

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

ESCUELA DE POSGRADO

Unidad de Posgrado de Psicología



**Factores de protección ante las adicciones a redes sociales en
adolescentes: una revisión narrativa**

Trabajo Académico para obtener el Título de Segunda Especialidad Profesional
en Psicología Clínica y de la Salud

Autores:

Wily Yoel Gavino Antonio

Dulio Antenogenes Sobrado Pineda

Asesora:

Mg. Esther Edelmira Méndez Zavaleta de Añamuro

Lima, mayo 2026

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO ACADÉMICO

Yo Esther Edelmira Méndez Zavaleta de Añamuro, docente de la Unidad de Posgrado de Psicología, Escuela de Posgrado de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: “**Factores de protección ante las adicciones a redes sociales en adolescentes: una revisión narrativa**” de los autores Wily Yoel Gavino Antonio y Dulio Antenogenes Sobrado Pineda tiene un índice de similitud de 12% verificable en el informe del programa Turnitin, y fue realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponde ante cualquier falsedad u omisión de los documentos como de la información aportada, firmo la presente declaración en la ciudad de Lima, a los 20 días del mes de marzo del año 2026.



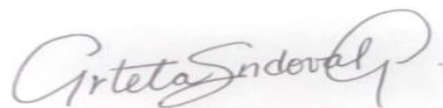
Mg. Esther Edelmira Méndez Zavaleta de Añamuro

Asesora

**Factores de protección ante las adicciones a redes sociales
en adolescentes: Una revisión narrativa**

TRABAJO ACADÉMICO

Presentado para optar el Título de Segunda Especialidad
Profesional en Psicología clínica y de la salud



Mg. Gissel Arteta Sandoval
Dictaminadora

Lima, 20 de mayo del 2026

Resumen

Objetivo: el presente estudio buscó identificar la literatura científica sobre los factores de protección que mitigan el riesgo de adicción a redes sociales en adolescentes. **Metodología:** el estudio es una revisión narrativa, la búsqueda se realizó en tres bases de datos PubMed, Web of Science (WOS) y Scielo; Se usaron descriptores para las variables las cuales se ha unido a operadores booleanos OR, AND y AND NOT, con los cuales se construyó la estrategia de búsqueda. La indagación se aplicó en los campos de título, resumen y palabras clave. Los criterios de inclusión consideraron estudios publicados entre 2017 y 2025, de acceso abierto, en inglés o español, y que abordaran las variables de estudio como tema principal o secundario. **Resultados:** Hasta julio del 2025 se encontraron 130 estudios: 71 en Pubmed, 45 en Web Of Science (WOS) y 14 en SciELO. Tras aplicar los criterios de inclusión y exclusión, se seleccionaron 7 artículos: 4 correlacionales, 2 descriptivos y 1 mixto. **Conclusiones:** El autoconcepto influye en el uso que los adolescentes hacen de la tecnología: una alta autoestima favorece un uso saludable, mientras que una baja autoestima incrementa la búsqueda de validación en redes sociales. La resiliencia actúa asimismo como factor protector frente a la adicción a internet, ya que una mayor capacidad de afrontamiento del estrés se asocia con hábitos digitales más equilibrados. A nivel familiar y contextual, el apoyo familiar contribuye a prevenir la dependencia digital y a fomentar estilos de vida más saludables, contrarrestando el sedentarismo asociado al uso excesivo de internet.

Palabras claves: factores protectores, adolescentes, adicción a redes sociales.

Abstract

Objective: This study aimed to identify the scientific literature on protective factors that mitigate the risk of social media addiction in adolescents. **Methodology:** This study is a narrative review. The search was conducted in three databases: PubMed, Web of Science (WOS), and SciELO. Descriptors were used for the variables, combined with Boolean operators OR, AND, and AND NOT, to develop the search strategy. The search primarily focused on the following field filters: title, abstract, and keywords. Inclusion criteria were primarily open-access studies published between 2017 and 2025, written in English or Spanish, and containing the study variables as a primary or secondary topic. **Results:** As of July 2025, 130 studies were found: 71 in PubMed, 45 in Web of Science (WOS), and 14 in SciELO. After applying the inclusion and exclusion criteria, 7 studies were included, of which 4 were correlational, 2 descriptive, and 1 mixed. **Conclusions:** Self-concept influences adolescents' use of technology: high self-esteem promotes healthy use, while low self-esteem increases the search for validation on social media. Likewise, resilience acts as a protective factor against internet addiction, since a better capacity to cope with stress is associated with more balanced digital habits. Finally, excessive internet use contributes to a sedentary lifestyle, although family support can help prevent digital dependency and promote healthier lifestyles.

Keywords: protective factors, adolescents, social media addiction.

Introducción

El uso de las redes sociales ha dejado de ser una actividad periférica para convertirse en el eje central de la socialización adolescente, lo que ha derivado en la aparición de comportamientos desadaptativos conocidos como adicciones a redes sociales (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2020). Esta problemática no reside en el uso de la herramienta, sino en la pérdida de control y la dependencia psicológica que genera en los adolescentes (Echeburúa, 2012). Según el informe de la OMS (2024), basado en el estudio *Health Behaviour in School-aged Children*, el uso problemático de estas plataformas entre adolescentes aumentó del 7% en 2018 al 11% en 2024. En términos demográficos globales, de una población estimada de 1,300 millones de adolescentes, se calcula que entre 91 y 143 millones presentan un uso problemático clínico; cifra que podría escalar hasta los 234 millones en escenarios de alta prevalencia (OMS, 2024; Sokolove, et al., 2025). El impacto varía en las regiones, en Estados Unidos se reportan entre 16 y 33 millones de jóvenes afectados, en Europa aproximadamente 8.2 millones y las otras regiones existe alta penetración móvil y menor regulación presentan cifras más alarmantes; tal es el caso de América Latina e India, donde se estima que más de 115 millones de adolescentes exhiben comportamientos adictivos a redes sociales (Klimenko, et al., 2021).

La adicción a las redes sociales es el uso excesivo y compulsivo que afecta el funcionamiento diario y el bienestar general y conductual manifestada a través del aislamiento social y el bajo rendimiento académico, estos síntomas son impulsados por una marcada irritabilidad ante la desconexión digital, lo que consolida un patrón de dependencia funcional (Echeburúa, et al., 2017). Este fenómeno se sustenta en la *Teoría de la Autodeterminación*, que explica la búsqueda de validación para satisfacer necesidades de relación, y en el *modelo I-PACE* (Interaction of Person Affect

Cognition Execution), el cual identifica el uso de redes sociales como un mecanismo desadaptativo de afrontamiento ante el estrés (Brand, et al., 2016).

Frente a este entorno de riesgo, estudios destacan la importancia de diversos factores de protección, las cuales se clasifican en factores endógenos y exógenos. Dentro de los componentes endógenos, la resiliencia emerge como una capacidad fundamental de autorregulación emocional que permite al adolescente afrontar el estrés sin recurrir al entorno virtual como mecanismo de escape (Almulla et al 2025). Mientras que una autoestima sólida disminuye la dependencia de la validación externa y los estándares distorsionados de las redes (Soria et al., 2024). Por otro lado, entre los factores exógenos, el apoyo familiar adecuado, basado en la comunicación asertiva y la cohesión afectiva constituye el principal factor protector (Lachuma. 2021). De manera complementaria, la actividad física regular no solo mejora el bienestar fisiológico, sino que reduce la ansiedad y compite directamente con el tiempo de conexión sedentaria (Shristi et al., 2024).

Diversas investigaciones confirman que estos factores constituyen el eje fundamental de la prevención frente a las adicciones a redes sociales en adolescentes. Se ha observado que la resiliencia se correlaciona de manera inversa con la adicción a las redes sociales, lo que sugiere que fortalecer la autoconfianza en el entorno escolar posee un valor preventivo superior a la simple restricción tecnológica (Cahuana, et al., 2022). En sintonía con este hallazgo (Estévez, et al., 2022) demuestran que una autoestima elevada actúa como un escudo que mitiga la búsqueda de aprobación constante, un factor que se ve potenciado por una comunicación familiar afectiva. Este soporte emocional reduce significativamente la probabilidad de que el adolescente busque refugio en comunidades virtuales (Cerrato, et al., 2021). Finalmente, la práctica deportiva fortalece la identidad social real del joven, desplazando la

necesidad de validación en entornos digitales (Méndez, et al., 2022).

A pesar de la relevancia de los hallazgos, se necesita más evidencia científica para su abordaje y prevención de manera que las intervenciones en salud mental adolescente dejen de ser reactivas y se conviertan en estrategias de protección integral. Por tanto, la presente investigación no solo busca recopilar datos, sino llenar este vacío en un marco de un trabajo preventivo pero multidisciplinario. Por tanto, el objetivo central, es identificar la literatura científica sobre los factores de protección que mitigan el riesgo de adicción a redes sociales en adolescentes.

Metodología

La presente investigación corresponde a una revisión narrativa, enfoque que permite recopilar, analizar, sintetizar y discutir la información publicada sobre un tema específico (Ato, et al., 2013). Para ello, se llevó a cabo una búsqueda bibliográfica en los meses de marzo a julio del 2025 en tres bases de datos principales: PubMed, Web of Science (WOS) y SciELO.

La estrategia de búsqueda se construyó siguiendo el esquema PIO (Población, Intervención y Resultados), utilizando términos y descriptores en inglés. Para la Población (P) se emplearon: adolescents, adolescence, adolescent. Para la Intervención (I): social skills, social support networks, self-esteem and self-efficacy, strong emotional bonds, adequate parental support, positive parenting styles, coping skills, communication skills, protective elements, strengths, resilience y autonomy. Para los Resultados (O): internet addiction, social media addiction, internet gaming disorder, internet addiction disorder, smartphone addiction, social media dependence, compulsive social media use, addictive online behavior, social media obsession, problematic social media use, Facebook addiction, TikTok addiction, Instagram addiction y YouTube addiction, tal como se detalla en el Anexo A. Los descriptores se conectaron mediante los operadores booleanos OR, AND y NOT para construir la estrategia de búsqueda (véase Anexo B).

La búsqueda de información se inició en las bases de datos seleccionadas. Se establecieron los siguientes criterios de inclusión: estudios publicados entre 2017 y 2025, disponibles en acceso abierto, en inglés o español, y que abordaran las variables de estudio como tema principal o secundario. Se excluyeron los estudios duplicados y aquellos que no contemplaban las variables de interés.

Los estudios identificados fueron exportados a Microsoft Excel. A partir de esa base, se realizó una revisión mediante el método de semaforización para clasificar los artículos según su pertinencia. Tras resolver las discrepancias por consenso entre los investigadores, se aprobó la tabla de revisión final. El proceso completo de selección se ilustra en el diagrama de flujo de la Figura 1.

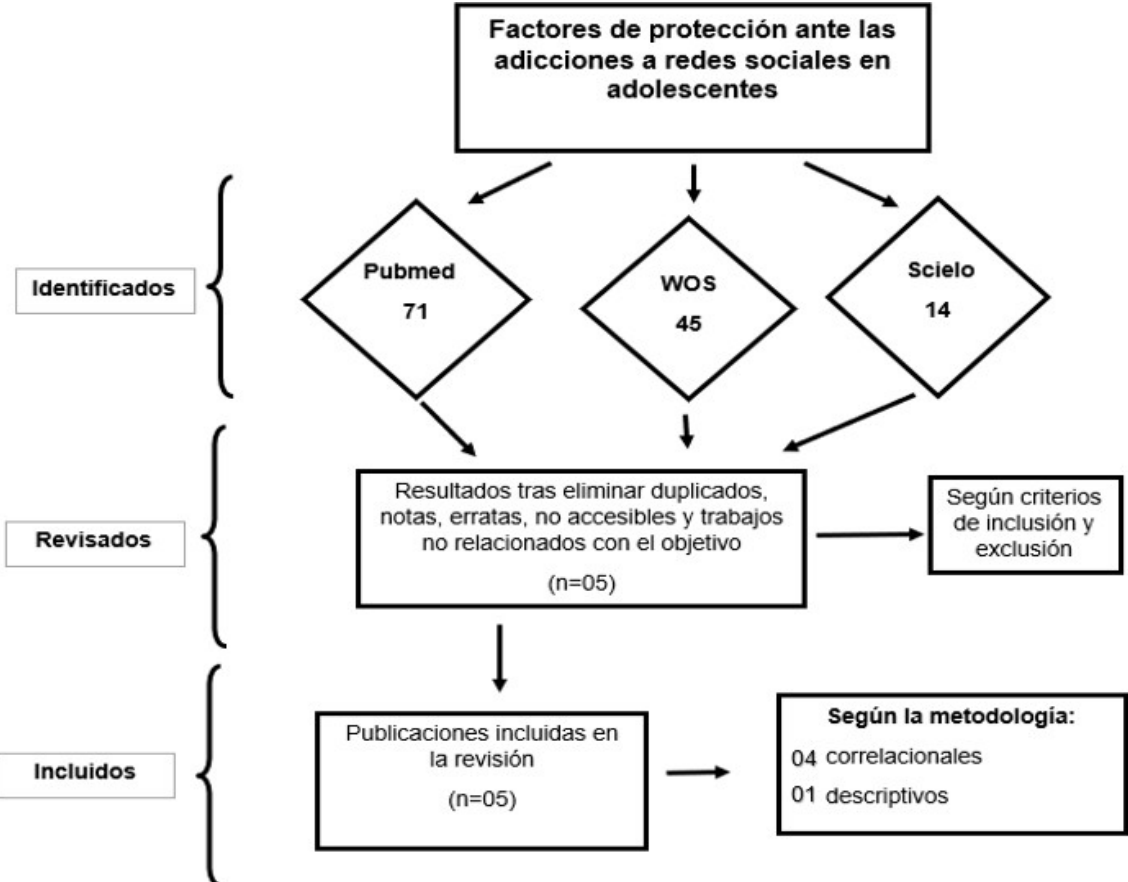


Figura 1. *Diagrama de flujo del proceso de selección del estudio*

Resultados

Hasta julio del 2025 se identificaron 130 estudios: 71 en PubMed, 45 en Web of Science y 14 en SciELO. Tras aplicar los criterios de inclusión y exclusión, se seleccionaron 5 artículos: 4 correlacionales y 1 descriptivo. Los resultados fueron organizados en la Tabla 1, considerando autor, diseño de estudio, objetivo, instrumentos utilizados y población o muestra. Los hallazgos destacan la relevancia de factores psicológicos, sociales y contextuales como mecanismos protectores frente a la adicción a redes sociales en adolescentes.

Asimismo, los estudios muestran que los adolescentes con mayor adicción a las redes sociales suelen manifestar bajos niveles de autoestima. No obstante, la relación es compleja: existe una correlación negativa entre la obsesión por estar conectado y la autoestima, mientras que los factores de modificación del estado de ánimo y el uso excesivo presentan una correlación positiva con esta variable (Ávila et al., 2021; Soria et al., 2024).

También, los estudios reportan una relación significativa entre los niveles de resiliencia y las distintas dimensiones de la adicción a internet. Esta relación indica que la forma en que el adolescente gestiona el estrés y las adversidades influye directamente en sus hábitos digitales. La resiliencia actúa no solo como rasgo de personalidad, sino como factor determinante en la severidad y manifestación de la dependencia tecnológica (Almulla et al., 2025).

Por otro lado, se observó que tres de cada cuatro adolescentes evaluados no realizan suficiente actividad física, una problemática que tiende a agravarse durante esta etapa del desarrollo. El acceso constante a las plataformas digitales incrementa significativamente el riesgo de sedentarismo y de adicción a

internet. Frente a este escenario de riesgo, los datos revelan que el funcionamiento familiar desempeña un papel protector central: existe una asociación altamente significativa entre este factor y la adicción a redes sociales, siendo la cohesión familiar la dimensión más directamente vinculada con la prevención de estas conductas (Shristi et al., 2024; Morillo et al., 2025).

Tabla 1. *Características de los estudios incluidos.*

Autor/año	Objetivo	Diseño/ Tipo	Instrumentos	Población	Resultado
Almulla et al. 2025.	Examinar la relación entre la resiliencia y las conductas adictivas a internet, centrándose en contextos interculturales con estudiantes de educación superior en Ghana y Arabia Saudita.	Correlacional.	Addictio Test (AT) de Young. Para la resiliencia Se utilizó la Connor Davidson Resilience Scale (CD-RISC).	738 adolescentes.	Se observó que los bajos niveles de resiliencia aumentan el riesgo de adicción a internet, los niveles más altos también parecen aumentar la susceptibilidad a las conductas adictivas.
Shristi et al., 2024.	Evaluar el nivel de actividad física y su correlación con el uso de internet entre los adolescentes.	Correlacional.	Cuestionario Internacional de Actividad Física (IPAQ). Prueba de Adicción a Internet (IAT).	385 estudiantes con edades entre 15 y 19 años	Tres de cada cuatro adolescentes evaluados no realizan suficiente actividad, un problema que empeora en adolescentes. El riesgo de sedentarismo y adicción a internet aumenta significativamente en adolescentes con acceso constante a redes sociales.
Lachum a. 2021	Estudiar la asociación que existe entre funcionamiento familiar y adicción a redes sociales en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa pública de Lima Este.	Correlacional.	FACES III (Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scales). (Bergen Social Media Addiction Scale – BSMAS).	603 estudiantes, de entre 12 a 18 años de edad.	El análisis estadístico demuestra una correlación estrecha y determinante entre el entorno familiar y el comportamiento digital de los adolescentes. Se observó que tanto la cohesión (vínculo emocional) como la adaptabilidad (capacidad de cambio) operan como variables críticas. Específicamente, los datos sugieren que cuando existe un equilibrio funcional en el hogar, las probabilidades de desarrollar una adicción a las redes sociales disminuyen drásticamente, validando la importancia de la estructura familiar como factor protector.

Portillo et al., 2021	la autoestima.	correlacional	Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) y la Escala de Autoestima de Rosenberg.	100 alumnos, 36 hombres y 64 mujeres.	Los estudiantes con mayor adicción a dichas redes manifiestan bajo nivel de autoestima.
Soria et al., 2024	Determinar la relación que existe entre adicción a las redes sociales y la autoestima en adolescentes de la Unidad Educativa "San Luis Gonzaga"	descriptivo	Adicción a Redes Sociales (ARS). Escala de Autoestima de Rosenberg.	Adolescentes entre 14 y 17 años.	los resultados muestran que existe una correlación negativa entre el factor obsesión por estar conectado a las redes sociales y la autoestima; mientras que, con los factores modificación del estado de ánimo y uso excesivo de las redes existe una correlación positiva con la autoestima.

Discusión

El presente estudio se planteó como objetivo identificar la literatura científica sobre los factores de protección que mitiga el riesgo de adicciones a redes sociales en adolescentes. Los resultados indican que el autoconcepto del adolescente influye en su comportamiento en línea donde una alta autoestima promueve un uso saludable de la tecnología, mientras que una baja autoestima aumenta la dependencia de la validación en redes sociales y el miedo al rechazo. Así, Bernal et al. (2025) sostienen que existe una correlación inversa entre el tiempo de uso y la autoestima donde el uso excesivo más de 4 horas se asocia a niveles bajos de autovaloración, mientras que un uso moderado se vincula a una mayor estabilidad emocional. Por su parte Soria y Villegas-Villacres (2024) concluyen que existe una correlación negativa entre la obsesión por mantenerse conectado y la autoestima, en tanto que los factores de modificación del estado de ánimo y el uso excesivo presentan una correlación positiva con esta variable. Sin embargo, Nones (2025) encontró que la adicción a redes sociales no presentó una relación estadísticamente significativa con la autoestima, pero sí con la ansiedad, lo que sugiere que el impacto de las redes sociales se manifiesta con mayor intensidad en el bienestar emocional y los niveles de tensión que en la valoración personal.

Asimismo, referente a la resiliencia, los resultados indican que existe una relación significativa entre esta variable y las distintas dimensiones de la adicción a internet, lo que sugiere que la forma en que los adolescentes afrontan el estrés y las dificultades condiciona sus hábitos digitales. Caro et al. (2024) señalan que la resiliencia fortalece la capacidad del adolescente para hacer frente a los riesgos asociados al uso de redes sociales, y que una vía para desarrollarla es la autorregulación emocional. Lin et al. (2023) agregan que niveles reducidos de apoyo percibido —familiar o entre pares— pueden debilitar la resiliencia y llevar a los jóvenes a adoptar estrategias de afrontamiento poco saludables, como el uso impulsivo de las redes sociales. Por su parte, Almulla et al. (2025) matizan que la resiliencia no actúa exclusivamente como factor protector: dependiendo del contexto, puede también relacionarse con ciertas formas de uso problemático, lo que confirma que la adicción a internet es un fenómeno multifactorial y complejo.

Además, Respecto al entorno familiar y la actividad física, los hallazgos indican que el sedentarismo es generalizado entre los adolescentes evaluados, en gran medida por el desplazamiento de la actividad física hacia el uso excesivo de internet. Ante ello, un entorno familiar funcional emerge como factor protector clave. Philippi et al. (2024) y Dou et al. (2022) señalan que la participación activa de los padres y el modelado positivo en el uso de medios favorecen la autorregulación en los adolescentes y la reflexión sobre las consecuencias futuras, previniendo que el uso recreativo evolucione hacia una dependencia problemática. Aponte et al. (2017) agregan que el funcionamiento familiar poco saludable y los conflictos en el hogar se asocian con mayor riesgo de adicción a internet. No obstante, Van (2024) advierte que el establecimiento de reglas restrictivas resulta preventivo en la preadolescencia y la adolescencia temprana, pero puede volverse contraproducente a partir de los 15,7 años, llegando incluso a predecir un mayor riesgo de uso problemático. Este hallazgo subraya la importancia de promover la autonomía del adolescente como factor protector, ya que un control excesivo y prolongado puede socavarla.

En lo que respecta a la actividad física como factor protector, Wang et al. (2025) encontraron, en un estudio correlacional con adolescentes, una relación inversa entre la actividad física y la adicción a redes sociales, lo que sugiere que los adolescentes que practican ejercicio dedican menos tiempo a las redes y presentan menor riesgo de desarrollar dependencia. Zhu et al. (2025) añaden que la actividad física se asocia con una disminución de la adicción a internet tanto de forma directa como a través de procesos sociopsicológicos, por lo que las intervenciones deben ajustarse a los distintos perfiles de usuarios para lograr mayor eficacia. Moreno et al. (2021) confirman esta tendencia al observar que la mayoría de los estudiantes no realiza actividad física intensa —con apenas un 6 % en nivel alto—, y que a medida que avanzan de grado escolar tienden a reducir la actividad física e incrementar el tiempo de conexión a internet.

Limitaciones

El presente estudio, al adoptar un diseño de revisión narrativa, presenta limitaciones inherentes a este enfoque. Si bien se siguió un proceso riguroso de selección y análisis, el diseño no alcanza el nivel de evidencia de una revisión sistemática o metaanálisis, por lo que la reproducibilidad de los resultados y la posibilidad de realizar análisis estadísticos integrados se encuentran restringidas. Asimismo, aunque se consultaron las bases de datos recomendadas por la literatura especializada, persiste la posibilidad de que estudios relevantes publicados en otras fuentes no hayan sido incluidos, lo que podría afectar la exhaustividad de los hallazgos. Finalmente, se identificó una escasez de investigaciones que aborden estas variables específicamente en población adolescente, siendo más frecuentes los estudios realizados en muestras universitarias, lo que limita la transferibilidad directa de los resultados al grupo etario de interés.

Conclusiones

Los resultados evidencian que el autoconcepto influye de manera determinante en el comportamiento digital de los adolescentes: quienes presentan una alta autoestima tienden a hacer un uso más saludable de la tecnología, mientras que aquellos con baja autoestima buscan mayor validación en redes sociales, lo que puede derivar en dependencia de la aprobación digital. Asimismo, la resiliencia se relaciona significativamente con la adicción a internet, dado que los adolescentes con mayor capacidad para afrontar el estrés y las adversidades suelen desarrollar hábitos digitales más equilibrados. Por último, el uso excesivo de internet favorece el sedentarismo y reduce la práctica de actividad física; no obstante, el apoyo familiar emerge como factor protector clave para prevenir la dependencia a las redes sociales y promover estilos de vida más saludables.

Recomendaciones

Desde estos hallazgos del presente estudio, se formulan las siguientes recomendaciones. En primer lugar, se sugiere que las familias y los programas de intervención psicoeducativa prioricen la formación de los padres como mediadores del uso digital, promoviendo el establecimiento de acuerdos claros y progresivos sobre el tiempo de pantalla, adaptados a la edad y nivel de autonomía del adolescente. En segundo lugar, resulta recomendable fomentar la participación de los adolescentes en actividades físicas y recreativas no mediadas por tecnología, con el fin de diversificar sus fuentes de bienestar y reducir la probabilidad de que el entorno digital se convierta en el principal mecanismo de afrontamiento o socialización. Finalmente, se recomienda desarrollar investigaciones longitudinales que permitan examinar con mayor precisión los mecanismos a través de los cuales el funcionamiento familiar, la resiliencia y la autoestima operan como factores protectores frente a la adicción a redes sociales en población adolescente, superando las limitaciones propias de los diseños transversales predominantes en la literatura actual.

Referencias

- Almulla, M., Alismail, A., Mahama, I. (2025). Resilience as a predictor of internet addictive behaviours: a study among Ghanaian and Saudi samples using structural equation modelling approach. *BMC Psychol* 13, 77 (2025). <https://doi.org/10.1186/s40359-025-02383-y>
- Aponte, D., Castillo, P., & González, J. (2017). Prevalencia de adicción a internet y su relación con disfunción familiar en adolescentes. *Revista Clínica de Medicina de Familia*, 10(3), 179-186. http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S169995X2017000300179&lng=es&tlng=es.
- Ato, M., López-García, J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3). <https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- Cahuana, M. R., & Yana-Salluca, M. G. (2022). Adicción a las redes sociales y resiliencia en adolescentes de instituciones educativas. *Revista de Investigación en Psicología*, 25(1), 125–142. <https://doi.org/10.15381/rinvp.v25i1.22001>
- Cerrato, S., & López-Hernández, A. (2021). Influencia del soporte emocional familiar en el uso de comunidades virtuales y el bienestar subjetivo en adolescentes. *Revista de Psicología Social y Educativa*, 11(2), 88–104. <https://doi.org/10.17398/2340-4256.11.2.88>
- Bernal, A., Tello, L., Andrango, C., Troya, L., Pluas, A., Cabrera, M., & Jumbo, K. (2025). El impacto del uso de redes sociales en la autoestima de adolescentes.

https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i1.15733

- Brand, M., Young, K., Laier, C., Wolfling, K., & Potenza, M. (2016). Integrating psychological and neurobiological considerations regarding the development and maintenance of specific Internet-use disorders: An Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution (I-PACE) model. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 71, 252–266. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2016.08.033>
- Caro, C., Millán-Ghisleri, E., & Ahedo, J. (2026). Riesgos digitales y educación: ciberprudencia y resiliencia digital en adolescentes. *Teoría De La Educación. Revista Interuniversitaria*, 38(1), 19–37. <https://doi.org/10.14201/teri.32364>
- Dou, K., Feng, X., Wang, L., & Li, J. (2022). Longitudinal association between parental involvement and internet gaming disorder among Chinese adolescents: Consideration of future consequences as a mediator and peer victimization as a moderator. *Journal of behavioral addictions*, 11(3), 820–830. <https://doi.org/10.1556/2006.2022.00056>
- 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*, 37(4), 435-448. <https://www.redalyc.org/pdf/2891/289122889001.pdf>
- Echeburúa, E., & De Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones: Revista de sociodrogalcohol*, 22(2), 91–96. <https://doi.org/10.20820/adicciones.2010.vol22.num2.8>
- Estévez, E., Jiménez, T. I., & Segura, L. (2022). Autoestima, comunicación familiar y adicción a las redes sociales en adolescentes: Un modelo de mediación. *Anales de Psicología*, 38(2), 265–274. <https://doi.org/10.6018/analesps.482011>
- Klimenko, O., Cataño, Y., Otálvaro, I. & Úsuga, S. (2021). Riesgo de adicción a redes

- sociales e Internet y su relación con habilidades para la vida y socioemocionales en una muestra de estudiantes de bachillerato del municipio de Envigado. *Psicogente*, 24(4), 123-155. <https://doi.org/10.17081/psico.24.46.4382>
- Klimenko, O., Hernández, N., Carmona, P., Mesa, J., & Patiño, J. (2024). Riesgo de adicción a redes sociales e internet, habilidades sociales y bienestar psicológico en estudiantes de básica secundaria. *Revista Virtual Universidad Católica Del Norte*, (73), 38–71. <https://doi.org/10.35575/rvucn.n73a3>
- Lachuma Huansi, U. R. (2021). Funcionamiento familiar y adicción a redes sociales en estudiantes del nivel secundario. *Revista Muro de la Investigación*, 6(2), 61–72. <https://doi.org/10.17162/rmi.v6i2.1638>
- Lin, S., Yuan, Z., Niu, G., Fan, C., & Hao, X. (2023). Family Matters More Than Friends on Problematic Social Media Use Among Adolescents: Mediating Roles of Resilience and Loneliness. *International journal of mental health and addiction*, 1–19. Advance online publication. <https://doi.org/10.1007/s11469-023-01026-w>
- Méndez, A., Cepero, M., & Zurita, F. (2022). Práctica deportiva, identidad social y dependencia a las redes sociales en jóvenes: Un estudio correlacional. *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (44), 312–321. <https://doi.org/10.47197/retos.v44i0.90112>
- Moreno, O., Medina, R., Enríquez, M., González, J., & Ceballos, O. (2021). Actividad física y uso de redes sociales en estudiantes de secundaria. Diferencias por sexo y grado escolar (Physical activity and use of social media, in high school students. Differences by sex and school grade). *Retos*, 42, 276-285. <https://doi.org/10.47197/retos.v42i0.86364>
- Morillo-Sarto, H., Torres-Vallejos, J., Usán, P., Barrada, J. R., & Juarros-Basterretxea, J. (2025). The Impact of Social Media Disorder, Family Functioning, and Community Social Disorder on Adolescents' Psychological Distress: The

- Mediating Role of Intolerance to Uncertainty. *Children* (Basel, Switzerland), 12(7), 861. <https://doi.org/10.3390/children12070861>
- Nones, S. (2025). Adicción a redes sociales, autoestima y ansiedad en estudiantes universitarios. *Sistema humanos URU*, 5(1), 65-84. <https://doi.org/10.5281/zenodo.17154455>
- Organización Mundial de la Salud (2024). Teens, screens and mental health: New WHO report indicates need for healthier online habits among adolescents. <https://www.who.int/europe/news/item/25-09-2024-teens--screens-and-mental-health>
- Portillo-Reyes, V., Ávila-Amaya, J. A., & Capps, J. W. (2021). Relación del uso de redes sociales con la autoestima y la ansiedad en estudiantes universitarios. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 3(1), 139–149. <https://revistacneipne.org/index.php/cneip/article/view/116>
- Philippi, J., Simon-Kutscher, K., Austermann, M., Thomasius, R., & Paschke, K. (2024). Investigating Parental Factors for Adolescent Problematic Gaming and Social Media Use - A Cross-sectional and Longitudinal Approach. *The Journal of adolescent health: official publication of the Society for Adolescent Medicine*, 75(4), 626–634. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2024.06.012>
- Shristi KC, Hari Prasad Kaphle, Nirmala Neupane, Samjhana Baral. (2024) Uso de Internet y su relación con la actividad física entre adolescentes en el municipio de Beni, Myagdi, Nepal. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.002456>
- Soria, P. y Villegas-Villacres, N. (2024). Adicción a las redes sociales y su relación con la autoestima en adolescentes. *Psicología UNEMI*, 8(14), 19-29. <https://doi.org/10.29076/issn.2602-8379vol8iss14.2024pp19-29p>
- Wang, J., Xiao, T., Liu, Y., Guo, Z., & Yi, Z. (2025). The relationship between physical activity and social network site addiction among adolescents: the chain mediating

role of anxiety and ego-depletion. *BMC psychology*, 13(1), 477.

<https://doi.org/10.1186/s40359-025-02785-y>

Zhu, J., Zhai, Y., Yuan, X., Zhang, Z., & Meng, X. (2025) The relationship between physical activity and Internet addiction among Chinese adolescents: exploring latent profile analysis and multi-level mediating mechanisms. *Front. Psychol.* 16:1628586. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1628586>

Anexos

Anexo A. Tabla de descriptores

P	I	O
Adolescentes	“Factores protectores”	“Adicción en las redes sociales”
Adolescentes a. Adolescentes	“Habilidades sociales” “Redes de apoyo social” “Autoestima y autoeficacia” “Vínculos afectivos fuertes” “Apoyo parental adecuado” “Estilos de crianza positivos” “Habilidades de afrontamiento” “Habilidades de comunicación” “Elementos protectores” Fortalezas Resiliencia Autonomía.	“Adicción a internet” “Trastorno de juegos de Internet” “Desorden de adicción al Internet” “Adicción a los teléfonos Inteligentes” “Dependencia a las redes sociales” “Uso compulsivo de redes sociales” “Comportamiento adictivo en línea” “Obsesión por las redes sociales” “Uso problemático de redes sociales” “Adicción al Facebook” “Adicción a Tik Tok” “Adicción a Instagram” “Adicción a youtube”

<i>adolescent adolescence</i>	“Protective Factors” “Social Skills” “Social Support Networks” “Self-Esteem and Self-Efficacy” “Strong Emotional Bonds” “Adequate Parental Support” “Positive Parenting Styles” “Coping Skills” “Communication Skills” “Protective Elements” Strengths Resilience Autonomy.	“Internet addiction” “Internet gaming disorder” “Internet addiction disorder” “Smartphone addiction” “Social media dependency” “Compulsive social media use” “Addictive online behavior” “Social media obsession” “Problematic social media use” “Facebook addiction” “TikTok addiction” “Instagram addiction” “YouTube addiction”
-----------------------------------	---	--

ANEXO B. Estrategias de búsqueda.

Base de datos	Estrategia de búsqueda	Nº de artículo
PubMend	((Adolescents OR Adolescence OR Adolescent OR Youth) AND ("Social skills" OR "support networks" OR "Self-esteem and self-efficacy" OR "Strong emotional bonds" OR "Adequate parental support" OR "Positive parenting styles" OR "Coping skills" OR "Protective elements" OR Strengths OR Resilience OR Autonomy)) AND ("Internet Addiction" OR "Social Media Addiction" OR "Internet Gaming Disorder" OR "Internet Addiction Disorder" OR "Smartphone Addiction" OR "Social Media Dependence" OR "Compulsive Social Media Use" OR "Addictive Online Behavior" OR "Social Media Obsession" OR "Problematic Social Media Use" OR "Facebook Addiction" OR "Tik Tok Addiction" OR "Instagram Addiction" OR "YouTube Addiction") Filters: in the last 5 years, Free full text, English, Spanish, Humans, Female, Male, Adolescent: 13-18 years Sort by: Most Recent	71

Web Of Science	<p>1 (TI=(Adolescents OR Adolescence OR Adolescent OR Youth) OR AB=(Adolescents OR Adolescence OR Adolescent OR Youth) OR AK=(Adolescents OR Adolescence OR Adolescent OR Youth))</p> <p>2 (TI=("Social skills" OR "Social support networks" OR "Self-esteem and self-efficacy" OR "Strong emotional bonds" OR "Adequate parental support" OR "Positive parenting styles" OR "Coping skills" OR "Communication skills" OR "Protective elements" OR Strengths OR Resilience OR Autonomy) OR AB=("Social skills" OR "Social support</p>	45
----------------	---	----

networks” OR “Self-esteem and self-efficacy” OR “Strong emotional bonds” OR “Adequate parental support” OR “Positive parenting styles” OR “Coping skills” OR “Communication skills” OR “Protective elements” OR Strengths OR Resilience OR Autonomy) OR AK=(“Social skills” OR “Social support networks” OR “Self-esteem and self-efficacy” OR “Strong emotional bonds” OR “Adequate parental support” OR “Positive parenting styles” OR “Coping skills” OR “Communication skills” OR “Protective elements” elements” OR Strengths OR Resilience OR Autonomy))

3 (TI=(“Adicción a Internet” O “Adicción a las redes sociales” O “Trastorno por los juegos de Internet” O “Trastorno por la adicción a Internet” O “Adicción a los teléfonos inteligentes” O “Dependencia de las redes sociales” O “Uso compulsivo de las redes sociales” O “Comportamiento adictivo en línea” O “Obsesión por las redes sociales” O “Uso problemático de las redes sociales” O “Adicción a Facebook” O “Adicción a TikTok” O “Adicción a Instagram” O “Adicción a YouTube”) O AB=(“Adicción a Internet” O “Adicción a las redes sociales” O “Trastorno por los juegos de Internet” O “Trastorno por la adicción a Internet” O “Adicción a los teléfonos inteligentes” O “Dependencia de las redes sociales” O “Uso compulsivo de las redes sociales” O “Comportamiento adictivo en línea” O “Obsesión por las redes sociales” O “Uso problemático de las redes sociales” O “Adicción a Facebook” O “Adicción a TikTok” O “Adicción a Instagram” Adicción” O “Adicción a YouTube”) O AK=(“Adicción a Internet” O “Adicción a las redes sociales” O “Trastorno por los juegos en Internet” O “Trastorno por la adicción a Internet” O “Adicción a los teléfonos inteligentes” O “Dependencia de las redes

webofscience.com/wos/woscc/summary/2c9a1369-d44b-4865-9041-3b6425de1c18-016e8b4f64/relevance/1

#1 AND #2 AND #3

Copiar enlace de consulta

+ Añadir palabras clave Añadir palabras clave rápidamente: < + problematic social media use + internet gaming disorder + smartphone addiction + problematic sms >

Afinado por: Años de publicación: 2021 or 2022 or 2023 or 2024 or 2025 X Acceso abierto: Todos los artículos de acceso abierto X Años de publicación: 2025 or 2024 or 2023 or 2022 or 2021 X

Idiomas: English X Idiomas: English X

Categorías de Web of Science: Psychology Clinical or Psychiatry or Health Care Sciences Services or Substance Abuse or Psychology Developmental or Family Studies or Neurosciences or Nursing or ... X

Borrar todo

45 documentos Puede que también le guste... Analizar resultados Informe de citas Crear alerta

Refinar resultados Exportar Refinar

0/45 Añadir a la lista de registros marcados Exportar Ordenar por Relevancia < 1 de 1 >

1 Smartphone addiction is more harmful to adolescents than Internet gaming disorder: Divergence in the impact of parenting styles 11 Citas 95 Referencias

Li, ZK; Shi, LJ and Cai, XL

Buscar en los resultados...

Filtros rápidos

artículo de revisión 3

search.scielo.org/?q=Adolescentes+OR+"Protective+factors"+OR+"Social+Media+Addiction"&lang=pt&count=15&from=1&output=site&sort=&f...

Adolescentes OR "Protective factors" OR "Social Media Addiction" Todos os índices Buscar

Adicionar outro campo + Histórico de busca

Resultados: 14 Ordenar por Publicação - Mais novos primeiro Página 1 de 1

Adolescentes OR "Protective factors" OR "Social Media Addiction" 14 Itens selecionados

Filtros seleccionados LIMPAR

Ano de publicação: 2021 X

Ano de publicação: 2023 X

Ano de publicação: 2024 X

SciELO Áreas Temáticas: Ciências ... X

Idioma: Inglês X

Idioma: Espanhol X

Filtros Filtrar

Coleções + opções

1. Efectividad de la intervención terapéutica grupal en cesación tabáquica en usuarios del Instituto Nacional del Tórax

Águila O., Carolina Balboa-Castillo, Teresa Benavides G., Guacolda Corral V., Daisy

Revista chilena de enfermedades respiratorias Dez 2024, Volume 40 Nº 4 Páginas 245 - 253

Resumo: > ES > EN | Texto: ES EN | PDF: ES | PDF: EN

https://doi.org/10.4067/b0717-7348202400400245

2. Internet addiction and depression: a study among adolescents

Karabel, Musemma Onur, Hakan Şimşek, Şeref

Cirurgia y cirujanos Ago 2024, Volume 92 Nº 4 Páginas 504 - 509

Resumo: > ES > EN | Texto: ES EN | PDF: ES | PDF: EN

https://doi.org/10.24875/ciru.24000002

3. Influencia del uso de las redes sociales en el síndrome visual informático en adolescentes peruanos

Sánchez Díaz, Sebastián | Méndez Vergaray, Juan | Ledesma Cuadros, Mildred Jénica | Rivera Aretano, Edith Gissela

Gamarrá Choque, Pilar María

17°C 7:56 p. m. 14/07/2025