sociales, y los criterios de adicción a Internet, especialmente en lo que respecta a la preocupación y la pérdida de control (Müller et al., 2016), así como el uso de mecanismos de recompensa y gratificación (Guedes et al., 2016).

#### **4.3 Adicción a Internet**

No se puede obviar el hecho que también se estudia la adicción a internet de forma general (Griffiths, 2013; Kang et al., 2013; Katasonova et al., 2014; Smahel et al, 2012; Widyanto y Griffi, 2007). En cuanto a la adicción a Internet, no está bien establecido si las personas se vuelven adictas a la plataforma o a los contenidos de Internet (Griffiths, 2013; Szczegieliak et al., 2014). Los usuarios adictos a Internet no pueden renunciar a varios aspectos del uso de la red, se postulan tres subtipos de adictos a internet, en función del "objeto" de la adicción: juegos en línea, sexo y correo electrónico o mensajes de texto. Las redes sociales son una actividad en línea en la que los mensajes de texto o el correo electrónico predominan (Griffiths, 2013). También se estudia la adicción a los teléfonos inteligentes (Smartphone) (Barnes et al., 2019; Salehan y Negahban, 2013).

#### **4.4. Adicción y rasgos de personalidad**

Es importante señalar que la adicción a internet, a las redes sociales y los teléfonos inteligentes se ha relacionado con algunos rasgos de personalidad, por lo que resulta de gran importancia la relación de las diferentes variables emocionales y de personalidad respecto a la adicción a las redes sociales, Basteiro, Robles y Pedrosa



(2013) utilizaron dentro de su estudio el NEO-FFI como instrumento para medir la personalidad, permitiendo la evaluación de cinco factores principales: Neuroticismo, Extraversión, Apertura, Amabilidad y Responsabilidad en adolescentes, y el Cuestionario Educativo-Clínico: Ansiedad y Depresión (CECAD); otros autores se han interesado por estudiar el neuroticismo (Abbasi et al., 2019; Ho et al., 2017; Pearson y Hussain, 2017; (Rabaa'i, et al., 2015), extraversión y narcisismo (Atroszko et al., 2018; Casale et al., 2016; Pearson y Hussain, 2017), alta ansiedad social (Casale y Fioravanti, 2015) y otros fenómenos psicosociales como la infidelidad (Abbasi et al., 2019), baja autoestima (Servidio, 2019), y baja satisfacción con la vida (Błachnio et al., 2016), ansiedad y depresión (Guedes et al., 2016), bienestar psicológico (Choi y Lim, 2016), egocentrismo (La Barbera et al., 2007), bajo rendimiento académico (Azizi et al., 2019; Katasonova et al., 2014), el apego social inseguro (Chen, 2019; Liu y Ma, 2019), falta de autonomía (Masur et al., 2019), comportamientos organizacionales (Choi, 2018), vulnerabilidad y resiliencia (Kuss et al., 2013), y bajo nivel de habilidades sociales (Domínguez, 2016), el papel mediador de la satisfacción de las necesidades psicológicas innatas como la necesidad de relación, necesidad de auto-presentación y necesidad de autonomía (Chen, 2019).

#### **4.5 Hábito o adicción**

Algunos estudios se han dado a la tarea de diferenciar entre hábito y adicción a las redes sociales (Seo y Ray; 2019; Van Rhyne et al., 2019). Se ha identificado un efecto negativo del uso de las redes sociales en la salud, el cual es más fuerte para las mujeres, lo que demuestra que las mujeres deben tener más cuidado en su uso. Se argumenta que puede resultar difícil hacer que los adolescentes reduzcan su grado de



uso de las redes sociales debido al alto nivel de penetración de las redes sociales y la dependencia de los adolescentes del uso de las redes sociales como medio de comunicación principal. Los hallazgos sugieren que el impacto negativo del uso de las redes sociales en la salud puede reducirse si los adolescentes aprenden a manejar su higiene para dormir y comer independientemente de la cantidad de horas que dediquen a las redes sociales (Seo y Ray, 2019).

Bien es cierto, que los sitios de redes sociales en línea han ganado una creciente popularidad en la última década. Los individuos utilizan las redes sociales para conectarse con otras personas que comparten intereses similares. La necesidad percibida de estar en línea puede dar lugar a un uso compulsivo de las redes sociales, que en casos extremos puede dar lugar a síntomas y consecuencias tradicionalmente asociados a las adicciones relacionadas con las sustancias, lo que lleva a tener en cuenta lo siguiente: (1) las redes sociales y el uso de los medios sociales no son lo mismo; (2) las redes sociales son eclécticas; (3) las redes sociales son una forma de ser; (4) los individuos pueden volverse adictos al uso de las redes sociales; (5) la adicción a Facebook es sólo un ejemplo de adicción a las redes sociales; (6) el miedo a perderse algo puede formar parte de la adicción a las redes sociales; (7) la adicción a los teléfonos inteligentes puede formar parte de la adicción a las redes sociales; (8) la nomofobia puede formar parte de la adicción a las redes sociales; (9) existen diferencias sociodemográficas en la adicción a las redes sociales (Kuss y Griffiths, 2017).



## **4.6 Conclusiones**

Los resultados muestran además de la diversidad de términos y conceptos, dificultad en el estudio de los efectos adictivos a las redes sociales, debido a la velocidad con la que se desarrollan y las muchas ramificaciones y referencias que generan (García et al., 2013), tal es el caso de Facebook, Twiter, Instagram, Tik Tok, etc., plataformas virtuales que permiten el envío de mensajes, la comunicación en tiempo real y la difusión de contenido de distintos modos, entre los usuarios que se encuentren conectados entre sí, es decir, que sean “amigos” o “seguidores” (de acuerdo a la denominación empleada por la plataforma). Lo que obliga a comprender que estas redes sociales forman parte de una creciente comunidad con acceso a Internet y con tiempo para invertir en ella: tiempo de ocio, de trabajo y de socialización, lo que ha permitido remodelar el espacio de lo público, al punto tal que ciertas redes sociales muy populares hacen las veces de punto de encuentro y centralizan la información de los usuarios, creando así verdaderas comunidades virtuales, gracias a las cuales personas de distinta procedencia y distinta historia vital pueden coincidir y compartir gracias a sus gustos personales o sus formas de usar la red.

Si bien, Griffiths (2005), estableció los criterios clínicos que determinan que una adicción química puede adaptarse homogéneamente a la de una adicción conductual, bajo los siguientes parámetros:

- **Saliencia:** Cuando una actividad particular se convierte en la más importante en la vida de la persona, dominando sus pensamientos, sentimientos y conductas.

Un ejemplo orientado a la adicción de las redes sociales: Me paso la mayor parte



del tiempo observando lo que hacen los demás en las redes sociales (o pensando en hacerlo).

- **Cambios de humor:** Experiencia subjetiva que relatan las personas al implicarse en una actividad particular. Se puede expresar como “sentir un subidón”, sentimientos desestresantes o tranquilizante de escape, disforia. Un ejemplo orientado a la adicción de las redes sociales: Cuando estoy participando activamente en las redes sociales me olvido completamente de todos mis problemas.
- **Tolerancia:** aumento necesario de cualquier cosa, para llegar a sentir los mismos efectos que al principio. Un ejemplo orientado a la adicción de las redes sociales: Cada vez paso más tiempo jugando en las redes sociales para sentirme bien.
- **Síndrome de abstinencia:** Sentimientos de incomodidad o estado físico, psicológico, social desagradable cuando una actividad se reduce de forma súbita. Un ejemplo orientado a la adicción de las redes sociales: Me siento muy mal, si por algún motivo no puedo dedicar mi tiempo a participar activamente en las redes sociales.
- **Conflicto:** Conflictos interpersonales o consigo mismo (intra psíquico). Son conscientes de que tienen un problema, pero no pueden controlar (experiencia subjetiva de pérdida de control). Un ejemplo orientado a la adicción de las redes sociales: Por pasar demasiado tiempo participando activamente en las redes sociales he tenido problemas con mis mejores amigos.
- **Recaída:** Tendencia a volver a los patrones originales de la actividad después de un periodo de abstinencia. Un ejemplo orientado a la adicción de las redes



sociales: Si paso algún tiempo sin conectarme a las redes sociales cuando lo vuelvo a hacer mi actividad sigue siendo la misma.

Se identifican problemas metodológicos con la investigación sobre la adicción a internet hasta la fecha, lo que sin duda obliga a establecer un consenso nosológico de precisión para establecer una comunicación productiva entre las partes involucradas que permiten evaluaciones confiables y válidas de la adicción no solo a las redes sociales y comportamientos asociados (Kuss y Griffiths, 2017). En otras palabras, resulta necesario la descripción, análisis, clasificación y diferenciación de la adicción a internet y a las redes sociales.

Finalmente, siguiendo a García del Castillo (2013), las llamadas adicciones conductuales, entre ellas Internet, siguen encontrándose en un limbo científico por las dificultades que entraña discriminar adecuadamente entre conductas, en principio normales, y patologías que podríamos considerar adictivas. La literatura científica ha sabido conceptualizar las adicciones a sustancias de una forma exhaustiva y ahora apuesta por delimitar las adicciones conductuales y sus consecuentes comportamientos de abuso en función de parámetros que están relacionados con la frecuencia de uso, el dinero invertido, la necesidad o la compulsión, así como las interferencias que puede provocar en la vida cotidiana de una persona consiguiendo que deje de cumplir sus obligaciones. Con la llegada de los Servicios de Redes Sociales y su amplia repercusión, nos encontramos con un nuevo frente susceptible de adicción. Estos servicios, además de su atractivo y funcionalidad, cuentan con la facilidad de conexión en cualquier momento y desde cualquier lugar, lo que los convierte en potentes reforzadores inmediatos, el mejor caldo de cultivo para una adicción.



## **Reflexiones finales**

A finales del año 2019, en la ciudad de Wuhan (China), se descubrió un nuevo virus caracterizado por su rápida propagación, por lo que resultó alarmante para las autoridades de Salud, así como el tiempo de incubación dentro del cuerpo humano (aproximadamente de 6 a 15 días) por lo que detectar este virus resultaba ser complicado, ya que, las personas podían estar ya contagiadas pero no presentaban síntomas característicos de la enfermedad del Covid-19, como lo son: fiebre, tos, cansancio, pérdida del gusto y olfato, dificultad para respirar, dolor muscular, dolor de cabeza, diarrea, dolor de garganta, dolor en el pecho (por mencionar los más comunes), durante este proceso las personas infectadas eran potencialmente contagiosas sin darse cuenta, por lo que seguían realizando sus actividades cotidianas, ir a la escuela, al trabajo, salir de viaje, asistir a eventos masivos y concurridos, expandiendo cada vez más esta enfermedad llegando a distintos países.

El 27 de febrero del 2020, se detectó la primera persona contagiada por el Covid-19 en México, generando diferentes reacciones como preocupación, ansiedad, depresión, estrés, inestabilidad emocional, por mencionar algunas. A medida de que los casos por Covid-19 iban en aumento, se tomaron medidas de prevención como el confinamiento o aislamiento social, en donde algunos negocios que no fueran de necesidades básicas (servicios de salud, comida, telecomunicaciones, transporte) permanecerían cerrados hasta un nuevo aviso. Algunas instituciones cerraron sus puertas temporalmente, sin embargo las actividades que desempeñaban seguían adelante, gracias al uso de la tecnología.



Esta nueva modalidad trajo consigo aspectos positivos para quienes fungían un rol dentro de los diversos lugares educativos y laborales. Además de que protegían su salud, algunas personas desarrollaron nuevas habilidades en el uso de las Tic's, pues en ellas podían emprender un nuevo negocio, tomar cursos en línea, aprender a usar plataformas digitales, internet y redes sociales y con ello sustituir la interacción cara a cara.

Por otro lado durante el confinamiento, algunas personas manifestaban malestares tanto físicos como emocionales bajando el rendimiento escolar y laboral que intentaban desempeñar a distancia debido a las mismas distracciones que brinda el internet. Esto cada día empeoraba más, pues al no tener una fecha específica para dejar atrás el confinamiento, causando que el modelo biopsicosocial se deteriorara en las personas, pues la calidad de vida de estas personas decayó al carecer de un equilibrio físico, mental, emocional y social que es intervenido por los factores sociales, económicos, espirituales, culturales y psicológicos que afectan de manera evidente su estado de salud, a tal punto que generaban consecuencias irreversibles. Ejemplos de ello son los suicidios que se daban a causa del estrés, depresión, ansiedad, aislamiento social, pérdidas de seres queridos, falta de recursos económicos y alimenticios entre otras y la obesidad se originaba por el sedentarismo, falta de ejercicio, trastornos alimenticios y ansiedad.

Para sobrellevar los estragos de la pandemia diversas instituciones educativas y de salud pública implementaron diversos programas destinados a la prevención y promoción de la salud, brindando asesorías psicológicas en línea o llamada telefónica,



ofreciendo líneas de atención telefónica para emergencias y orientación sobre Covid-19 así como como líneas destinadas a mujeres víctimas de violencia intrafamiliar, proporcionando pruebas gratuitas para la detección de Covid-19, obsequiando despensas y ayudas económicas para las personas de escasos recursos y personas enfermas o con síntomas de la enfermedad así como a sus familiares, entre otras.

Si bien la pandemia generó diferentes consecuencias, también brindó nuevas áreas de oportunidad, tal es el caso de esta investigación, ya que reforzó los fundamentos teóricos sobre el uso que se le da a las redes sociales. Al verse limitada la interacción física en tiempos de confinamiento, la comunicación se dio a través de las redes sociales, aumentando el promedio de su uso a diferencia de años anteriores. Al incrementar el tiempo de uso de los medios de comunicación digitales, las reacciones en la población variaban, mientras una parte aprovechaba las ventajas que las redes sociales brindaban durante el aislamiento a otras les causaba un uso problemático, al saber que las redes sociales tienen un alcance mundial y que la información puede ser compartida en tiempo real algunas personas, aprovechaban esta ventaja y compartían contenido delicado, por ejemplo agresiones al personal de salud pública y privada, saqueos en centros comerciales, compras de pánico, discriminación de las personas enfermas o con síntomas relacionadas a la enfermedad, la saturación de hospitales y clínicas.

Debido a la falta de espacios destinados a los restos mortales o cadáveres, las personas incineraban a sus muertos en las calles, algunos de los enfermos que llegaban a fallecer en hospitales o clínicas eran sepultados en las fosas comunes; todo



esto generaba en la mayoría de los espectadores pánico y ansiedad, trayendo como consecuencia que la información fuera distorsionada o alterada.

Motivo por el cual se decidió investigar sobre la adicción a las redes sociales, tema poco estudiado, pero que ha estado presente en la mayoría de la población, sobre todo en tiempos de pandemia por COVID-19, tanto es así, que se han pasado por desapercibido las consecuencias del uso permisivo de las redes sociales, las cuales afectan tanto el entorno educativo, el social y el laboral. Esta idea se refuerza con la evidencia en el sobre lo poco favorecedor que resultó la escuela en línea a los estudiantes. Se identificó que la gran mayoría de los alumnos se encontraban haciendo uso de las redes sociales en espacios y horarios designados al aprendizaje, a pesar de las advertencias estipuladas por los docentes a cargo de prohibir el uso del teléfono dentro del aula, trayendo como consecuencia, incluso en la educación presencial se identificó bajo rendimiento académico, debido a que algunos alumnos se dormían en el salón porque una noche antes se desvelaron por estar en las redes sociales.

Por otro lado, este mismo comportamiento se ha observado en el área laboral en donde los colaboradores han disminuido la calidad de su trabajo, se cometen accidentes, y la eficacia se ve afectada, si bien la ley federal del trabajo no prohíbe el uso del celular, se ha argumentado que se debe limitar el uso del mismo en el horario laboral. En cuanto al área social, se ha percibido que las personas han sustituido las relaciones interpersonales por las redes sociales y el uso de estas ha disminuido la calidad de la interacción cara a cara, inclusive se ha observado que el uso de las redes sociales a la hora de comer puede causar falta de respeto e interés hacia las personas,



pues el sonido constante de las notificaciones interrumpe las conversaciones y arruina el momento. Además se evidencio, una relación entre las redes sociales y la autoestima de los usuarios, ya que, constantemente se encuentran comparándose con los demás, de igual manera se puede tomar este uso para la aprobación social mediante las diversas reacciones, por ejemplo: “me gusta, me encanta, me divierte, me entristece y me enoja”; es tanto el impacto de las reacciones para los creadores de contenido que la plataforma de YouTube ocultó el “no me gusta” dentro de los videos para mitigar el acoso dentro de su comunidad.

Así como existen beneficios al compartir o subir información ya sea personal o temas de interés público, estas mismas se pueden tergiversar por información falsa, como es el caso de las cuentas o perfiles engañosos que llegan a ser utilizadas para crear una doble identidad, hacerse pasar por otras personas o instituciones con el propósito de generar influencia, o en el peor de los casos para fraudes (extorción y secuestro).

A pesar de que las redes sociales han tenido un impacto significativo en las áreas anteriormente mencionadas, los ámbitos que captaron nuestra atención fueron el clínico y el social, ya que, los comportamientos presentados nos hicieron deducir que se puede desarrollar una adicción conductual. Al indagar en el DSM – 5, nos percatamos que este manual no ha integrado la adicción a las redes sociales, debido a la falta de evidencia científica. Sin embargo, de la revisión realizada se identificó que la adicción a las redes sociales comparte las mismas características que la ludopatía, la cual es la única adicción conductual, integrada en el DSM-V.



La adicción conductual considerada en el DSM-V, abre las puertas para que otras conductas puedan ser consideradas dentro de esta nueva categoría, por ejemplo: la adicción a la comida, al trabajo, a las compras, al sexo, a los videojuegos, a la televisión, por mencionar algunas; lo que guio el interés por investigar y recopilar los estudios previos más sobresalientes de este tema con el propósito de obtener evidencia científica que respalde la postura de la existencia de la adicción a las redes sociales y así dar paso a la evidencia empírica para futuros investigadores.

Finalmente, no hay que obviar otros estragos que ha dejado esta pandemia, como la pobreza, hambre, cambio climático, injusticias de género, migración, aumento en la canasta básica, explotación de recursos, inseguridad, desempleo. Cabe mencionar que México no estaba preparado para enfrentar una pandemia de esta magnitud, ya que el personal de salud no está capacitado para la prevención, ni mucho menos para controlar una emergencia sanitaria debido a la carencia de recursos humanos, materiales y monetarios. De igual manera por la falta de educación y conocimientos, la sociedad ha sido una gran barrera para poder salir adelante de la enfermedad.

Sin embargo, al mismo tiempo se abren oportunidades y panoramas para los especialistas en la salud con la finalidad de estudiar a profundidad y ofrecer a la población distintas herramientas para afrontar las diferentes situaciones en las que el ser humano se vean afectadas su estabilidad física, mental y social, se deben seguir fomentando habilidades para el desarrollo y el buen uso de la tecnología, sin olvidar que un uso excesivo puede generar consecuencias negativas para la salud;



lamentablemente durante esta pandemia (al menos en la población más vulnerable) como lo son los adolescentes y jóvenes adultos, el uso inadecuado o excesivo de las redes sociales desencadenó una dependencia para las mismas; ya que, al empezar a formar parte de sus actividades cotidianas, los usuarios comenzaron a tomarlo como parte de ellos, una forma de vivir o una necesidad. Dado que la mayoría de las personas no se toman en serio la salud mental y que ante los ojos de los demás el uso excesivo de las redes sociales se ha vuelto inofensivo éste fenómeno ha pasado desapercibido, ignorando, tomado a la ligera y poco estudiado.

Se debe concientizar y educar a los usuarios del manejo pertinente de las redes sociales, con el propósito de aprovechar al máximo las ventajas y oportunidades que las mismas nos ofrecen, teniendo en cuenta que existe una ligera línea entre un uso excesivo / inadecuado y dependencia o adicción.



## Referencias

- Abbasi, I. (2018). Social media addiction in romantic relationships: Does user's age influence vulnerability to social media infidelity?. *Personality and Individual Differences*, 277-280.
- Abbasi, I. y Drouin, M. (2019). Neuroticism and Facebook Addiction: How Social Media can Affect Mood?. *The American Journal of Family Therapy*, 47(4), 199-215.
- Abello, R. y Madariaga, C. (1999). *Las redes sociales, ¿Para qué? Psicología desde el Caribe*. Barranquilla: Universidad del Norte.
- Acquisti, A. y Gross, R. (2006). *Imagined communities: Awareness, information sharing, and privacy on the Facebook*. In International workshop on privacy enhancing technologies, 36-58.
- Alonso-Fernández, F. (1996) *Las otras drogas: alimento, sexo, televisión, compras, juego y trabajo*. Ilustra.
- American Psychiatric Association (2013) *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (5<sup>th</sup> ed). Editorial Medica Panamericana.  
<https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>
- Arab, E. y Díaz, A. (2015). Impacto de las redes sociales e internet en la adolescencia: aspectos positivos y negativos. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 26(1), 7-13.  
<https://doi.org/10.1016/j.rmclc.2014.12.001>
- Asociación de Internet M.X. (31 de julio de 2019). *15° Estudio sobre los Hábitos de los Usuarios de Internet en México 2018*. USECIM. Recuperado el 20 agosto 2021 de <http://usecim.net/2019/05/21/habitos-de-los-usuarios-de-internet-en-mexico-2019/>
- Astonitas, L. (2005) Personalidad, hábitos de consumo y riesgo de adicción al Internet en estudiantes universitarios. *Revista de psicología*, 1(23).  
<https://doi.org/10.18800/psico.200501.003>



- Azizi, S., Soroush, A. y Khatony, A. (2019). *The relationship between social networking addiction and academic performance in Iranian students of medical sciences: a cross-sectional study*. *BMC psychology*, 7(1).
- Barnes, S., Pressey, A. y Scornavacca, E. (2019). Mobile ubiquity: Understanding the relationship between cognitive absorption, smartphone addiction and social network services. *Computers in Human Behavior*, 90, 246-258. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.09.013>
- Basem, A. (2018). Social Networking Sites (SNSs) Addiction. *Journal of Family Medicine and Disease Prevention*, 3(4), 1-4.
- Basteiro, J., Robles, A., Juarros, J. y Pedrosa, I. (2013). Adicción a las redes sociales: creación y validación de un instrumento de medida. *Revista de Investigación y Divulgación en Psicología y Logopedia*, 1(3), 2-8. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6369175>
- Błachnio, A., Przepiorka, A. y Pantic, I. (2016). Association between Facebook addiction, self-esteem and life satisfaction: A cross-sectional study. *Computers in Human Behavior*, 55, 701-705. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.10.026>
- Bouna, P., Mühle, C., Kornhuber J. y Lenz, B. (2015). Internet gaming disorder, social network disorder and laterality: handedness relates to pathological use of social networks. *Journal of Neural Transmission*, 8(122). doi: 10.1007/s00702-014-1361-5
- Briggs, A., Burke, P. y Galmarini, M. (2002). *De Gutenberg a Internet. Una historia social de los medios de comunicación*. Barcelona: Editorial Taurus.
- Cabero-Almenara, J., Pérez-Díez, J. y Valencia-Ortiz, R. (2020) Escala para medir la adicción de los estudiantes a las redes sociales. *Convergencia*, (27). doi: <https://doi.org/10.29101/crcs.v27i83.11834>



- Campos, F. (2008). Las redes sociales trastocan los modelos de los medios de comunicación tradicionales. *Revista Latina de Comunicación Social*, 63(11). <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=81912006023>
- Casale, S. y Fioravanti, G. (2015). Satisfying needs through Social Networking Sites: A pathway towards problematic Internet use for socially anxious people?. *Addictive Behaviors Reports*, (1), 34-39. <http://dx.doi.org/10.1016/j.abrep.2015.03.008>
- Casale, S., Fioravanti, G. y Rugai, L. (2016). Grandiose and Vulnerable Narcissists: Who Is at Higher Risk for Social Networking Addiction?. *Cyberpsychology, behavior and social networks*, 8(19), 1-22. <http://dx.doi.org/10.1089/cyber.2016.0189>
- Castells, M. (2001). *La Galaxia Internet*. areté.
- Celaya, J. (2011). *¿Qué es una red social? La empresa en la web 2.0. El impacto de las redes sociales y las nuevas formas de comunicación online en la estrategia empresarial*. EDICIONES GESTION 2000.
- Chen, A. (2019). From attachment to addiction: The mediating role of need satisfaction on social networking sites. *Computers in Human Behavior*, (98), 80-92. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.03.034>
- Choi, Y. (2018). Abusive supervision and social network service addiction. *Social behavior and personality*, 2(46), 189-198. <https://doi.org/10.2224/sbp.6241>
- Choi, S., y Lim, M. (2016). Effects of social and technology overload on psychological well-being in young South Korean adults: *The mediatory role of social network service addiction*. *Computers in Human Behavior*, 61, 245-254. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.03.032>
- Cía, A. (2013) Las adicciones no relacionadas a sustancias (DSM-5, APA, 2013): un primer paso hacia la inclusión de las Adicciones Conductuales en las clasificaciones categoriales vigentes. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 4(76), 210-217. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=372036946004>



- Cilleruelo, L. y Rekalde, J. (2000). *Arte de Internet: énesis y Definición de un Nuevo Soporte Artístico. Tesis Doctoral*. Universidad del País Vasco, Heuskal Herriko Unibertsitatea, Facultad de Bellas Artes, Departamento de Pintura.
- Comisión Nacional contra las Adicciones. (2018) *Capítulo I. Conceptos básicos sobre adicciones*. Conadic.
- Criado, J. y Rojas, F. (2013). *Las redes sociales digitales en la gestión y las políticas públicas. Avances y desafíos para un gobierno abierto*. Barcelona: Generalitat de Catalunya Escola d'Administració Pública de Catalunya.
- De Benito, B. (2000). Herramientas para la creación, distribución y gestión de cursos a través de Internet. *Revista Electrónica de Tecnología Educativa*, 12. <https://doi.org/10.21556/edutec.2000.12.556>
- Domínguez, J. e Ybañez, J. (2016). Addiction to Social Networks and Social Skills in Students from a Private Educational Institution. *Propósitos y Representaciones*, 2(4), 181-230. <https://eric.ed.gov/?id=EJ1126315>
- Duran, M. (2014). University students' uses of the social network Tuenti and their addiction levels: The protective role of the positive attitude toward mothers' presence as contact. *Anales de Psicología*, 31(1), 260. <https://dx.doi.org/10.6018/analesps.31.1.158301>
- Echeburúa, 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*, 4, 435-448. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4113810>
- Echeburúa, E. y Corral, P. (1994). Adicciones psicológicas: más allá de la metáfora. *Clínica y Salud*, 5, 251-258.
- Echeburúa, E. y Corral, P. (2010) Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Revista adicciones*, 2(22), 91-95. <https://doi.org/10.20882/adicciones.196>



- Escurra, M. y Salas, E. (2014). Construction and validation of the questionnaire of Social networking addiction (SNA). *LIBERABIT*, 1(29), 73-91.  
[http://dev.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S1729-48272014000100007&lng=en&nrm=iso](http://dev.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1729-48272014000100007&lng=en&nrm=iso)
- Fainholc, B. (2004). *La lectura crítica en Internet*. Tecnología y Comunicación Educativas.
- Fandiño, J. (2021) *Adicción a Internet: Fundamentos Teóricos y Conceptuales*. Universidad linda vista.
- Fernández-Montalvo, J. y López-Goñi, J. (2010) Adicciones sin drogas: características y vías de enterravención. *Formación continuada a distancia*.
- Fernández, N. (2013). Trastornos de conducta y redes sociales en Internet. *Salud Mental*, 36, 521-527.  
[http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0185-33252013000600010](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-33252013000600010)
- Fumero, A., Roca, G. y Sáez, F. (2007). *Web 2.0*. Madrid: Fundación Orange.
- Fundación Pfizer (septiembre, 2009) . Fundación Pfizer. Recuperado el 20 agosto 2021 de  
[https://www.fundacionpfizer.org/sites/default/files/informe\\_final\\_encuesta\\_juventud\\_y\\_redes\\_sociales.pdf](https://www.fundacionpfizer.org/sites/default/files/informe_final_encuesta_juventud_y_redes_sociales.pdf)
- García, A., García, J., López, C., Tur, V. y Ramos, I. (2014). *Interactividad y redes sociales*. Asociación Cultural y Científica Iberoamericana.
- García, F. y Gertudrix, M. (2011). Naturaleza y características de los servicios y los contenidos digitales abiertos CIC. *Cuadernos de Información y Comunicación*, 16, 125-138. [https://doi.org/10.5209/rev\\_CIYC.2011.v16.7](https://doi.org/10.5209/rev_CIYC.2011.v16.7)



- García, J. (2015). Technological addictions: The rise of social networks. *Health and Addictions Salud y Drogas*, 7(13), 5-13.  
<http://dx.doi.org/10.13140/RG.2.1.4999.6325>
- García, L. (2014). Web 2.0 vs web 1.0. *Contextos Univesitarios Mediados*, 14(1), 2-9.  
[http://e-spacio.uned.es/fez/view/bibliuned:UNESCO-contextosuniversitariosmediados-14\\_1](http://e-spacio.uned.es/fez/view/bibliuned:UNESCO-contextosuniversitariosmediados-14_1)  
bibliuned:UNESCO-contextosuniversitariosmediados-14\_1
- Gayosso, B. (2003). Cómo se conectó México a la Internet. La experiencia de la UNAM. *Revista digital universitaria*, 3(4), 1-9.  
[http://www.revista.unam.mx/vol.4/num3/art5/jul\\_art1.doc](http://www.revista.unam.mx/vol.4/num3/art5/jul_art1.doc)
- Girola, L. (2011). Historicidad y temporalidad de los conceptos sociológicos. *Revista Sociológica*, 73(26).  
[http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0187-01732011000200002](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0187-01732011000200002)
- Gokdas, I. y Kuzucu, Y. (2019). Social Network Addiction Scale: The Validity and Reliability Study of Adolescent and Adult Form. *International Journal of Assessment Tools in Education*, 3(6), 396-414. doi: 10.21449/ijate.505863
- Griffiths, M. (2000) ¿Existe la “adicción” a Internet y la computadora? Algunas evidencias de estudios de casos. *Cyberpagssicología y Bcomportamiento*, 2(3).
- Griffiths, M. (2005) A 'components' model of addiction within from a biopsychosocial framework. *Journal of substance use*, (10).  
<https://doi.org/10.1080/14659890500114359>
- Griffiths, M. (2013). Social Networking Addiction: Emerging Themes and Issues. *Addiction Research & Therapy*, 5(4). doi:10.4172/2155-6105.1000e118
- Guedes, E., Sancassiani, F., Carta, M., Campos, C., Machado, S., Spear, A. y Nardi, A. (2016). Internet Addiction and Excessive Social Networks Use: What About



Facebook?. *Clinical Practice & Epidemiology in Mental Health*, (12), 43-48.  
doi: [10.2174/1745017901612010043](https://doi.org/10.2174/1745017901612010043)

Hasan, M. y Kumar, U. (2018). Social networking addiction among the College level students. *North Asian International Research Journal of Social Science & Humanities*, 1(4), 56-64.

[https://www.researchgate.net/publication/327237305\\_Social\\_Networking\\_Addiction\\_among\\_the\\_College\\_Level\\_Students](https://www.researchgate.net/publication/327237305_Social_Networking_Addiction_among_the_College_Level_Students)

Ho, S., Lwin, M., y Lee, E. (2017). Till logout do us part? Comparison of factors predicting excessive social network sites use and addiction between Singaporean adolescents and adults. *Computers in Human Behavior*, 75, 632-642.

<https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.06.002>

Hütt, H. (2012). Las Redes Sociales: Una Nueva Herramienta De Difusión. *Reflexiones*, 2(91), p.121-128. doi 10.15517/RR.V91I2.1513

Interactive Advertising Bureau Mexico. (13 de mayo de 2019). *Estudio de Consumo de Medios y Dispositivos entre Internautas Mexicanos 2019*. IAB. México. Recuperado el 20 agosto 2021 de <https://www.iabmexico.com/estudios/estudio-de-consumo-de-medios-y-dispositivos-entre-internautas-mexicanos-2019/>

Imizcoz, J. (1996). *Comunidad, red social y élites un análisis de la vertebración social en el Antiguo Régimen*. Elites, poder y red social: las élites del País Vasco y Navarra en la Edad Moderna (estado de la cuestión y perspectivas). 13-50.

Instituto Federal de Telecomunicaciones. (8 de agosto de 2016). *El IFT da a conocer la Encuesta Nacional de Consumo de Contenidos Audiovisuales en Radio, Televisión e Internet*. Página principal de Comunicación y Medios. Recuperado el 20 agosto 2021 de <http://www.ift.org.mx/comunicacion-y-medios/comunicados-ift/es/el-ift-da-conocer-la-encuesta-nacional-de-consumo-de-contenidos-audiovisuales-en-radio-television-e>



- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (2019) *Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de Tecnologías de la Información en los Hogares*. Instituto federal de telecomunicaciones. Recuperado el 25 agosto 2021 de [https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/534997/INEGI\\_SCT\\_IFT\\_ENDU\\_TIH\\_2019.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/534997/INEGI_SCT_IFT_ENDU_TIH_2019.pdf)
- Kadushin, C. (2013). *Comprender las Redes Sociales. Teorías, conceptos y hallazgos*. Centro de Investigaciones Sociológicas. Madrid: Consejo Editorial de la colección Clásicos Contemporáneos.
- Kang, I. , Shin, M. y Park, C. (2013). Internet addiction as a manageable resource: a focus on social network services. *Online Information Review*, 1(37), 28-41. <https://doi.org/10.1108/14684521311311612>
- Katasonova, A., Perkovsky, S. y Kravtsova, N. (2014). Higher mental functions and time perception in internet-addicted teenagers. *Psychology in Russia*, 7(1), 135. <http://dx.doi.org/10.11621/pir.2014.0113>
- Killinger, B. (1993) *La adicción al trabajo / Workaholism*. Paidós Iberica Ediciones S A.
- Krych, R. (1989) Comportamiento anormal del consumidor: un modelo de comportamientos adictivos. *Avances en la investigación del consumidor*, (16), 745-748.
- Kuss, D., Van, A., Shorther, G., Griffiths, M. y Van, D. (2013) Adicción a Internet en adolescentes: Prevalencia y factores de riesgo. *Las computadoras en el comportamiento humano*, 29(5), 1987-1996.
- Kuss, D. y Griffiths, M. (2017). Social Networking Sites and Addiction: Ten Lessons Learned. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 3(14), 1-17. <https://dx.doi.org/10.3390%2Fijerph14030311>
- La Barbera, D., La Pagilia, F. y Valsavoia, R. (2009). Social Network and Addiction. *Studies in health technology and informatics*. 33-36. doi: [10.3389/conf.neuro.14.2009.06.054](https://doi.org/10.3389/conf.neuro.14.2009.06.054)



- Latorre, M. (2018). *Historias de las Web, 1.0, 2.0, 3.0 y 4.0*. Universidad Marcelino Champagnat.
- Lederer, H. (2003). *Acerca de Internet. Nuevas Tecnologías y Sociedad*. UOC.
- Liu, C. y Ma, J. (2019). Adult Attachment Style, Emotion Regulation, and Social Networking Sites Addiction. *Frontiers in Psychology*, (10). doi: 10.3389/fpsyg.2019.02352
- Masur, P., Reinecke, L., Ziegele, M. y Quiring, O. (2014). The interplay of intrinsic need satisfaction and Facebook specific motives in explaining addictive behavior on Facebook. *Computers in Human Behavior*, 39, 376-386.  
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.05.047>
- Méndez, F. (2009). La Web 1.0 y 2.0. *Creación y Producción en Diseño y Comunicación*. 25, 67-69.  
[https://fido.palermo.edu/servicios\\_dyc/publicacionesdc/vista/detalle\\_articulo.php?id\\_libro=138&id\\_articulo=4631](https://fido.palermo.edu/servicios_dyc/publicacionesdc/vista/detalle_articulo.php?id_libro=138&id_articulo=4631)
- Müller, K., Dreier, M., Beutel, M., Duven, E., Giralt, S. y Wölfling, K. (2016). A hidden type of internet addiction? Intense and addictive use of social networking sites in adolescents. *Computers in Human Behavior*, 55, 172-177. doi: 10.1016/j.chb.2015.09.007
- Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., Altman, D. y The PRISMA Group. (2009). Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses: The PRISMA Statement. *PLOS MEDICINE*, 6(7). <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000097>
- Montes, A. (2016) *Adicción a las redes sociales*. En M. Benemérita universidad autónoma de puebla.
- Moreno, B., Muñoz, M., Cuellar, J., Domancic, S. y Villanueva, J. (2018). Revisiones Sistemáticas: definición y nociones básicas. *Revista clínica de periodoncia, implantología y rehabilitación oral*, 11(3), 184-186.  
<http://dx.doi.org/10.4067/S0719-01072018000300184>



National Institute on Drug Abuse (2014) *Las Drogas, el Cerebro y el Comportamiento. La Ciencia de la Adicción. NIH.*

Ochaíta, E., Espinosa, M. y Gutiérrez, H. (2014). Las necesidades adolescentes y las nuevas tecnologías de la información y la comunicación. *Revista de Estudios de Juventud*, 29. <http://www.injuve.es/sites/default/files/RJ92-07.pdf>

Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (2019) *Panorama mundial de la demanda y la oferta de drogas. UNODC Research.* [https://wdr.unodc.org/wdr2019/prelaunch/WDR2019\\_B1\\_S.pdf](https://wdr.unodc.org/wdr2019/prelaunch/WDR2019_B1_S.pdf)

Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (24 de junio de 2021) *Informe Mundial sobre las Drogas 2021 de UNODC: los efectos de la pandemia aumentan los riesgos de las drogas, mientras la juventud subestima los peligros del cannabis.* UNODC. Recuperado el 3 noviembre 2021 de [https://www.unodc.org/mexicoandcentralamerica/es/webstories/2020/2021\\_06\\_24\\_informe-mundial-sobre-las-drogas-2021-de-unodc\\_-los-efectos-de-la-pandemia-aumentan-los-riesgos-de-las-drogas--mientras-la-juventud-subestima-los-peligros-del-cannabis.html](https://www.unodc.org/mexicoandcentralamerica/es/webstories/2020/2021_06_24_informe-mundial-sobre-las-drogas-2021-de-unodc_-los-efectos-de-la-pandemia-aumentan-los-riesgos-de-las-drogas--mientras-la-juventud-subestima-los-peligros-del-cannabis.html)

Organización Mundial de la Salud (2018) *Clasificación internacional de enfermedades* (10ª ed). OMS.

O'Reilly, M., Dogra, N., Whiteman, N., Hughes, J., Eruyar, S. y Reilly, P. (2018). Is social media bad for mental health and wellbeing? Exploring the perspectives of adolescents. *Clinical child psychology and psychiatry*, 23(4), 601-613. doi: 10.1177/1359104518775154

Pearson, C. y Hussain, Z. (2015). Smartphone use, addiction, narcissism, and personality: A mixed methods investigation. *In Gaming and Technology Addiction: Breakthroughs in Research and Practice*, 212-229. doi: 10.4018/ijcbpl.2015010102



- Pontes, H. (2017). Investigating the differential effects of social networking site addiction and Internet gaming disorder on psychological health. *Journal of behavioral addictions*, 6(4), 601-610. doi: 10.1556/2006.6.2017.075
- Prieto, J. y Moreno, A. (2015). The use of social networking websites is a new addiction? *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 149-155  
[https://www.researchgate.net/publication/289607514\\_The\\_use\\_of\\_social\\_networking\\_websites\\_Is\\_a\\_new\\_addiction](https://www.researchgate.net/publication/289607514_The_use_of_social_networking_websites_Is_a_new_addiction)
- Rabaa'i, A., Zogheib, B. y AlJamal, E. (2016). Personality Traits as Predictors of Social Networks Addiction among University Students. *Journal of Emerging Trends in Engineering and Applied Sciences (JETEAS)*, 3(6), 182-195.  
<http://hdl.handle.net/11675/867>
- Reyes, H. (2000). *La terminología del Análisis de Redes. Problemas de Definición y Traducción*. Universidad Complutense. 3.
- Robles, O. (1999). *Evolución de Internet en América Latina y el Caribe*. Simposio Latinoamericano y del Caribe: Las Tecnologías De Información en la Sociedad. Aguascalientes, México.
- Ros-Martín, M. (2009). Evolución de los servicios de redes sociales en internet. *El profesional de la información*, 5(18), 552-557.  
<https://doi.org/10.3145/epi.2009.sep.10>
- Rosi, P. (2008) *Las drogas y los adolescentes. Lo que los padres deben saber sobre las adicciones*. Tébar.
- Salas, E. (2014) Psychological Addictions and New Health Problems. *Facultad de Ciencias de la Comunicación, Turismo y Psicología*, 28(28).  
[http://www.revistacultura.com.pe/revistas/RCU\\_28\\_1\\_adicciones-psicologicas-y-los-nuevos-problemas-de-salud.pdf](http://www.revistacultura.com.pe/revistas/RCU_28_1_adicciones-psicologicas-y-los-nuevos-problemas-de-salud.pdf)



- Salehan, M. y Negahban, A. (2013). Social networking on smartphones: When mobile phones become addictive. *Computers in Human Behavior*, 29(6), 2632-2639. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.07.003>
- Santiago, R. y Navaridas, F. (2012). La Web 2.0 en escena. *Pixel-Bit. Revista de Medios y Educación*, 41, 19-30. <https://recyt.fecyt.es/index.php/pixel/article/view/61587>
- Sastre, P. (2012). Internet o la lógica cultural del capitalismo avanzado. *Revista Digital de Gestión Cultural*, 3. <http://observatoriocultural.udgvirtual.udg.mx/repositorio/handle/123456789/943>
- Seo, D. y Ray, S. (2019). Habit and addiction in the use of social networking sites: Their nature, antecedents, and consequences. *Computers in Human Behavior*, 99, 109-125. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.05.018>
- Servidio, R. (2019). A Discriminant Analysis to Predict the Impact of Personality Traits, Self-esteem, and Time Spent Online on Different Levels of Internet Addiction Risk among University Students. *Studia Psychologica*, 61(1), 56-70. doi: [10.21909/sp.2019.01.772](https://doi.org/10.21909/sp.2019.01.772)
- Shadare, A. y Musa, S. (2017) Adicción a internet. *Revista internacional de investigación en ingeniería*, (6), 431-432. doi: [10.5958/2319-6890.2017.00056.3](https://doi.org/10.5958/2319-6890.2017.00056.3)
- Trigo, V. (2004). Historia y evolución de Internet. *Autores científico-técnicos y académicos*, 1-11. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5098592>
- Van Rhyne, Z., Chinyamurindi, W. y Cilliers, L. (2019). Social network addiction and advertising on social networks: A case study of rural students in South Africa. *South African Journal of Information Management*, 21(1), 1-7. <http://dx.doi.org/10.4102/sajim.v21i1.1081>
- Vilca, L. y Vallejos, M. (2015). Construction of the risk of addiction to social networks scale (Cr. ARS). *Computers in Human Behavior*, 48, 190-198. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.01.049>



- Villalba, C. (1993). *Redes sociales: Un concepto con importantes implicaciones en la intervención comunitaria*. Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid.
- We Are Social y Hootsuite. (2018). Informe Digital Global 2018. *Hootsuite*. Recuperado 23 agosto 2021 de <https://digitalreport.wearesocial.com/>
- We Are Social y Hootsuite. (enero de 2020). Informe Digital Global 2020. *Hootsuite*. Recuperado el 23 agosto 2021 de <https://wearesocial.com/digital-2020>
- Weimann, G. (2016). Terrorist Migration to the Dark Web. *Perspectives on Terrorism*. 3(10), 40-44. <https://www.jstor.org/stable/26297596>
- Yahan, I., Hosen, I., Mamún, F., Mohan, M., Griffiths, M. y Mamun, M. (2021) How Has the COVID-19 Pandemic Impacted Internet Use Behaviors and Facilitated Problematic Internet Use? A Bangladeshi Study. *Dovepress*, (14), 1127-1138. doi:[10.2147/PRBM.S323570](https://doi.org/10.2147/PRBM.S323570)
- Young, k. (1998) Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder. *CyberPshycology y behavior*, 3(1).
- Young, P. (2008) Integrando la Cultura en el Diseño de las TIC. *Revista británica de tecnología educativa*, 1(39), 6-17. doi:10.1111/j.1467-8535.2007.00699.x
- Zurita, P. (2016) *Adicción a las Redes Sociales*. Benemérita Universidad Autónoma de Puebla.